



# **UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN**

**Carrera de:**

Educación Inicial

Desarrollo de hábitos alimentarios saludables de las familias de los infantes de 3 años de la Unidad Educativa Herlinda Toral desde la Educación Popular

Trabajo de Integración Curricular  
previo a la obtención del título de  
Licenciado/a en Ciencias de la  
Educación Inicial

Autora:

Vanessa Mariuxi Guaraca Saquicaray

CI: 0105807432

Autora:

Domenica Anabel Riera Duran

CI:0106038359

Tutora:

María Isabel González Loor

CI: 1307050144

**Azogues - Ecuador**

**Marzo, 2023**

## **Agradecimiento y/o dedicatoria**

Agradezco a Dios por permitirme llegar a donde estoy, por la valentía y fuerza que me ha dado en todos estos años. A mis papás María y Jaime, por estar conmigo desde el primer día, por brindarme este apoyo incondicional y por hacer todo lo posible para que su hija prevalezca. A mis abuelitos que a pesar de la distancia siempre han estado alentándome para que cumpla mis metas y lo he logrado, esto es por todos ellos. Para terminar quiero agradecer a mi amiga y compañera Domenica, una de mis primeras amistades de mi vida universitaria, por creer y confiar en mí, para qué juntas logremos realizar nuestro trabajo de integración curricular.

Vanessa Mariuxi Guaraca Saquicaray

En primer lugar, quiero agradecer a Dios, que desde el día uno me bendijo en todo este camino, así mismo quiero agradecer a mis padres Jessica y Christian por siempre estar ahí en todo momento y apoyarme en todo lo que necesitaba para mis estudios, a mis abuelos maternos Lourdes y Herminio por ser mis pilares esenciales al estar siempre presentes a lo largo de estos años, a mis abuelos paternos Efraín y María por motivarme constantemente, a mi tío Mateo por enseñarme que siempre puedo salir adelante a pesar de los problemas y que con dedicación los sueños sí se cumplen. Esta travesía jamás hubiera sido la misma sin el apoyo y el cariño de Vanessa mi pareja pedagógica, que desde que empecé mi vida universitaria estuvo conmigo y desarrollamos este trabajo con mucho cariño.

Domenica Anabel Riera Duran.



## Resumen

El Trabajo de Integración Curricular denominado: desarrollo de hábitos alimentarios saludables de las familias de los infantes de 3 años de la Unidad Educativa Herlinda Toral desde la Educación Popular contribuyó al desarrollo de hábitos alimentarios saludables a través de la pedagogía denominada Educación Popular la cual es excelente para trabajar con adultos. El objetivo general fue proponer una estrategia metodológica que contribuya al desarrollo de hábitos alimentarios saludables de los representantes legales de los niños y niñas de 3 años del paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral. La investigación se fundamentó desde la teoría de diversos autores con la aportación de Bajaña et al. (2017) quienes manifiestan la importancia de la alimentación infantil, a su vez Villares y Galiano (2015) contribuyen con las necesidades alimentarias de los infantes. En cuanto a la metodología, se basó en el estudio de caso partiendo de un paradigma socio-crítico, dando cumplimiento a un enfoque cualitativo. Se recolectó la información a través de la aplicación del grupo focal, la entrevista y el registro anecdótico fotográfico. A partir de ello se diseñó y aplicó la propuesta de intervención educativa denominada “Comida Feliz para una Mente Feliz” con la finalidad de contribuir en el desarrollo de hábitos alimentarios saludables mediante talleres dirigidos a representantes legales que contemplen la alimentación sana en el refrigerio o lunch escolar de los infantes. Se realizó mediante pilotaje, aplicando el primer taller denominado “Conozco sobre los alimentos” mediante la plataforma Zoom, teniendo como resultado un espacio de aprendizaje virtual con la finalidad de fortalecer los hábitos alimentarios saludables en los refrigerios enviados diariamente, Finalmente, se concluye que fomentar los hábitos de desarrollo alimenticio influye en el aprendizaje, además es importante dar más realce a este tema en el ámbito educativo, puesto que aporta al desarrollo integral de los infantes.

**Palabras clave:** Hábitos alimentarios, educación, taller.

**Abstract:**

The Curricular Integration Work called: development of healthy eating habits of the families of 3 year old infants of the Herlinda Toral Educational Unit from Popular Education contributed to the development of healthy eating habits through the pedagogy called Popular Education which is excellent for working with adults. The general objective was to propose a methodological strategy that contributes to the development of healthy eating habits of the legal representatives of the 3-year-old children of the "B" parallel of the Herlinda Toral Educational Unit. The research was based on the theory of various authors with the contribution of Bajaña et al. (2017) who state the importance of infant feeding, in turn Villares and Galiano (2015) contribute with the dietary needs of infants. As for the methodology, it was based on the case study starting from a socio-critical paradigm, complying with a qualitative approach. The information was collected through the application of the focus group, the interview and the photographic anecdotal record. Based on this, the educational intervention proposal called "Happy Food for a Happy Mind" was designed and applied with the purpose of contributing to the development of healthy eating habits through workshops aimed at legal representatives that contemplate healthy food in the school snack or lunch of infants. It was carried out through piloting, applying the first workshop called "I know about food" through the Zoom platform, resulting in a virtual learning space in order to strengthen healthy eating habits in the snacks sent daily, Finally, it is concluded that promoting food development habits influences learning, it is also important to give more prominence to this issue in the educational field, since it contributes to the integral development of infants.

**Key words:** Food habits, education, workshop.



## Índice de contenido

CAPÍTULO I: DISEÑO DE ESTUDIO .....	8
Introducción .....	8
1. Problema de investigación .....	9
1.1. Planteamiento del problema.....	9
1.2. Pregunta de investigación.....	11
1.3. Objetivos.....	11
1.3.1. Objetivo general.....	11
1.3.2. Objetivos específicos .....	11
1.4. Justificación.....	11
2. Marco teórico .....	12
2.1. Antecedentes de estudio .....	12
2.1.1. Regionales .....	13
2.1.2. Nacionales .....	14
2.1.3. Internacionales .....	16
2.2. Fundamentos teóricos.....	17
2.2.1 Alimentación infantil .....	17
2.2.2 Pirámide alimenticia .....	18
2.2.3. Hábitos alimentarios .....	20
2.2.4. Características de una dieta saludable en niños.....	21
2.2.5 Importancia de la educación alimentaria en la etapa infantil.....	22
2.2.6. Relación entre el desarrollo escolar y alimentación en infantes .....	23
3. Marco metodológico .....	24
3.1. Paradigma.....	24
3.2. Enfoque .....	25
3.3. Diseño (estudio de caso) .....	25
3.3.1. Fases del estudio de caso .....	26
3.4. Caso de estudio.....	26
3.5 Unidades de información .....	26
3.5.1 Criterios de inclusión y exclusión de los sujetos de estudio .....	27
3.6. Cuadro de categorización.....	27
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de la información.....	30



3.7.1 Técnica -grupo focal .....	30
3.7.2. Instrumento-guía de preguntas .....	30
3.7.3. Técnica- observación participante.....	31
3.7.4 Instrumento-registro anecdótico fotográfico .....	31
3.7.5. Técnica - entrevista .....	31
3.7.5.1 Entrevista semiestructurada .....	32
3.7.6 Instrumento-guion de preguntas.....	32
3.7.6 Técnica- encuesta .....	32
3.7.7 Instrumento- cuestionario.....	33
3.8 Técnicas, instrumentos y procedimientos del análisis de la información .....	33
<b>CAPÍTULO II: REALIZACIÓN DEL ESTUDIO.....</b>	<b>33</b>
4. Preparación de la recolección de la información.....	33
4.1. Diseño y revisión de instrumentos de recolección de la información .....	34
4.2. Planificación el proceso de recolección de la información .....	35
5. Recolección de la información .....	35
5.1. Sistematización de la información.....	36
<b>CAPÍTULO III: ANÁLISIS Y CONCLUSIONES .....</b>	<b>36</b>
6. Análisis e interpretación de la información.....	36
6.1 Codificación abierta o de primer nivel .....	37
6.1.1 Densificación de la información de los instrumentos de la fase diagnóstica.....	37
6.2 Codificación axial o de segundo nivel .....	43
6.3 Red semántica .....	45
6.4 Triangulación de la información.....	47
6.5 Interpretación de los resultados.....	55
<b>CAPÍTULO IV: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA.....</b>	<b>55</b>
7. Diseño de la propuesta de intervención educativa .....	55
7.1. Problemática (en función de los resultados del diagnóstico).....	55
7.2. Justificación .....	56
7.3. Objetivo General de la propuesta .....	56
7.4. Fundamentos teóricos .....	57
7.4.1 Escuela para Padres .....	57
7.5. Fundamentos pedagógicos .....	57



7.5.1 Educación Popular .....	57
7.6. Relación con el Eje de Igualdad de la Educación Superior .....	59
7.7. Estructura de la propuesta (fases previstas para su desarrollo, recursos, temporización, etc.).....	59
8. Validación de la propuesta de intervención educativa .....	66
8.1. Pilotaje.....	66
8.1.1 Desarrollo del Pilotaje.....	67
Conclusiones .....	68
Recomendaciones .....	69
Referencias.....	71

### Índice de tablas

Tabla 1.....	19
Tabla 2.....	26
Tabla 3.....	27
Tabla 4 .....	28
Tabla 5.....	30
Tabla 6 .....	33
Tabla 7.....	35
Tabla 8 .....	37
Tabla 9 .....	38
Tabla 10.....	39
Tabla 11 .....	41
Tabla 12.....	44
Tabla 13.....	48
Tabla 14.....	58
Tabla 15.....	61
Tabla 16.....	62
Tabla 17.....	64
Tabla 18.....	66

### Índice de figuras

Figura 1 .....	18
Figura 2 .....	21
Figura 3.....	21
Figura 4.....	46



## Índice de Anexos

Anexo A.....	76
Anexo B.....	77
Anexo C.....	78
Anexo D.....	80
Anexo E.....	83
Anexo F.....	90
Anexo G.....	93
Anexo H.....	94
Anexo I.....	95
Anexo J.....	99
Anexo K.....	100
Anexo L.....	101





## CAPÍTULO I: DISEÑO DE ESTUDIO

### Introducción

El tema propuesto para esta investigación se identificó al realizar las prácticas pre profesionales en la Unidad Educativa Herlinda Toral la cual pertenece a la provincia del Azuay, parroquia Totoracocha en el barrio Banco de la Vivienda, estableciendo el tema sobre el desarrollo de hábitos alimentarios saludables de las familias de los infantes de 3 años del paralelo “B” de la institución ya mencionada desde la Educación Popular. Misma que se basa en el análisis de estos hábitos y cómo la alimentación se relaciona con las habilidades de los infantes dentro del salón de clase. Se contó con el apoyo de la institución, de la docente y especialmente de los representantes legales para la realización de la presente investigación, ya que ellos son los principales actores de la misma.

El propósito del estudio desde una perspectiva social es inculcar hábitos alimentarios saludables, porque estos ayudan a tener una vida sana y activa, a través del consumo de comidas con nutrientes necesarios que apoyen a su desenvolvimiento y desarrollo. La importancia de este tema está en incluir estos hábitos desde edades tempranas en los infantes, puesto que tiene impacto en el área de la salud, educativa y social; que permiten el desarrollo general del niño, incrementan sus niveles de energía, fomentan una salud plena y conllevan a una mejor predisposición del aprendizaje. Los hábitos alimentarios son proporcionados desde la primera infancia por los representantes; ellos guían, brindan los alimentos y dejan patrones de una adecuada o inadecuada alimentación. Por ello el seguir motivando que no dejen de lado la alimentación sana, ya que esta predominara hasta la adultez.

El estudio ha revisado varios fundamentos teóricos que solventan la importancia de la formación de hábitos alimenticios saludables; tales como: Bajaña Nuñez, Quimis Zambrano, Sevilla Alarcón, Vicuña Monar, y Calderón Cisneros, (2017) quienes aportan el cómo la alimentación saludable influye en el rendimiento académico escolar. Villares y Galiano (2015), el Ministerio de Educación del Ecuador (2014), en su Guía Metodológica para la Implementación del Currículo de Educación Inicial (2015) indican sobre las necesidades alimentarias de los infantes de acuerdo a su edad. Añadimos a Freire (1993) quien apoya a la investigación con la pedagogía Educación Popular, misma que se encuentra planteada en la propuesta de intervención educativa. Por lo tanto, nos hemos enfocado en estudiar esta temática porque la alimentación es



relevante en el desarrollo de los niños y niñas, al ingerir comida nutritiva y saludable, evita falencias en su aprendizaje y en el bienestar general de los infantes.

Metodológicamente, este estudio se centra en un enfoque cualitativo; con un diseño de estudio de caso y pretende analizar a profundidad la alimentación de los infantes en su diario vivir. El tipo de estudio es descriptivo, ya que ayuda a determinar ciertos hechos del problema de investigación. Los datos se recaban con la ayuda de la entrevista, el grupo focal y un registro anecdótico fotográfico, mismos que permitirán el análisis de dicha investigación considerando la red semántica de primer y segundo orden y la triangulación.

Como principal resultado de la presente investigación se destaca la aplicación de la propuesta mediante el pilotaje el cual se aplicó el 30% de ella, realizándose uno de los talleres denominado “Conozco de los Alimentos”, mediante la plataforma Zoom tomando en cuenta la disposición de tiempo de los representantes legales, formando así un espacio para compartir experiencias y aprendizajes con actividades didácticas como juegos, exposiciones y trabajo en grupo, todo con la finalidad de fortalecer estos hábitos. Por ende los talleres aportan a esta investigación solventando desde la Educación Popular, con ello los representantes podrán tener conocimientos y datos muy relevantes sobre la alimentación de sus hijos/as.

La organización del trabajo se estructura con cuatro capítulos de la siguiente manera; en el capítulo I se plantea el problema, la pregunta de investigación, los objetivos, la justificación, también se describen los antecedentes regionales, nacionales e internacionales. El capítulo II abarca la preparación de la recolección de información y también la sistematización de esta. En el capítulo III se realiza el análisis e interpretación de la información, mediante la codificación, densificación y la creación de la red semántica para la triangulación y finalmente interpretar todos los resultados obtenidos. El capítulo IV se muestra el diseño de la propuesta de intervención educativa y sus fundamentos, así mismo la validación de ella, también como fue desarrollado el pilotaje, y finalmente las conclusiones, recomendaciones, referencias, y anexos de la presente investigación.

## **1. Problema de investigación**

### **1.1. Planteamiento del problema**

Este tema surge dentro de las prácticas pre profesionales que fueron realizadas en la Unidad Educativa Herlinda Toral ubicada en la parroquia Totoracocha de la ciudad de Cuenca, en las calles Río Malacatus 4-134 y Altar Urco, barrio Banco de la Vivienda, la institución es fiscal



con modalidad presencial. Donde en el cual se reconoció que la mayoría de los infantes ingieren comida saludable en la hora del refrigerio escolar, por ello se plantea el desarrollo de hábitos alimentarios saludables de las familias de los infantes de 3 años del paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral desde la Educación Popular.

Teniendo en cuenta que el propósito de la investigación es apoyar estos hábitos alimentarios, ya que los representantes legales envían, frutas, verduras, comida casera como; arroz, carne cocinada, maduro, huevo revuelto, entre otros. Esto se da gracias al apoyo de la docente que mediante videos, mensajes en el grupo de WhatsApp desde el inicio del año escolar concientizando a los representantes legales, motivándolos a enviar refrigerios que aporten nutrientes en sus hijos/as. Sin embargo a pesar de ello, una pequeña parte de los estudiantes llevan e sus refrigerios; chocolates, galletas altas en azúcar, jugos procesados, entre otros. Alimentos que no son adecuados para adquirirlos en la media mañana. De esta manera se pretende potenciar estos hábitos para que todos los infantes puedan desarrollarse favorablemente y obteniendo la energía para su jornada.

Si se persiste con estos buenos hábitos se verá reflejado en la vida diaria, especialmente al desarrollar actividades escolares, como lo menciona Moyano (2017) la alimentación es la más importante, cabe destacar que tiene consecuencias en el aprendizaje y la rapidez en la que se los adquiere, así mismo repercute en sus emociones y sus habilidades sociales. Por ello, las instituciones educativas deben ofrecer estos conocimientos a los representantes legales para que aporten con hábitos alimentarios saludables propiciados desde el hogar.

Una de las causas de la mala alimentación es la falta de tiempo por ello no se puede variar en las técnicas de cocción de alimentos y recurren a lo más fácil, comprar alimentos procesados. Como consecuencia, los alimentos chatarra alteran el desenvolvimiento de los niños y niñas a lo largo de su jornada escolar, Torres (2020) afirma que la alimentación y el rendimiento escolar están muy ligados porque el infante “presentará problemas en el proceso de enseñanza y aprendizaje, disminuyendo su motivación y curiosidad, reduciendo el juego y la actividad exploratoria, y todo ello en conjunto da como resultado un cierto grado de deterioro mental” (p. 6), esta relación es relevante para tener un correcto rendimiento además consideramos el estilo de vida alimenticia en cada hogar.

La investigación parte desde la dimensión pedagógica, porque los talleres que se plantean en la propuesta están previstos desde la mirada de la Educación Popular, mismos que brindan



apoyo para los representantes, fortaleciendo su conocimiento ante los hábitos alimentarios saludables, también cuenta con una dimensión política, ya que existe un acuerdo ministerial de la Ley Orgánica del régimen de la soberanía alimentaria, que habla del funcionar por el bien común el niño donde se incluye la salud y dentro de ella se menciona la educación alimentaria.

## **1.2. Pregunta de investigación**

Ante lo expuesto y con el propósito de mejorar la alimentación infantil, durante las prácticas pre profesionales, su análisis y reflexión, surge la siguiente interrogante para la presente investigación.

¿Cómo fortalecer el desarrollo de hábitos alimentarios saludables de los representantes legales de los niños y niñas de 3 años del paralelo “B” de Educación Inicial de la Unidad Educativa Herlinda Toral de la ciudad de Cuenca - Azuay?

## **1.3. Objetivos**

### **1.3.1. Objetivo general**

Proponer una estrategia metodológica que contribuya al desarrollo de hábitos alimentarios saludables de los representantes legales de los niños y niñas de 3 años del paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral.

### **1.3.2. Objetivos específicos**

- Fundamentar teóricamente el desarrollo de los hábitos alimentarios saludables en el proceso de enseñanza aprendizaje en Educación Inicial.
- Diagnosticar el desarrollo de hábitos alimentarios en infantes de 3 años del paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral de la ciudad de Cuenca-Azuay.
- Diseñar talleres dirigidos a representantes legales basados en los hábitos alimentarios de los infantes de 3 años del paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral de la ciudad de Cuenca-Azuay.
- Validar el diseño de un taller sobre los hábitos alimentarios saludables dirigido a los representantes legales de los infantes de 3 años del paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral de la ciudad de Cuenca-Azuay.

## **1.4. Justificación**

El presente trabajo de titulación frente a la problemática encontrada sobre fortalecer la alimentación saludable de los niños y niñas de 3 años del paralelo “B” jornada matutina de la “Unidad Educativa Herlinda Toral”, es importante para la investigación, ya que pretende impulsar



el desarrollo de hábitos alimentarios saludables de los representantes legales mediante la Educación Popular. Debido a que es necesario brindar información sobre estos hábitos que ayuden al desarrollo integral de los infantes, mejorando el aprovechamiento escolar de manera favorable a lo largo de sus clases. Así mismo, es crucial tomar en cuenta los contextos en los que viven, aunque cabe aclarar que no importa la situación o el nivel socioeconómico para tener una correcta alimentación, es decir, no hace falta tener mucho o poco dinero para enviar refrigerios saludables.

Por tal motivo, la importancia de esta investigación parte desde la dimensión pedagógica, ya que es beneficioso crear espacios de conocimientos con temáticas de interés como son los talleres para representantes legales, con la finalidad de ir promoviendo la alimentación saludable potenciando sus conocimientos a través de actividades llamativas y que principalmente aporten a sus hábitos alimentarios diarios, mediante la Educación Popular que será abarcada a lo largo de la propuesta, definiéndose como una buena pedagogía para trabajar con adultos de manera activa.

La presente investigación se realiza porque en el transcurso de las prácticas pre profesionales se observó que la mayoría de infantes se alimentaban sanamente, por ello se consideró la creación de los talleres, para perfeccionar los hábitos alimentarios en su día a día y principalmente en los refrigerios escolares. Así mismo, sé reflexionó que hay que dar más énfasis a la alimentación dentro de la educación. Además, esta investigación contribuye a un favorable desenvolvimiento de los infantes a lo largo de su periodo escolar en el ámbito alimentario.

Los beneficiarios directos de esta investigación son los representantes legales; puesto que, con la implementación de los talleres propuestos para la intervención educativa, se espera que los infantes tengan mejoría en su alimentación. Al tener acceso a los talleres los cuales les ayudarán a mejorar el refrigerio escolar. Por otra parte, otros de los beneficiarios son los infantes los cuales van a alimentarse sanamente por los conocimientos brindados a sus representantes y también como beneficiarios indirectos consideramos a los docentes de la institución y cualquier persona interesada en la temática planteada, ya que el mismo pretende ser una guía para investigadores externos.

## **2. Marco teórico**

### **2.1. Antecedentes de estudio**

En este apartado se recogen los antecedentes que han servido de base para el presente trabajo, para que este tema investigado sea comprensible para futuros lectores, por ello se han



revisado bases de datos y se han recogido antecedentes nacionales y regionales, obtenidos mediante la Red de Repositorios de Acceso Abierto del Ecuador (RRAAE), misma que proporcionó un acceso amplio debido a que tiene entrada a todos los repositorios de todas las universidades del país. Por otro lado, para los antecedentes internacionales se recurrió a una revisión más amplia en diferentes sitios destinados para la búsqueda de artículos académicos, tales como: Scopus, Redalyc, Dialnet, entre otros, que permiten analizar y reflexionar el tema ejecutado. Sin embargo, la información recolectada fue abundante, existían varias enfocadas en el asunto de alimentación saludable en infantes en varios ámbitos dentro y fuera del país. Pero cabe aclarar que únicamente se centró en fuentes que sean específicamente en Educación Inicial, consecuentemente presentamos investigaciones que apoyan y sustentan al presente trabajo.

### **2.1.1. Regionales**

Los siguientes antecedentes regionales fueron encontrados en la provincia de Azuay y Loja, en repositorios digitales institucionales de la Universidad Politécnica Salesiana (Sede Cuenca) y la Universidad Nacional de Loja, las cuales se centran en proponer estrategias para una alimentación saludable como la que se propondrá en esta investigación.

Para empezar en la tesis de Arévalo (2022), sobre la Influencia de una alimentación sana a través de la lonchera saludable en el desarrollo académico de los niños de 4 a 5 Años del CDI Mi Mundo de Colores, Período Lectivo 2020-2021 de la ciudad de Cuenca. Tuvo como objetivo elaborar una propuesta de alimentación sana para descubrir la relación que existe entre la alimentación y el desarrollo académico. Se basó en una metodología científica, porque se apoya en el marco teórico, además ejecutaron entrevistas no estructuradas a profesionales de nutrición, docente, y padres de familia. Se elaboró una guía alimentaria saludable, con la finalidad de que su alimentación sea adecuada generando un rendimiento escolar favorable. Concluyendo en que las familias deben analizar sobre la alimentación saludable en el desarrollo académico de los infantes a pesar de que a los padres no le dan mucha relevancia a este tema y por ello debe fomentarse. Esta tesis contribuyó positivamente a nuestro trabajo, pues destaca lo importante que es la alimentación sana y el cómo trabajar con los representantes al momento de realizar el refrigerio escolar, se va a tomar en cuenta la ejecución de entrevistas.

En segundo lugar, en la tesis llamada “Hábitos Alimenticios para el Desarrollo Físico en los Niños de Inicial II de la Escuela de Educación Básica Particular Interandino de la Ciudad de Loja. Periodo Lectivo 2017- 2018” efectuada por Quizhpe (2019). Planteó como objetivo crear



hábitos alimenticios saludables y generar estrategias para cambiar conductas relacionadas con la mala alimentación de los niños, optimizando su desarrollo físico y mental. Para ello se utilizaron métodos como el científico, analítico-sintético y el descriptivo, igualmente entre las técnicas e instrumentos se utilizó el cuestionario a padres de familia, la entrevista hacia la docente, el test del esquema corporal y las curvas de crecimiento aplicados a los estudiantes. Después se generó una guía de alimentación saludable, la cual ofrece pautas y recomendaciones, fomentando la salud, desarrollo y bienestar, concluyendo que todo tiene la finalidad de que los padres de familia desde sus hogares expliquen a los infantes todo lo necesario para alimentarse bien.

Esta tesis es íntegra en el tema, al concientizar a los representantes sobre cómo llevar un estilo de vida sano, lo cual para la presente investigación nos sirvió para guiarnos en los contenidos que puede llevar nuestra propuesta, tomando en cuenta todas las pautas y recomendaciones sobre la alimentación sana.

Para finalizar con los antecedentes regionales, en la tesis realizada por Vizhñay (2019), denominada “Guía para mejorar las Buenas Prácticas de Higiene, Alimentación y Salud Personal y Colectiva en niños y niñas de 4 a 5 años Inicial 2, en la Unidad Educativa Remigio Crespo Toral en el año lectivo 2018” , realizada en la ciudad de Cuenca. La cual determina como objetivo elaborar y aplicar una guía de buenas prácticas de higiene, alimentación, salud personal y colectiva con los niños y niñas de 4 a 5 años de la institución ya mencionada, mediante una metodología cualitativa, con el uso de las técnicas de observación y listas de cotejo. Teniendo como conclusión que la práctica constante de estos hábitos en conjunto con los materiales didácticos incentiva y desarrolla nuevos conocimientos y también reforzando lo conocido. Al reflexionar sobre esta tesis se quiere llegar a un resultado similar que es mejorar el nivel de conocimientos de los representantes legales desde la educación popular que sé propone, siendo así un apoyo con los contenidos para la presente investigación.

### **2.1.2. Nacionales**

Se presentan los antecedentes nacionales, las cuales son investigaciones producidas en nuestro país, para esto se ejecutó una búsqueda en varios repositorios universitarios como los de la Universidad Nacional del Chimborazo, Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil y la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, se pudo evidenciar que la mayoría de investigaciones son de la provincia del Guayas específicamente de la ciudad de Guayaquil, lo cual



al reflexionar y analizar se percata que el tema investigado es de mayor conveniencia en esta ciudad.

En primer lugar, la tesis realizada por Quisilema (2021), titulada “Importancia de los hábitos alimenticios en el desarrollo cognitivo de los niños de inicial II de la Unidad Educativa CAP. Edmundo Chiriboga de la ciudad de Riobamba período 2020 - 2021.” Plantea como objetivo establecer la importancia de los hábitos alimenticios en el desarrollo cognitivo de los infantes, mediante una metodología no experimental, la cual posee un enfoque cualitativo. Fue concluyente el manifestar que los hábitos alimenticios son fundamentales para que los infantes desarrollen adecuadamente. Esta investigación concluye que la alimentación sana influye en el desarrollo cognitivo, siendo el proceso mediante el cual el ser humano va adquiriendo conocimientos a través de la experiencia y aprendizaje, por ello es crucial cumplir con alimentos que proporcionen nutrientes para favorecer el crecimiento y desarrollo, aportando mayor energía en los niños y niñas. Siendo de gran ayuda para el desarrollo del presente trabajo con sus aportaciones sobre los hábitos alimentarios en los infantes.

Medina y Vásquez (2018) en la ciudad de Guayaquil efectuaron un estudio denominado “La nutrición y su influencia en el desarrollo físico en los niños de inicial II de la Unidad Educativa San Francisco de Asís del año lectivo 2017 - 2018.”; con el objetivo de diseñar un manual nutricional que permitirá el desarrollo físico. Aplicando el método deductivo y la realización de entrevistas a directivos, docentes y padres de familia, y se diseñó el manual nutricional dirigido a representantes, con el fin de obtener conocimientos para una dieta balanceada, la cual demostró que aporta una mejora en el desempeño en las actividades diarias realizadas en sus hogares y en la propia institución educativa.

Teniendo un resultado favorable, ya que mediante la reflexión se concientizó a los representantes de esta manera concluyendo que se pudo compartir la importancia de la nutrición orientando a los representantes legales para la elaboración de comida saludable a través de la reflexión. Este estudio está ejecutado hacia representantes, lo que nos hace reflexionar lo importante que es trabajar con ellos, porque están a cargo de la alimentación. Por ello, consideramos que es un apoyo para el trabajo con representantes legales y conjuntamente tener resultados favorables.

Para el siguiente antecedente, de la tesis titulada, “La nutrición infantil y el desarrollo psicomotor en niños de 4 a 5 años. Taller de lonchera saludable para representantes legales” de





las autoras Pucha y Martínez (2019), de la ciudad de Guayaquil. Tuvo como objetivo determinar la nutrición infantil y el desarrollo psicomotor en niños por medio de los métodos, bibliográfico, descriptivo y de campo, para así llegar a la elaboración de un taller de lonchera saludable para los representantes legales. Generando como resultado evidenciar la importancia de la nutrición infantil y el desarrollo psicomotor con una dieta equilibrada que aporta una mejora en el desempeño en las actividades, concluyendo que a los representantes legales siempre deben estar guiados en este tema, así mismo la docente tiene un papel fundamental para que fomente este tipo de alimentación. Al analizar esta tesis conocimos temas y puntos fundamentales a tratar en la creación de nuestros talleres y también como orientar a los representantes en la alimentación de sus hijos/as y la aportación de ellos en su desempeño tanto dentro como fuera del ámbito académico.

### **2.1.3. Internacionales**

Los antecedentes internacionales fueron buscados meticulosamente en Google Académico, Redalyc, Dialnet, entre otros medios de información, se logró encontrar repositorios de universidades internacionales de España y Colombia. Cabe destacar que es importante conocer cómo se lleva a cabo nuestro tema fuera del país y sus puntos de vista.

García, (2022) en su tesis titulada "La alimentación saludable en la etapa de Educación Infantil" efectuada en la Universidad de Valladolid (España). Plantea como objetivo adquirir pautas de hábitos de alimentación saludables y ponerlos en práctica, con un enfoque integral en el que los infantes son protagonistas de su propio aprendizaje. Con un enfoque cualitativo, el resultado es que los infantes tengan una buena alimentación y evitar posibles riesgos en su salud. La propuesta no fue llevada a cabo, pero se encuentra apta para motivar al niño antes y después del refrigerio escolar. Esta investigación resalta la importancia de tener buenos hábitos alimentarios para que los infantes desde pequeños sepan lo beneficioso que es tener una alimentación saludable. En la propuesta del presente trabajo se quiere llegar a los representantes legales con el fin de precautelar la salud y desarrollar de mejor manera su proceso de enseñanza-aprendizaje de sus hijos.

En los antecedentes internacionales, se encuentra el trabajo de titulación realizado en Bogotá-Colombia por Martínez et al. (2021) denominado "Hábitos de vida saludable y su incidencia en los procesos de desarrollo y la educación infantil", teniendo como objetivo especificar cómo se debe llevar una lonchera saludable, donde potencialice un crecimiento



adecuado. Se realizó mediante una metodología basada en un enfoque cualitativo, la cual observa y compara el rendimiento de cada niño cuando consume una lonchera saludable y cuando no. Teniendo resultados favorables donde los padres de familia mediante un taller se concientizaron y crearon nuevas recetas basándose en la alimentación sana. Concluyendo que es fundamental una buena alimentación saludable especialmente la de los infantes evitando la desnutrición y enfermedades. Lo más interesante es el análisis de cada actividad conjuntamente con los padres, por ende nos comprometemos a tener una buena relación con los representantes, ya que así nos brindarán información para plantear la propuesta de intervención educativa.

En el trabajo de titulación ejecutado por Solís (2020), llamado “La Importancia de la Alimentación Saludable en Educación Infantil” en España, planteó como objetivo conocer la importancia de la familia y el marco escolar en la creación de hábitos saludables en educación infantil, con una metodología se basa en el análisis de 6 libros y artículos, acerca de la importancia del tema estudiado, fomentando un aprendizaje basado en el descubrimiento y la experimentación. Teniendo como resultados menús más equilibrados en verduras, hortalizas, fruta y legumbres, como mejora para la salud infantil y para la educación de las familias. Finalmente, concluye que la educación alimentaria es fundamental para los padres de familia, siendo conscientes de la importancia de una buena alimentación.

Esta investigación proporciona información beneficiosa en cuanto a la educación alimentaria en la primera infancia, menciona que tener buenos hábitos ayuda en el desarrollo de habilidades sociales y físicas lo cual nos inspira a la creación de nuestra propuesta tanto con contenidos como las técnicas para trabajar conjuntamente con los representantes.

## **2.2. Fundamentos teóricos**

Para el presente Trabajo de Integración Curricular, se realizó una indagación de distintos trabajos y artículos investigativos, de los cuales sus autores apoyan teóricamente con aportes sobre la temática planteada para esta investigación. De estos se han podido tomar varios conceptos básicos, complementarios y específicos, y a su vez aportes que ayudarán a orientar a los lectores y brindar información correspondiente.

### **2.2.1 Alimentación infantil**

La alimentación es una necesidad fisiológica que evoluciona a medida que el ser humano va adquiriendo espacios en su desarrollo, aprendizaje y evolución. La alimentación en la etapa infantil, es fundamental para “un desarrollo normal, tanto físico, psicológico, personal” (Bajaña



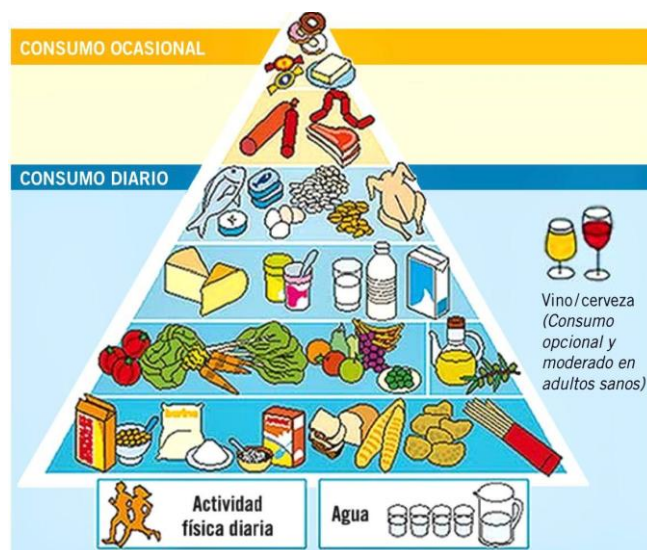
et al., 2017, p.34) por ello es necesario ingerir comida saludable para que de esta manera no se tenga como consecuencia la disminución de atención y memoria, las cuales son muy importante para el desarrollo de un buen vivir.

La alimentación aporta nutrientes que mejora su calidad de vida. Tiene varios beneficios, principalmente el desarrollo integral de los infantes, mientras crecen acompañados de una buena alimentación que garantizara las condiciones físicas, motrices, capacidades lingüísticas y sociales; es importante que padres de familia o representantes legales, juntamente con docentes, sean los encargados de proveer comida nutritiva y estructurar los tiempos de comida creando un ambiente que facilite la alimentación e intercambio social, asegurando su salud promoviendo hábitos saludables (Vásquez y Romero, 2008).

### **2.2.2 Pirámide alimenticia**

Según la Organización Mundial de la Salud OMS, la pirámide alimenticia indica que los alimentos deben ser consumidos para una buena ingesta diaria y llevar una dieta equilibrada desde la infancia hasta la adultez, misma que sirve de guía que fomenta a la población para que lleve una dieta correcta y saludable mejorando su calidad de vida. La pirámide alimenticia tiene como objetivo mejorar y proporcionar una alimentación sana y equilibrada que aporte en la salud, por ello la pirámide publicada por la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC) en 2007 tiene grupos diferentes; Roperio (s.f) la agrupa en: cereales, lácteos, frutas y legumbres la pirámide se divide en consumo diario y ocasional para conseguir una dieta equilibrada que se posicionan dependiendo el ritmo del consumo que se lleve a cabo.

**Figura 1**  
*Pirámide de la Alimentación saludable.*



*Nota.* La figura muestra la división de alimentos y su consumo. Fuente: SENC, (2007).

La pirámide alimenticia (figura 1) es fundamental para conocer cómo es el proceso de la alimentación, para representantes legales es una guía que ayuda armar una lonchera saludable para los infantes, por ello se toma en cuenta los grupos que se proponen en la pirámide alimenticia.

**Tabla 1**

*Necesidades que los niños y niñas tienen en cuanto a la educación*

**Necesidades que los niños y niñas tienen en cuanto a la educación**

<b>Necesidades de Proteínas</b>	<b>Necesidades de Grasas</b>	<b>Necesidades Energéticas</b>	<b>Necesidades de minerales y vitaminas</b>	<b>Hidratos de Carbono y de Fibra</b>
El consumo de proteínas son importantes para el crecimiento de los infantes, de esta manera las proteínas incorporan a la dieta 15% de energía y 65% es de valor de los animales como la carne, huevos, pescado, leche y los derivados de los lácteos conjuntamente con los de origen vegetal.	La grasa es fuente de energía y transporta vitaminas liposolubles; proveedoras de $\alpha$ -linolénico omega-3, omega-6, que son esenciales. Propicia 35% de energía a infantes de 3 a 5 años, el consumo de colesterol es menor a 300 mg por día, sin dejar de lado que el consumo de grasas trans es el que menos se debe consumir.	Las necesidades energéticas se encuentran predominadas por el rendimiento y crecimiento que va acompañado con la actividad física; se relacionan con el volumen y la densidad de energía. Es por ello que, debe adaptarse, debido a que integra en los infantes desde la primera infancia.	Los minerales y vitaminas tienen escasez de aporte calórico, donde las porciones adecuadas apoyan a una dieta variada que a su vez integra la ingesta del calcio y hierro. Es importante ya que, mediante los lácteos y pescados, fomenta el crecimiento rápido.	Los hidratos de carbono son una buena fuente de energía; transporta vitaminas y minerales de los elementos traza (nutrientes esenciales para la vida). El consumo de carbohidratos como la fibra, hierro, ácido fólico, entre otros, constituyen el 60% de energía que proceden de vegetales: cereales, verduras, hortalizas, legumbres y frutas, que también cuentan con la fibra dietética que regula la glucemia y reduce el colesterol. La ingesta dependerá de la edad del infante, aunque lo máximo es 30 g por día.

*Nota:* Datos tomados de Villares y Galiano (2015).



Es importante recalcar que estas necesidades aportan al desarrollo integral de los infantes. Se dividen en dos partes, las de consumo diario y consumo ocasional; se distribuye en porciones para cada momento (desayuno, media mañana, almuerzo, merienda y cena) a lo largo del día; acompañado de la actividad física, formando un buen estilo de vida que aportará un desarrollo positivo y óptimo.

### **2.2.3. Hábitos alimentarios**

Los hábitos alimentarios son acciones que repite conscientemente el ser humano, condicionan a que la persona sea capaz de consumir y utilizar diferentes alimentos que en ocasiones van acompañados de una dieta equilibrada. El cómo adquirir estos hábitos empieza desde la infancia de una manera involuntaria potenciada por la familia la cual influye mucho en este proceso. Durante la adolescencia estos hábitos varían a causa de diversos cambios y estilos de vida. En la adultez es muy difícil cambiar los hábitos alimentarios, a causa de que el cuerpo ya se encuentra acostumbrado a una cierta dieta, y es ahí cuando los adultos mayores tiene gran dificultad en adquirir nuevos hábitos.

Los hábitos alimentarios son las prácticas que condicionan la manera en la que consumen y preparan las personas sus alimentos, influyendo su día a día y el acceso que tenga a estos, Villares y Galiano (2015) consideran que es importante añadir comidas con una dieta variada la cual de energía y proporcione nutrientes en cantidad y calidad suficiente, es fundamental que estos alimentos sean ajustados a las características y condiciones de vida de los infantes, por ello deben ser variadas y equilibradas (p. 269).

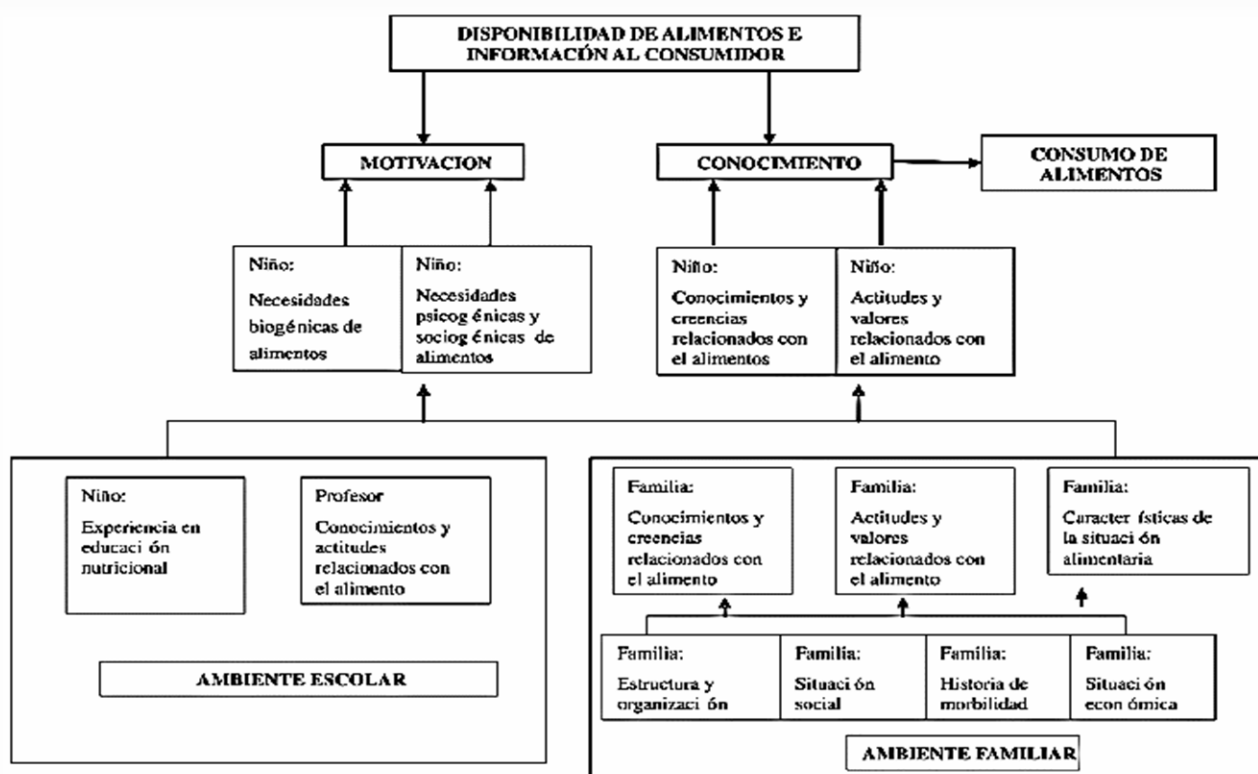
Una buena alimentación es fundamental para conseguir crecimiento, desarrollo, salud óptima y un adecuado rendimiento escolar. En la etapa infantil se adquieren los hábitos alimentarios que posteriormente serán difíciles de cambiar, por esto son importantes las pautas de alimentación saludable que se van instaurando para que el infante no tenga algún déficit en cuanto a su nutrición (Requejo et al., 2015). De esta manera, mientras el infante crece, va controlando sus gustos y empieza a preferir ciertos alimentos antes que otros producidos por la observación e imitación de su entorno.

La procedencia de los alimentos, los estilos de vida de los infantes, el ambiente a la hora de comer, la técnica culinaria, ente otras variables, apoyan a la identificación de los hábitos que llevan las familias y el cómo mejorarlos, por esto según Lund y Burn (1969) autores del denominado libro “Variables Related to the Child” toman en cuenta la familia y la escuela para el

desarrollo de estos hábitos, García et. al (2008) traducen este cuadro y mencionan que estas variables fueron de gran ayuda para su investigación de la misma manera como para la presente.

### Figura 2

Marco de Referencia Conceptual para el análisis de la conducta de consumo relacionada con los niños.



Nota. La figura muestra factores sobre la alimentación infantil Fuente: Lund y Burn, (1969), traducido por García et. al (2008).

#### 2.2.4. Características de una dieta saludable en niños.

La dieta saludable en niños es un gran apoyo para su desarrollo académico e integral, hay que tomar en cuenta que las cantidades varían dependiendo las necesidades nutricionales que tenga el niño o niña, de esta forma la dieta no debe ser aburrida ni repetitiva, al contrario, debe ser variada desde su presentación, cocción, y los alimentos utilizados.

### Figura 3

Distribución de los alimentos en las comidas del día.



*Nota.* La figura muestra los porcentajes que proporcionan los momentos de alimentación diarios. Fuente: Villares y Galeano (2015)

Se recomienda que los infantes deben comer de 4 a 6 veces al día, el desayuno es fundamental, el cual es complementado con la comida de la media mañana (refrigerio escolar), ya que, si estos son inadecuados causan disminución de atención y un mal rendimiento en su desarrollo escolar. Por ello, una dieta saludable debe tener una proporción equilibrada en nutrientes, respetando sus gustos, cultura y tradiciones. La figura 3 indica la distribución de las comidas que se debe ingerir a lo largo del día acompañado de sus porcentajes de energía, cabe recalcar que todas son importantes para el desarrollo y crecimiento infantil.

En el desayuno debe estar presente un lácteo, cereales y fruta, en la media mañana debe complementarse con otra fruta y un snack y/o un lácteo, en el almuerzo debe integrarse alimentos de todo los grupos y líquidos, la merienda completa el aporte energético a los infantes, por ellos se le puede unir con la cena y se hace la llamada “merienda-cena” la cual se puede hacer solamente si contiene alimentos suficientes y variados, y por último la cena la que es la última comida del día debe ser fácil de digerir y no muy pesada (Villares y Galiano, 2015).

Pero también la porción siempre dependerá de la edad y las necesidades nutricionales que el infante tenga, porque si se le sirve más al niño o niña puede ocurrir una sobrealimentación. Por esto en las comidas es importante conocer la porción adecuada para el infante, por el mismo hecho que todos son distintos y tienen diversas necesidades alimenticias.

### **2.2.5 Importancia de la educación alimentaria en la etapa infantil**

La alimentación es la ingesta de comida y sustancias imprescindibles que todos y todas necesitamos para nutrirnos; siempre se habla sobre la buena alimentación, por ello es necesario



conocerla para que de esta manera se pueda identificar los alimentos adecuados que aporten al crecimiento, desarrollo integral y principalmente la salud, donde se enfatiza en los primeros años de vida. Tanto docentes como representantes legales deben conocer los alimentos que aportan a los infantes, evitando y dejando de lado los mitos y creencias que llevan a la confusión y desinformación, provocando la mala alimentación.

La Educación Alimentaria en la etapa infantil es fundamental, por ello hay que conocer que significa este término, la Red de Información, Comunicación y Educación Alimentaria y Nutricional (2013), define a la Educación Alimentaria como “Estrategias educativas diseñadas para facilitar la adopción de conductas alimentarias y otros comportamientos relacionados con la alimentación y la nutrición propicios para la salud y el bienestar”. Por consiguiente, el significado de Educación Alimentaria debe ser motivado, ya que es muy importante educarse en este tema así mismo por parte de los representantes legales los cuales son los encargados de la alimentación de sus hijos/as. De este modo, es importante aplicar estrategias educativas sobre este tema creando cambios favorables, evidenciados en los refrigerios escolares, siendo de esta manera primordial el conocimiento de este tema.

#### **2.2.6. Relación entre el desarrollo escolar y alimentación en infantes**

La alimentación está ligada al rendimiento académico, ya que, si los infantes se alimentan sanamente, su rendimiento será muy positivo, es decir, prestarán más atención a la clase, participarán activamente, y adquirirán aprendizajes significativos, por esto siempre hay que tomar en cuenta la alimentación sana en los refrigerios o lunches para su día a día en la escuela, siendo estos beneficiosos y aporten con los nutrientes necesarios para adquirir las destrezas.

Es conveniente tomar en cuenta dos tipos de educación que apoyan al desarrollo escolar de los infantes, como nos menciona Russo (2020) la educación informal está a cargo de la familia y, por otro lado, la educación formal donde la escuela es la responsable, por ello debe existir mucha colaboración, ya que con la relación escuela-familia los infantes van a alcanzar habilidades, valores y principalmente el compañerismo y trabajo en equipo entre alumnos.

La alimentación es fundamental para el desarrollo escolar, al alimentarse de manera sana el infante va desarrollando habilidades y destrezas de manera eficaz. La alimentación sana asegura el desarrollo integral desde los ámbitos físicos como los psíquicos, de la misma manera las condiciones motrices, físicas y capacidades lingüísticas y socio afectivas (Bajaña et al., 2017). Si el infante ingiere un refrigerio escolar saludable acorde a sus necesidades, el cumplimiento con





las actividades será notorio y favorable que a diferencia de uno que ingiera alimentos con pocos nutrientes.

El momento de la alimentación debe ser un momento tranquilo y de disfrute como propone el Ministerio de Educación del Ecuador (2014), en su Guía Metodológica para la Implementación del Currículo de Educación Inicial, la o el docente en el tiempo del refrigerio debe crear un ambiente armónico en el que ayude y guíe a los infantes, además fomente la autonomía, el respeto a los tiempos de alimentación, y el compañerismo compartiendo y motivando a probar sabores diferentes, conocer alimentos nuevos, o crear combinaciones que ayuden a los infantes a disfrutar este momento y principalmente se alimenten sanamente (p. 12).

El consumo sano de alimentos tiene dos tipos de beneficios como lo define Bajaña et. al (2017) los beneficios físicos donde los niños serán más activos y dinámicos, con aspecto físico adecuado, atención activa, asimilación del aprendizaje y niños innovadores, y, por otro lado, los beneficios biológicos donde los niños son atentos, con excelente retentiva y buena resolutive. Así como existen el consumo sano, también existe el consumo insano de alimentos, los cuales también se dividen en tres dificultades, las físicas (cansancio y debilidad), cognitivas (falta de atención y disminución de capacidad intelectual) y biológicas (dificultades de aprendizaje, falta de ánimo).

### **3. Marco metodológico**

En el presente trabajo de investigación, dentro del apartado del marco metodológico, tendremos diversas temáticas abordadas que se darán a conocer mediante fundamentaciones teóricas y conceptuales que ayudarán a comprender mejor la temática vista, con varios apartados, desde el paradigma, el enfoque, diseño, tipo de estudio, las unidades de información, operacionalización de la categoría, hasta las técnicas e instrumentos donde se definen y describen lo realizado en este proceso que se ve a continuación.

#### **3.1. Paradigma**

Esta investigación se realizó desde un paradigma socio-crítico, mediante el cual pretende no solo observar los hechos o las necesidades de los grupos sociales, sino que comprender y reflexionar de manera crítica las situaciones reales, unir lo teórico con lo práctico para encontrar soluciones que permitan mejorar los problemas suscitados en el contexto (Loza et al., 2020). De acuerdo al autor, se pretende llegar a un proceso de autorreflexión, teniendo un sentido crítico ante la problemática evidenciada para que contribuya de forma significativa en el proceso de enseñanza aprendizaje que a su vez mejore la calidad educativa.



El tipo de estudio de la investigación es descriptivo, como Nieto (2018), lo define como la recopilación de las “características, propiedades, aspectos o dimensiones de las personas, agentes e instituciones de los procesos sociales” (p. 2). Es decir que este tipo de investigación recoge lo necesario para determinar las situaciones sobre el factor que va a estudiarse en este caso los hábitos alimentarios saludables detallando todo lo ocurrido sobre este factor con la ayuda de las técnicas e instrumentos para la recolección de información.

Con base a lo mencionado a través de la reflexión crítica a lo largo de la práctica pre profesional realizada en la Unidad Educativa Herlinda Toral con infantes de 3 años del paralelo “B”, la presente investigación propone contribuir al desarrollo de hábitos alimentarios saludables de los infantes mediante talleres para representantes legales generando la autorreflexión y la potencialización de estos hábitos reflejados en los refrigerios escolares.

### **3.2. Enfoque**

La investigación se abordó desde el enfoque cualitativo, puesto que se utilizó “la recolección y análisis de los datos para afinar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes en el proceso de interpretación” (Hernández, et al., 2014, p.7). Mediante lo mencionado, se buscó principalmente la ampliación de datos informativos para poder enriquecer la presente investigación, por medio de preguntas o hipótesis que se llevaron a cabo antes, durante y después de la recolección y el análisis de los datos obtenidos dentro del contexto.

### **3.3. Diseño (estudio de caso)**

Dentro de esta investigación nos centramos en el estudio de caso, que se define como una investigación cercana al realismo, así como lo define Yin (1994):

“Una investigación de estudio de caso trata exitosamente con una situación técnicamente distintiva en la cual hay muchas más variables de interés que datos observacionales; y, como resultado, se basa en múltiples fuentes de evidencia, con datos que deben converger en un estilo de triangulación; y, también como resultado, se beneficia del desarrollo previo de proposiciones teóricas que guían la recolección y el análisis de datos.” (p.13)

El estudio de caso dentro de la investigación nos permite indagar o crear una investigación holística dentro de un contexto determinado con sentido característico de los eventos de la vida real, también aporta a nuestro conocimiento de fenómenos individuales, organizacionales, sociales y políticos. Por lo que para esta investigación se estudió el desarrollo de hábitos alimentarios de las familias.



### 3.3.1. Fases del estudio de caso

El estudio de caso cuenta con tres fases, que nos menciona (George et al. (2005), Yin (1994) que son mencionados en siguiente tabla

**Tabla 2**  
*Fases del estudio de caso.*

<b>Fases</b>	<b>Concepto</b>	<b>Descripción en el contexto</b>
Diseño del estudio	Se refiere a los objetivos del estudio, como se va a realizar el diseño del mismo y se elabora la estructura que se va a realizar.	Este proceso se realizó con base al diagnóstico observado en las prácticas pre profesionales que dio como resultado la categoría de estudio
Realización del estudio	Se prepara todo el proceso de recolección de datos y se prioriza la recopilación de toda la evidencia que surja de las fuentes del estudio	Este proceso se realizó con las técnicas e instrumentos elaborados para el diagnóstico en donde se analiza las observaciones y reflexiones.
Análisis y conclusiones	Analizar la información recolectada como la evidencia. Se debe vincular los datos y criterios para la interpretación del estudio. Finalmente, se prepara un informe y se da a conocer los resultados	El diagnóstico observado en el contexto educativo se analiza la información recolectada y se realiza un informe en donde se dará a conocer los resultados.

*Nota:* Tabla elaborada con base a George et al. (2005), Yin (1994) y elaboración propia (2022).

### 3.4. Caso de estudio

Los participantes de la presente investigación son los representantes legales de los infantes de 3 años paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral, que cuenta con 12 niños y 11 niñas, siendo así 23 representantes de los cuales 17 van a participar en esta investigación. Lo cual este estudio tiene la finalidad que los representantes legales potencien sus hábitos alimentarios mediante los talleres y que de esta manera compartan y apliquen la información aprendida a sus hijos/as, propiciando una alimentación sana día a día en los refrigerios escolares.

### 3.5 Unidades de información

Las unidades de información, según Bassi (2015), menciona que son todas aquellas, personas, documentos, organizaciones, entre otros informantes con los cuales se pretende responder la pregunta de investigación. En otras palabras, es la elección de quiénes o cuáles serán los informantes claves que aportarán a la investigación para resolver el problema encontrado. Para el desarrollo de esta investigación se tomará como unidad de análisis a los representantes legales de los infantes de 3 años del paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral, que estén



dispuestos a colaborar en nuestra investigación, de la misma manera la docente que también aportará información fiable.

### 3.5.1 Criterios de inclusión y exclusión de los sujetos de estudio

Se tomó en cuenta los criterios de selección y exclusión de los padres de familia o representantes, los cuales son:

#### **Tabla 3**

*Fases del estudio de caso.*

<b>Criterios de Selección</b>	<b>Criterios de Exclusión</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Tener niños o niñas con matrícula activa en la Unidad Educativa.</li> <li>-Que sus hijos/as o representados asistan frecuentemente a clases en modalidad presencial.</li> <li>-Enviar el consentimiento informado para participar en la investigación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-No asiste a las actividades solicitadas.</li> <li>-No participa activamente en el desarrollo de las actividades de la investigación.</li> </ul>

*Nota:* Tabla elaborada por las autoras de la investigación (2022).

### 3.6. Cuadro de categorización

Seguidamente, se presenta la denominada tabla de categorización, el cual detalla la categoría de la investigación con sus respectivas dimensiones y de ellas sus indicadores, todos con relación a la figura 2 de la fundamentación teórica sobre los hábitos alimentarios, así de esta manera guiando a la creación de los instrumentos de la investigación para la recolección de información.



**Tabla 4**  
*Tabla de Categorización*

<b>Categoría de Estudio</b>	<b>Definición</b>	<b>Subcategorías</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Técnicas / Instrumentos</b>	<b>Unidad de Información</b>
Desarrollo de Hábitos Alimentarios Saludables	Para el desarrollo de los hábitos alimentarios en los infantes es importante llegar a las personas que están encargadas de su alimentación; sus padres o representantes legales, es fundamental tomar en cuenta que los hábitos alimentarios son acciones repetitivas de consumo de alimentos donde su aprendizaje está condicionado por numerosas influencias como la escuela, los medios de comunicación y la principal influencia que es la familia. Para la implementación de estos hábitos es considerable tomar; conocimientos y las creencias relacionadas con la alimentación, especialmente la familiar, al igual que las actitudes en relación con ellos, de esta manera se sabrá qué hábitos poseen y cómo mejorarlos y potenciarlos; sin dejar de lado las características de cómo	<p>Conocimientos y creencias relacionadas con la alimentación.</p> <p>Actitudes relacionadas con el alimento.</p> <p>Características de la situación alimentaria</p>	<p>-Conoce sobre las necesidades alimentarias de los niños. / Saberes sobre la alimentación infantil.</p> <p>-Identifica la diferenciación entre lo saludable y la chatarra</p> <p>- Sabe sobre los factores que influyen en la alimentación</p> <p>-Respeto los momentos y tiempos de consumo</p> <p>-Identifica con quienes come (comensalía)</p> <p>-Considera la disposición o ánimo hacia la comida.</p> <p>-Conoce sobre la diversidad de una dieta (en un día)</p> <p>- Utiliza técnicas culinarias (asado, frito, cocinada, entre otros)</p> <p>-Utiliza condimentos y aperitivos utilizados (azúcar, sal, pimienta, entre otros).</p>	<p>Grupo Focal: Guía de preguntas</p> <p>Observación: Registro anecdótico fotográfico.</p> <p>Encuesta: Cuestionario</p> <p>Entrevista: Guion de preguntas</p>	<p>Representantes legales.</p> <p>Docente</p>



llevan su situación alimentaria, de esta manera conociendo lo que ingieren en la dieta y las técnicas que esta conlleva. Estos hábitos serán incluidos con éxito, ya que se conocerá el contexto y necesidades que tanto el infante como su familia tenga. (García et.al, 2008). Siendo así los hábitos alimentarios una práctica diaria la cual apoye con los nutrientes necesarios y brindar la energía indispensable para el diario vivir, además conociendo todo lo mencionado es muy sencillo ver formas de implementar de manera saludable estos hábitos teniendo resultados favorables en ello.

---

*Nota.* Categoría establecida por las autoras de la investigación acerca de los hábitos alimentarios con aportes de artículos científicos de García et.al, (2008), Lund y Burn (1969).



### 3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de la información

Para el presente trabajo de investigación se empleó varias técnicas e instrumentos para la recolección de información de acuerdo a las fases del estudio de caso, mismas que permitirán recoger datos verídicos que respaldaran el estudio, y se detallan a continuación.

#### 3.7.1 Técnica -grupo focal

Una de las técnicas utilizadas para la ejecución de la presente investigación es el grupo focal, el cual es colectivista y cualitativo, donde se comparten experiencias que sumen a la investigación, que busca como lo describe Sánchez et. al (2021) un espacio de constante interacción con un ambiente cómodo y natural, además debe haber un mediador que controle la información que se comparte. Por ende, debe ser organizado, estar dentro de la temática, coordinando la interacción, la discusión y la recolección de información.

A continuación, se describen las actividades que debe desarrollar el moderador:

**Tabla 5**  
*Actividades para desarrollarse dentro el grupo focal*

Inicio	Desarrollo	Cierre	Análisis de los datos e información
El moderador recibirá a los participantes, también dará la bienvenida y expondrá el objetivo de la reunión, la duración y las normas de funcionamiento. Se organizará una dinámica de presentación de los participantes para crear lazos de confianza.	El moderador estará atento a captar lo más importante del contenido de la discusión y las expresiones de los participantes. Se recomienda disponer de una grabadora con el fin de registrar la información. El moderador estará alerta para aclarar, ampliar, profundizar o complementar las ideas.	Cuando se haya finalizado con la discusión del tema, el moderador procederá a dar las gracias a los asistentes por su colaboración.	Finalizada la sesión el moderador-investigador procederá a transcribir la información prestando atención a lo que se dijo, para poder establecer la unidad de análisis para su codificación y categorización, como parte del proceso de análisis.

*Nota:* Tabla con elaboración propia basándose en Ruiz (2013).

#### 3.7.2. Instrumento-guía de preguntas

Este instrumento es utilizado para la realización del grupo focal con el fin de crear el intercambio de información mediante preguntas y respuestas a través de un diálogo con los participantes, con preguntas abiertas para conocer los diferentes puntos de vista, así como lo define Hernández, et.al (2014) menciona que es “el instrumento el cuál prescribe qué cuestiones se preguntarán y en qué orden”(p. 403). Es decir que también es importante tomar en cuenta a lo que queremos saber o llegar y de igual manera ir en orden en donde las preguntas sean comprendidas y respondidas de manera favorable con información que apoye a la investigación.



### **3.7.3. Técnica- observación participante**

La observación participante nos permite especificar las situaciones y acciones sociales generando conocimiento, además los objetivos de la investigación lo deben describir, de tal manera que mejora o transforma lo observado. Por ello debe ser registrado de manera tipo narrativa descriptiva, realizándose detalladamente, teniendo como fin explicar e identificar pautas mediante notas de campo, videos, audios, entre otros (Latorre, 2005).

La presente investigación a raíz de esta técnica utilizó un instrumento creado por las autoras basándose en el registro anecdótico fotográfico que tiene la finalidad de recolectar la información sobre la alimentación de los infantes en sus hogares, permitiendo conocer como la llevan a cabo, siendo un método interactivo con el cual posibilita conocer más de cerca el contexto y poder crear de este un cambio favorable.

### **3.7.4 Instrumento-registro anecdótico fotográfico**

El registro anecdótico tiene como finalidad recolectar conductas relevantes o incidentes de manera detallada que tienen relación con el tema a investigarse, Latorre (2005) menciona que las descripciones deben ser narrativas e ir orientándose desde la identificación de todas las conductas vistas y proporcionar evidencias de lo observado; deben ser precisas y comprensibles empleando un lenguaje directo y secuencial. De esta manera el registro anecdótico debe estar centrado totalmente al objetivo de la investigación, ser claro y tener en cuenta que las evidencias son muy importantes mediante medios audiovisuales, en el caso de este estudio se utilizaron las fotografías.

La fotografía es una técnica donde se evidencia la información observada o realizada para la investigación, con ella se observará si los infantes mejoran sus hábitos alimentarios, Latorre (2005) aclara que las fotografías “se consideran documentos, artefactos o pruebas de la conducta humana; en el contexto de educación pueden funcionar como ventanas al mundo de la escuela. Se pueden insertar en grabaciones en video o audio”.

### **3.7.5. Técnica - entrevista**

La entrevista es una técnica importante para el desarrollo de la presente investigación, porque como lo menciona Latorre (2005), permite adquirir “información sobre acontecimientos y aspectos subjetivos de las personas, creencias, actitudes, opiniones, valores o conocimiento que no está al alcance del investigador” (p.70). Al implementar la entrevista se va a conocer aspectos y puntos de vista de gran ayuda al desarrollo de la investigación. Así mismo, la entrevista debe ser





una conversación amena, cómoda entre dos o más personas donde se obtenga toda la información que nos permita poder interpretarla, analizarla y reflexionarla.

### **3.7.5.1 Entrevista semiestructurada**

Esta tipología de entrevista se basa en analizar qué información se considera o se quiere saber y de esta se crea el guion de preguntas, realizándolo de manera abierta, además del guion creado puede agregarse más preguntas u otras inquietudes basándose en la información que se necesita recolectar. Folgueiras (2016), menciona que en la entrevista de este tipo el entrevistador debe tener una actitud abierta y flexible, ya que con esta postura puede manejar la entrevista según las respuestas que vaya dando el entrevistado.

### **3.7.6 Instrumento-guion de preguntas**

El guion de preguntas es un instrumento que va a contribuir para la aplicación de la entrevista semiestructurada, con toda la información que se quiere conocer, en forma de lista y el orden a realizarse puede ser aleatorio dependiendo de las respuestas que se vayan dando, agregando o quitando ciertas preguntas, además debe tomarse en cuenta que tipos de preguntas se van a plantear como lo menciona Torrecilla (2006), para formular las preguntas se necesita de tiempo y hay que tomar en cuenta que las preguntas deben relacionarse con el objetivo de la entrevista.

Se recibirá información favorable para la investigación basándose en el objetivo e hipótesis, además es importante incluir una introducción donde el entrevistador o entrevistadores dan a conocer el propósito y cómo va a llevarse a cabo, donde luego toda información recogida va a ser analizada y principalmente manejada con respeto y confidencialidad.

### **3.7.6 Técnica- encuesta**

La encuesta es una técnica muy usada para la recolección de información, Useche, et.al (2019), la define como “una técnica que consiste en obtener la información directamente de las personas que están relacionadas con el objeto de estudio; se diferencia de la entrevista por el menor grado de interacción con dichas personas” (p. 31). La encuesta va a ser de gran ayuda para llenar el registro anecdótico fotográfico, ya que por la falta de tiempo de los representantes legales se va a aplicar la encuesta mediante la red social WhatsApp, pues en esta existe una herramienta la cual nos permite realizarla.



### 3.7.7 Instrumento- cuestionario

El instrumento cuestionario es un gran apoyo para el desarrollo de la encuesta, además como lo cita Torres, Paz y Salazar (s.f), siendo este un conjunto de preguntas sobre algunos sucesos o puntos que son de interés en una investigación, de esta manera considerándose fundamental para la obtención de datos. Donde para la presente investigación se utilizó un cuestionario de 3 preguntas para poder llenar el registro anecdótico fotográfico donde las interrogantes eran con relación al registro para conocer la comensalía, la disposición de ánimo y el tiempo de consumo de alimentos de los infantes por cinco días en el momento del desayuno y almuerzo.

### 3.8 Técnicas, instrumentos y procedimientos del análisis de la información

En este apartado se presentan las técnicas e instrumentos utilizados en la fase diagnóstica, mediante la siguiente tabla se expondrán detalladamente el empleo de cada una de ellas y también las fuentes que será extraída la información:

**Tabla 6**  
*Técnicas e instrumentos en la fase diagnóstica*

Técnica	Instrumento	Descripción	Fuente
Grupo Focal	Guía de Preguntas	Es aplicado con la finalidad de conocer los puntos de vista de la fuente, de esta manera comprender y saber qué tomar en cuenta para la creación del taller. ( <a href="#">ver anexo A</a> )	Representantes legales.
Entrevista	Guion de Preguntas	Conocer el punto de vista de la docente y su percepción del tema investigado, misma que nos apoyará para saber qué temas abordar en el taller. ( <a href="#">ver anexo B</a> )	Docente
Observación	Registro Anecdótico Fotográfico	Este instrumento tiene la finalidad de conocer más de cerca y evidenciar lo que se consume en el hogar y de esta manera sabremos exactamente qué puntos tocar en el taller. ( <a href="#">ver anexo C</a> )	Representantes legales.

*Nota.* Tabla basada en las técnicas e instrumentos utilizadas en la fase diagnóstica con elaboración propia (2022).

## CAPÍTULO II: REALIZACIÓN DEL ESTUDIO

### 4. Preparación de la recolección de la información

La recolección de datos es importante en el desarrollo de la investigación, como lo



mencionan Useche, et.al (2021), “consiste en recoger y organizar datos relacionados sobre variables, hechos, contextos, categorías y comunidades involucrados en la investigación, y estos son obtenidos a través de la aplicación de instrumentos que deben ser correctos, precisos, así como probados” (p.29). Como lo citan los autores la recolección de información ayuda a profundizar la información y poder analizarla e interpretarla para ampliar conocimientos y perspectivas sobre la temática que en este caso es sobre los hábitos alimentarios saludables.

#### **4.1. Diseño y revisión de instrumentos de recolección de la información**

En este proceso de diseño y revisión, cabe aclarar que los instrumentos fueron realizados con un enfoque cualitativo, guiándose en las técnicas de grupo focal, entrevista y observación, de esta manera también basándose en el primer objetivo específico de la presente investigación: Diagnosticar el desarrollo de hábitos alimentarios y su influencia en el proceso de enseñanza aprendizaje en el subnivel 2 de la Unidad Educativa Herlinda Toral de la ciudad de Cuenca-Azuay. Mediante el cual utilizó los tres instrumentos que son la guía de preguntas ([ver anexo A](#)) y el guion de preguntas ([ver anexo B](#)) las cuales fueron creadas con preguntas abiertas, y el tercer instrumento fue el registro anecdótico fotográfico ([ver anexo C](#)), el cual consistía en llenar apartados, el primero era colocar la imagen de los dos momentos de alimentación (desayuno y almuerzo), colocar con quien compartieron estos momentos, el tiempo aproximado, la disposición de ánimo y una breve descripción de lo consumido, todo esto con el fin de conocer qué hábitos alimentarios tienen y cómo poder fortalecerlos.

Cabe aclarar que, para completar el registro anecdótico fotográfico, se utilizó otro instrumento que es el cuestionario con la técnica encuesta, la cual fue mediante un grupo de WhatsApp considerando que esta aplicación nos facilita la herramienta encuesta siendo más práctico para los representantes legales. Las investigadoras fueron llenando los registros de cada infante con cada información aportada por los representantes, así mismo se interpretó la fotografía enviada para el llenado del apartado, técnica culinaria y condimentos utilizados.

Estos instrumentos fueron revisados por parte de la tutora académica, quien examinó cada pregunta planteada para que sean aplicadas, además las recomendaciones fueron mejorar la redacción para obtener una comprensión efectiva de los dos instrumentos que contenían preguntas que son la entrevista y el grupo focal. Otra recomendación fue considerar el tiempo de los representantes legales y realizar el llenado del registro anecdótico fotográfico mediante la aplicación WhatsApp creando un grupo en esta y utilizando su opción encuesta agilizando el



tiempo donde tan solo con un clic ya da respuesta a los apartados planteados. Así mismo rediseñar el registro anecdótico fotográfico, formulándolo más práctico ya que las investigadoras en base a las encuestas lo iban a llenar manualmente uno por infante de manera congruente.

#### 4.2. Planificación el proceso de recolección de la información

El proceso de recolección de datos es fundamental para la investigación, la cual se forma de tres etapas que son de gran apoyo para el presente proceso, la primera es el contexto donde las investigadoras identifican la variable del estudio conjuntamente de la teoría y el método; la segunda es la determinación de la técnica de la recolección de datos, acompañada de los instrumentos para la obtención de información; y por último la tercera que es la aplicación del instrumento en los contextos observados. Useche, et al. (2021). Por esta razón la presente investigación siguió todo el proceso mencionado para conseguir resultados favorables en esta etapa, además se realizó la planificación de este proceso como se lo demuestra en la siguiente tabla.

**Tabla 7**

*Técnicas e instrumentos en la fase diagnóstica*

Técnica de Recogida de información	¿Cómo aplicar la técnica recogida de la información? (Modalidad)	¿Dónde aplicar la técnica de recogida de información? (Escenario)	¿Cuándo aplicar la técnica de recogida de información? (Temporalización)	¿Cómo registrar? (Técnicas de Registro)
Observación	Registro Anecdótico Fotográfico (Virtual mediante encuestas en WhatsApp)	En el hogar de cada estudiante.	La tercera semana de práctica.	Fotografía, reflexión mediante grupo en Facebook.
Entrevista	Guion de preguntas (Presencial)	En la institución educativa con un ambiente armónico, en un espacio adecuado para la aplicación (aula de clases).	La segunda semana de práctica en un horario que se ajuste la docente.	Grabación de audio con el teléfono celular.
Grupo Focal	Guía de preguntas (Virtual)		La segunda semana de práctica, en un horario que se ajuste a los padres y representantes.	Grabación de video en la plataforma zoom.

*Nota.* Tabla de planificación del proceso de recolección de información creada por las autoras de la investigación (2022).

#### 5. Recolección de la información

Se desarrolló en el transcurso de las prácticas pre profesionales, en la segunda semana se envió a los representantes legales la carta de autorización para publicación de trabajos, videos o fotografías del estudiante y un consentimiento informado en el cual se explica el tema, el objetivo



y la propuesta de la investigación, invitándolos a que formen parte del grupo focal y el llenado del registro anecdótico, adjuntamos en el siguiente enlace una recopilación de las imágenes recogidas de este registro (<https://view.genial.ly/63cee61cfc652900119e6b82/presentation-habitos-alimentarios>). En la tercera semana, para la entrevista también se realizó un consentimiento dirigido a la docente en donde de la misma manera se explica el tema, objetivo y la propuesta de la investigación y que toda la información será con fines académicos. Y por último, el grupo focal fue realizado la tercera semana y el registro anecdótico tuvo una duración de una semana, la cual fue la quinta de la práctica pre profesional.

### **5.1. Sistematización de la información**

La sistematización de la información nos ayuda a explicar el proceso y los factores relacionándose entre sí, en este caso se realizaron tres técnicas e instrumentos. El primero fue el grupo focal, el cual se realizó mediante la plataforma Zoom de audio y video donde se grabó la sesión y luego se transcribió de manera digital con una duración de 40 minutos, donde luego se creó una tabla de análisis ([ver anexo D](#)), el segundo fue el registro anecdótico fotográfico, el cual necesitó el apoyo de la encuesta, ya que al considerar la falta de tiempo de los representantes legales se realizó un grupo de WhatsApp. mediante estas se pudo llenar este registro; la llenaron las autoras de esta investigación manualmente, teniendo un registro por infante en una carpeta en Google Drive siendo en total 11 registros con 44 platos tanto del desayuno y almuerzo, además se realizó una tabla de análisis diario ([ver anexo E](#)), por último el tercero fue la entrevista dirigida a la docente la cual se realizó en la institución y se grabó el audio con el teléfono celular y se transcribió digitalmente, todo ello con la finalidad de conocer el tema investigado y finalmente se creó también una tabla de análisis de esta ([ver anexo F](#)).

## **CAPÍTULO III: ANÁLISIS Y CONCLUSIONES**

### **6. Análisis e interpretación de la información**

En el análisis e interpretación de la información se establece en primer lugar el orden de todos los datos obtenidos, mediante la transcripción de datos grabados con el celular tanto de la entrevista a la docente como el grupo focal a los representantes legales, también los registros de cada representante en los dos momentos de alimentación (desayuno y almuerzo), para luego poder realizar la codificación de primer y segundo nivel, la red semántica, y la triangulación de datos, los cuales son un gran apoyo para el propósito del presente trabajo que es diseñar los talleres para padres denominado “Comida Feliz para una Mente Feliz”.

## 6.1 Codificación abierta o de primer nivel

De acuerdo con el análisis de la información recolectada, se realizó la codificación de primer nivel la cual, según Hernández, et.al (2014) “es una combinación de varias acciones: identificar unidades de significado, categorizarlas y asignarles códigos a las categorías” (p. 426). Como las que se ven reflejadas en la siguiente tabla:

**Tabla 8**  
*Técnicas e instrumentos en la fase diagnóstica*

<b>Categoría:</b>	Desarrollo de Hábitos Alimentarios Saludables.		
<b>Código:</b>	DHAS		
Subcategorías	Códigos	Indicadores	Código
Conocimientos y creencias relacionadas con la alimentación.	CCRA	Conoce sobre las necesidades alimentarias de los niños. / Saberes sobre la alimentación infantil	CNAN
		Identifica la diferenciación entre lo saludable y la chatarra	DSC
		Sabe sobre los factores que influyen en la alimentación	FIA
Actitudes relacionadas con el alimento.	ARA	Respeto los momentos y tiempos de consumo	RMTC
		Identifica con quienes come (comensalía)	ICC
		Considera la disposición o ánimo hacia la comida.	CDA
Características de la situación alimentaria	CSA	Conoce sobre la diversidad de una dieta (en un día)	CDD
		Utiliza técnicas culinarias (asado, frito, cocinada, entre otros)	TC
		Utiliza condimentos y aperitivos utilizados (azúcar, sal, pimienta, entre otros).	CAU

*Nota:* Tabla elaborada con su respectiva codificación designada por las autoras de la investigación (2022).

### 6.1.1 Densificación de la información de los instrumentos de la fase diagnóstica

Luego de denominar las subcategorías con sus respectivos códigos, se procedió a



densificar la información por cada técnica e instrumento utilizados en esta fase diagnóstica, evidenciadas en la tabla 9, 10 y 11.

**Tabla 9**  
*Densificación de la entrevista realizada a la docente*

CATEGORÍA DE ESTUDIO	SUBCATEGORÍAS	INDICADORES	INFORMACIÓN
Desarrollo de Hábitos Alimentarios Saludables.	Conocimientos y creencias relacionadas con la alimentación.	Conoce sobre las necesidades alimentarias de los niños. / Saberes sobre la alimentación infantil.	Como son nuevos, les incentivamos a que traigan comida saludable, entonces en su mayoría sí lo hacen y cambian en el lonche, como ustedes han podido observar, pero hay algunos que si nos faltan.
		Identifica la diferenciación entre lo saludable y la chatarra.	Aquí en el aula si llevan comida saludable, solo el día viernes se les deja traer comida chatarra, a pesar de que algunos papás mandan comida saludable.
		Sabe sobre los factores que influyen en la alimentación.	Los papás no tienen tiempo, es el factor trabajo. Incluso le dan de desayunar al Matías en el carro. Hay que seguir trabajando con los papás. Yo creo que es el factor tiempo, pero las personas que se queden al cuidado sí deberían mandar cosas saludables.
	Actitudes relacionadas con el alimento.	Respeto los momentos y tiempos de consumo.	Es un aproximado de 20 minutos, comienza a partir de las 9:20 hasta las 9:40 comen ellos el refrigerio, previamente lavándose las manos, que están limpiecitas y ahí comen.
		Identifica con quienes come (comensalía).	Tal vez una vez al día comen en familia, porque todos los papitos trabajan
		Considera la disposición o ánimo hacia la comida.	A partir de agosto que ellos ingresaron, están comiendo saludable, comen casi todo como ustedes pueden observar traen arroz con carne con tomate, lechugas, Jesús por ejemplo él me llama mucho la atención, él trae brócoli picado y él se come y no es con mayonesa, sino solo brócoli aparte trae queso así alguna cosa, pero a él gusta y hay algunos niños que saben hacer así
	Características de la situación alimentaria	Conoce sobre la diversidad de una dieta (en un día)	Yo les he dicho siempre que vean lo que sus hijos comen, entonces que les manden, no sé unas frutas, un yogur, es para que cada uno vea, pero que sea saludable que quede a consideración de ellos
		Utiliza técnicas culinarias (asado, frito, cocinada, entre otros)	Las frutas, les mandan picadito incluso les he tomado una foto para decirles que mandaba muy grande y les digo si son niños pequeños eso no entran en la boca y si le mandan una manzana entera tampoco se la va a comer
		Utiliza condimentos y aperitivos utilizados (azúcar, sal, pimienta, entre otros).	No conozco el uso de condimentos en cada hogar, pero considero que son adecuados tomando en cuenta la salud de sus hijos.

*Nota:* Tabla elaborada mediante la información pertinente de la entrevista con elaboración propia (2022).

Después de analizar la entrevista realizada a la docente, con relación al desarrollo de hábitos alimentarios saludables dentro del salón de clase, se puede evidenciar que sobre la



primera subcategoría conocimientos y creencias relacionadas con la alimentación con su código **CCRA**, indica que a diario los refrigerios escolares se envían en su mayoría de manera saludable con comida casera o frutas, y también se conoció que el día viernes se puede enviar un lunch que sea chatarra, además la docente considera que los representantes legales no tienen tiempo y por esto se les complica ciertas veces enviar comida saludable, sobre la segunda subcategoría de color actitudes relacionadas con el alimento, **ARA**, la docente expone que en el salón de clase los infantes tienen 20 minutos para el consumo de su refrigerio, existe una buena disposición de ánimo hacia los alimentos enviados mismos que enfatiza el envío de verduras y frutas, por último en la tercera subcategoría características de la situación alimentaria **CSA**, nos comenta que brinda recomendaciones a los padres para los futuros refrigerios tomando en cuenta los gustos y salud de los infantes.

**Tabla 10**  
*Densificación del Grupo Focal*

CATEGORÍA DE ESTUDIO	SUBCATEGORÍAS	INDICADORES	INFORMACIÓN
Desarrollo de Hábitos Alimentarios Saludables.	Conocimientos y creencias relacionadas con la alimentación.	Conoce sobre las necesidades alimentarias de los niños. / Saberes sobre la alimentación infantil.	Considero que los carbohidratos, proteínas y frutas son parte de los buenos hábitos. El pediatra me dijo que por lo menos sea de tres a cuatro vasos de agua o tres lácteos tendría que tener en el día. Y aparte de eso, la vitamina C. Lo que comemos todos los días, tal vez es como un hábito de comer frutas, todos los días, carbohidratos a ciertas horas, tal vez así eso sería un hábito. Los hábitos son desde que aprendes de la casa, porque yo, por ejemplo, a mi hijo de mañana le doy su batido y ahí le doy su huevo cocido o huevo tibio. Entonces es un hábito que yo doy cada día. Entonces mi hijo está ya acostumbrado, se podría decir
		Identifica la diferenciación entre lo saludable y la chatarra.	Yo considero que si le mando un lunch saludable a mi hija, porque la fruta obviamente le ayuda, ella me dice Mami, mañana quiero que me mandes fresa, kiwi y otras frutas al día por eso creo que es saludable y le da energía. Le mando frutas, pues considero que es saludable, ya que trató de implementar siquiera alguna fruta o una proteína, algo un yogurcito, algo que le pueda fortalecer durante el día, que la aguante, su estomaguito y que le dé bastante energía.
		Sabe sobre los factores que influyen en la alimentación.	Las frutas para que les dé más energía a nuestros hijos no mucha comida chatarra eso es muy perjudicial, a esta edad de crecimiento de nuestros hijos. Le mando un refrigerio saludable a mi hija porque yo veo que le da energía, el refrigerio ayuda para que en este caso mi hija esté pendiente de todo y tenga más energía y esté más activa, esté más activa en el día. Yo pienso que el yogur es una fuente de calcio que ella necesita a diario.





Actitudes relacionadas con el alimento.	Respeto los momentos y tiempos de consumo.	De mañana toma ya su batido, igual almuerzo cuando llega de la escuela. A la 1:20 por ahí almuerza, igual al en la tarde y en la noche llegó a las 6 o 6:30, y ya está merendando, si tiene un ritmo así estable de alimentación. Se levanta a las 6:30 está desayunando, por ahí a las 7 toma su batidito, un huevito tibio, a veces cereal o pancakes, pero por lo general, el desayuno a las 7 de la mañana, cuando llegamos de las de la escuela, sería a la 1:30, que ya estamos sentándonos a almorzar. Y a la hora de la merienda, 6:30 o 7 de la noche, ya por lo general está más o menos ese ritmo está comiendo Julián. A veces batallando que coma todo también porque a veces es un poquito melindroso en ese tema también entonces hay que estar ahí sentados hasta que coma todo.
	Identifica con quienes come (comensalía).	Comparte con mi esposo y conmigo, desayunamos los 3 en el almuerzo, yo llego a almorzar con ella y también comparte mi mami, que es la que pasa con ella todo el día Comparte con mi mami con mis hermanas. A veces con mi papi también, y alguno que otro tío también. Desayunamos todos, porque él tiene un hermanito. Se llama Matías, entonces comemos los cuatro 4. Nosotros con mi suegra los 5, el papá no comparte el almuerzo porque él trabaja, en cambio, la merienda estamos de nuevo todos. Desayuna con su papá con su hermanito, en la hora del almuerzo todos nos reunimos mi esposo Julián y su hermanito, a la hora de la merienda generalmente merendamos solo con mis dos hijos y mi persona.
	Considera la disposición o ánimo hacia la comida.	A Natalia le encanta la sandía y la frutilla, me dice mami, porque a mí me gusta, pero ella me dice con una felicidad inexplicable. Le gusta maduro con queso y siempre se pone feliz, o choclo con queso igual, le da alegría igual en las sopas, las verduras si le gustan a ella, no le guste una cosa es la piña, no le gusta mucho, y cosas que tengan pepas no le gustan. Así hay que estarle seleccionando las cosas para que pueda comer nada más
Características de la situación alimentaria	Conoce sobre la diversidad de una dieta (en un día)	A la Sofí siempre tengo que mandarle agüita o jugo, pero más jugo que agüita, jugo de mora y que le guste o de fresa, el maduro también, eso sí, le gusta bastante. A mi Natalia le envió lo que es fruta porque le gusta la fruta y todos los días le envió yogur porque me parece bueno. En mi caso yo a mi Anthony le mando siempre la mayor cantidad de frutas, más le gusta a él, las uvas y las manzanas de eso le mando más veces en la semana
	Utiliza técnicas culinarias (asado, frito, cocinada, entre otros)	Sofí Morán también pollo frito, pero no todos los días si ha de ser, pero unas tres veces a la semana porque necesita igual comer carnes. La mayor parte le cocino naturalmente así, con ajito la mayor parte es cocinado. La mayor parte es sin mucho frito, casi nada de fritos porque él no puede por su enfermedad. En la semana dos o tres veces pollo al horno y eso le



		gusta a ella con mayonesita igual la mayonesa casera y a veces, papitas fritas igual obviamente caseras.
	Utiliza condimentos y aperitivos utilizados (azúcar, sal, pimienta, entre otros).	Las comidas que se preparan es con los condimentos básicos, digamos cebollita, ajo, comino eso sería un poquito de aceite de color o un poquito de orégano. Sin condimentos. De hecho, así, con ajo pimienta así, nada más. Igual así, condimento natural, más el ajo con el pimienta y la cebolla, nada de ajino motos ni cubitos maggi ni nada de esos aliños preparados.

*Nota:* Tabla elaborada mediante la información pertinente del grupo focal con elaboración propia (2022).

Luego de analizar el grupo focal ejecutado con los representantes de los infantes referentes a las subcategorías planteadas, el color naranja indica los conocimientos y creencias que tiene la familia acerca de la alimentación saludable **CCRA**, se obtuvo diferentes perspectivas tomando en consideración que cada familia tiene pensamientos diferentes, En cuanto a las actitudes relacionadas con la alimentación **ARA**. Se conoció más a fondo como se la lleva en el hogar, es decir, quienes acompañan al infante en estos momentos, cuanto es el tiempo aproximado y si lo que ingiere es de su agrado, de igual manera cada aporte fue útil no solo para nosotras como investigadoras, sino también para los demás miembros del grupo focal. Por último, en características de la situación alimentaria **CSA**, se enfoca en la preparación de los alimentos, si conocen como es o debería ser una dieta para niños de 3 años y qué condimentos son utilizados para la elaboración de los mismos, con todo esto se pudo analizar a mayor profundidad el desarrollo de hábitos saludables de cada familia.

**Tabla 11**  
*Densificación del Registro Anecdótico Fotográfico*

CATEGORÍA DE ESTUDIO	SUBCATEGORÍAS	INDICADORES	INFORMACIÓN
Desarrollo de Hábitos	Conocimientos y creencias relacionadas con la alimentación.	Conoce sobre las necesidades alimentarias de los niños. / Saberes sobre la alimentación infantil.	Se puede constatar que si conocen las necesidades alimentarias que tienen sus representados, así mismo siempre tomando en cuenta los gustos de cada uno, las porciones adecuadas para su edad relacionadas con la pirámide alimenticia, de esta manera evitan los desayunos y almuerzos tradicionales, además, cabe recalcar que en los dos momentos los platos a servirse siempre están acompañados de un líquido.
		Identifica la diferenciación entre lo saludable y la chatarra.	De los dos momentos de alimentación (desayuno y almuerzo), se identificó que en su mayoría tienen claro la diferenciación de estos alimentos, de esta manera alimentan a sus hijos/as con comida saludable hecha en casa, evitando totalmente la comida chatarra, aunque sí existió esta diferenciación,



Alimentarios Saludables.		en el momento del desayuno un infante en su segundo se sirvió comida chatarra, pero ya en los siguientes días se sirvieron desayunos totalmente saludables.	
	Sabe sobre los factores que influyen en la alimentación.	De la misma manera, si existe un amplio conocimiento sobre los factores que influyen en la alimentación, de esta manera solo se servían alimentos saludables que brindan energía al infante en ambos momentos (desayuno y almuerzo).	
	Actitudes relacionadas con el alimento.	Respeta los momentos y tiempos de consumo.	En el registro existe un apartado en donde se identifica el tiempo aproximado de consumo del alimento de los infantes, al ser analizado se identificó que los representantes, si respetan el ritmo de alimentación, está entre 10 a 25 minutos en el desayuno y en el almuerzo entre 15 a 30 minutos, se evidencia que existe respeto en los tiempos de consumo de los dos momentos.
		Identifica con quienes come (comensalía).	En el registro existe un apartado en donde se identifica la comensalía en cada hogar de los infantes, es decir, con quien se alimenta. Debía colocar con quien compartió el momento de alimentación, la mayoría de infantes compartía con su mamá los dos momentos, otros infantes en el desayuno compartían con sus padres y en el almuerzo con abuelos, y así dependiendo el caso de cada infante, se pudo concluir que en los momentos de consumo si existe compañía y seguimiento.
		Considera la disposición o ánimo hacia la comida.	En el registro existe un apartado en donde se identifica la disposición de ánimo, constaba en señalar que emoji (feliz, triste, apático) define este estado de ánimo, en su mayoría en ambos momentos fue la felicidad, en otros casos fue apático y hasta triste, cabe aclarar que estas emociones fueron porque los infantes estaban enfermos; estas emociones no causo el alimento sino su estado de salud. En sus demás días a lo largo de la semana tenían el emoji de felicidad, se considera que los representados tienen un positivo estado de ánimo hacia la comida que se preparan en sus hogares.
	Características de la situación alimentaria	Conoce sobre la diversidad de una dieta (en un día)	En el registro existe un apartado en donde se realiza una breve descripción del plato que se va a servir el infante, en este se identificó que los representantes varían día a día los alimentos, tanto en el desayuno como en el almuerzo, así mismo respetando las porciones y no repitiendo lo del desayuno al almuerzo o viceversa, al contrario, siempre son alimentos saludables y variados.
	Utiliza técnicas culinarias (asado, frito, cocinada, entre otros)	En el registro existe un apartado en donde se realiza una breve descripción del plato y al finalizar esta descripción se especifica la técnica culinaria utilizada en la cocción de este, lo cual la técnica más utilizada	



		es hervido y frito, ya que se presentaba el arroz, secos, sopas, carnes, etc.
	Utiliza condimentos y aperitivos utilizados (azúcar, sal, pimienta, entre otros).	Se realiza una breve descripción del plato y al finalizar esta descripción se especifica los condimentos utilizados en la cocción, por ello los más utilizados son la sal y el azúcar, los cuales son imprescindibles en cada plato servido a lo largo de la semana.

*Nota:* Tabla elaborada mediante la información pertinente del registro anecdótico fotográfico con elaboración propia (2022).

Luego de analizar el registro anecdótico fotográfico, aplicado a los representantes legales en dos momentos de alimentación: desayuno y almuerzo, se evidenció en primer lugar con relación a la primera subcategoría conocimientos y creencias relacionadas con la alimentación **CCRA**, que el tipo de alimentación es saludable de tal manera que se alimentan con mucha cantidad de verduras, a pesar de que existió un caso de que un infante no se alimentó saludable en el momento del desayuno fue 1 de 22 desayunos recibidos lo cual en su mayoría si se puede afirmar que llevan este tipo de alimentación, además los representantes conocen sobre las necesidades y porciones de los infantes, por otro lado, en la segunda subcategoría actitudes relacionadas con el alimento **ARA**, se aprecia que los infantes tienen una disposición muy positiva ante los alimentos preparados en casa y además respetan tiempos de alimentación, y finalmente sobre la última subcategoría características de la situación alimentaria **CSA**, se afirma que los representantes utilizan técnicas y condimentos que apoyan a la salud y desarrollo integral de los infantes.

## 6.2 Codificación axial o de segundo nivel

Luego de haber realizado los pasos anteriores (codificación primer nivel y densificación), se prosigue con la codificación axial o de segundo nivel la cual según Hernández et.al (2014) menciona que este tipo de codificación tiene la finalidad de “comparar categorías, identificamos similitudes y diferencias entre ellas y consideramos vínculos posibles entre categorías” (p. 441). Tal como se demuestra en la siguiente tabla.

**Tabla 12**  
*Codificación de segundo nivel*

<b>Categoría:</b> Desarrollo de Hábitos Alimentarios Saludables									
<b>Recodificación:</b> Se mantiene (DHA)									
Indicadores	Conoce sobre las necesidades alimentarias de los niños. / Saberes sobre la alimentación infantil.	Identifica la diferencia entre lo saludable y la chatarra.	Sabe sobre los factores que influyen en la alimentación.	Respetar los momentos y tiempos de consumo.	Identificar a con quienes come (comensalía).	Considerar a la disposición o ánimo hacia la comida.	Conocer sobre la diversidad de una dieta (en un día)	Utilizar técnicas culinarias (asado, frito, cocinada, entre otros)	Utilizar condimentos y aperitivos utilizados (azúcar, sal, pimienta, entre otros)
<b>Códigos</b>	<b>CNAN</b>	<b>DSC</b>	<b>FIA</b>	<b>RMTC</b>	<b>ICC</b>	<b>CDA</b>	<b>CDD</b>	<b>TC</b>	<b>CAU</b>
	Se mantiene	Se mantiene	Se relacionan los dos indicadores		Se relacionan los dos indicadores			Se relacionan los dos indicadores	
			Sabe sobre los factores que influyen en la alimentación	Respetar los momentos y tiempos de consumo	Identificar a con quienes come (comensalía).	Considerar a la disposición o ánimo hacia la comida.		Utilizar técnicas culinarias (asado, frito, cocinada, entre otros)	Utilizar condimentos y aperitivos utilizados (azúcar, sal, pimienta, entre otros)
	Se mantiene	Se mantiene	Tiempo como factor que influye en la alimentación		Ánimo del infante en la comensalía			Procedimientos de cocina (día a día).	
<b>Recodificación</b>	<b>CNAN</b>	<b>DSC</b>	<b>TFIA</b>		<b>AIC</b>		<b>CDD</b>	<b>PCD</b>	

*Nota:* Tabla correspondiente a la codificación de segundo nivel con elaboración propia (2022).

Luego de haber concluido con la densificación sobre la información obtenida, se pudo evidenciar en la codificación de segundo nivel que tres indicadores se enlazaron por la misma información que proporcionan. Por ende, se tiene como resultado tres indicadores, el tiempo



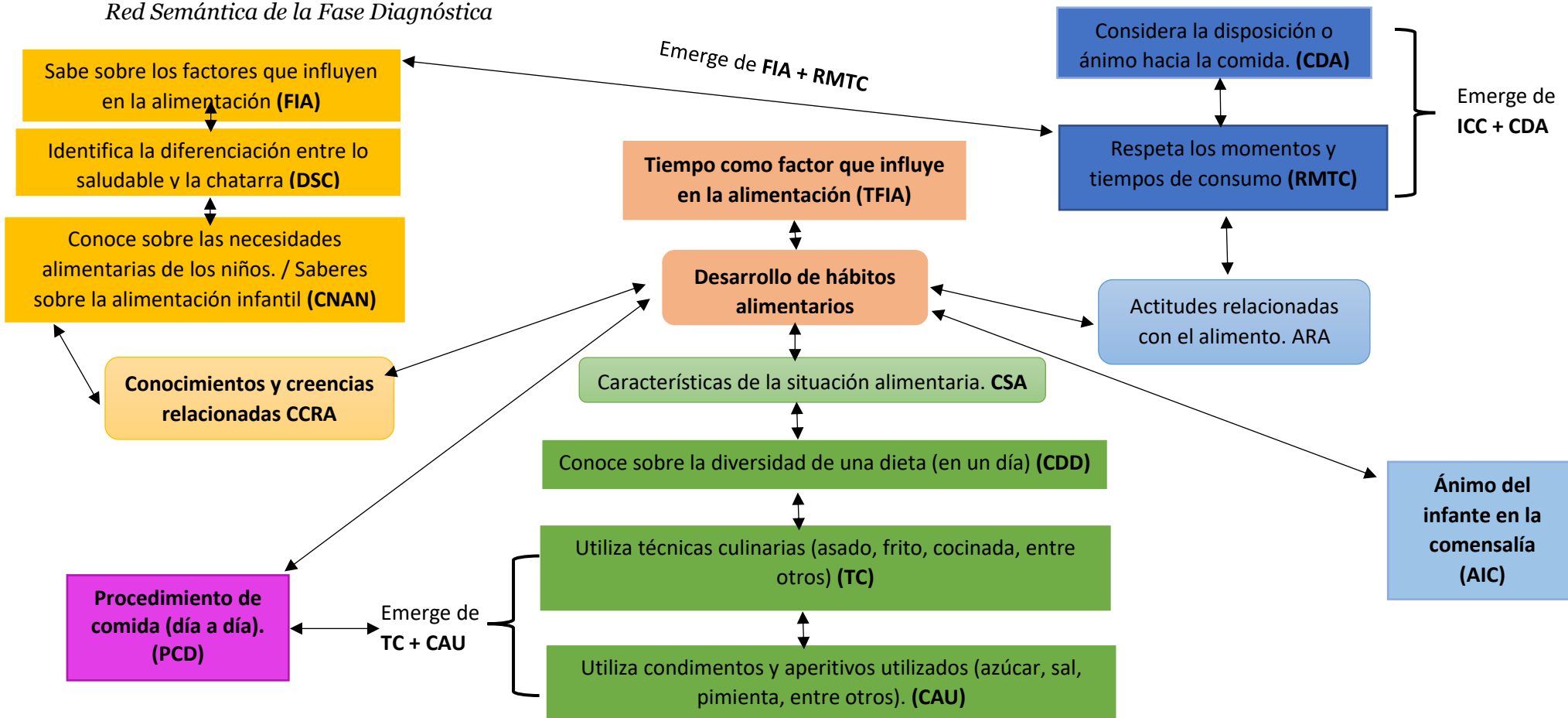
como factor que influye en la alimentación, ánimo del infante en la comensalía y procedimientos de cocina (día a día).

### **6.3 Red semántica**

El proceso de realización de la red semántica de la presente investigación se basa en tratar de explicar todo lo analizado y proyectarlo, tal como lo cita Vargas, et.al (2014), las redes semánticas se basan en un conjunto de palabras recuperadas mostrando varias ideas y conceptos que las personas construyen acerca de cualquier objeto, tema o situación de su cotidianidad, de tal manera como la vamos a ver en la siguiente figura.



**Figura 4**  
*Red Semántica de la Fase Diagnóstica*



*Nota:* Red semántica elaborada con la información de la codificación de segundo nivel. Fuente: Elaboración propia (2022).



En la red semántica se indica de manera sintetizada la información obtenida mediante los instrumentos, se parte de las tres subcategorías planteadas **CCRA** conocimientos y creencias relacionadas con la alimentación, **ARA** actitudes relacionadas con el alimento, **CSA** características de la situación alimentaria. Estas permitieron densificar la información recolectada. La subcategoría **CCRA** consta de 3 indicadores, Conoce sobre las necesidades alimentarias de los niños. / Saberes sobre la alimentación infantil **CNAN**, identifica la diferencia entre lo saludable y lo chatarra **DSC**. Y sabe sobre los factores que influyen en la alimentación **FIA**.

En la subcategoría denominada, actitudes relacionadas con el alimento **ARA**, de igual forma cuenta con 3 indicadores, respeta los momentos y tiempos de consumo **RMTC**, identifica con quienes come (comensalía) **ICC**, considera la disposición de ánimo hacia la comida **CDA**. Y en la tercera subcategoría características de la situación alimentaria **CSA**, con los indicadores; conoce sobre la diversidad de una dieta **CDD**, utiliza técnicas culinarias **TC**, utiliza condimentos y aperitivos **CAU**.

Se puede visualizar en la red las relaciones entre los indicadores **FIA** Factores que influyen en la alimentación y **RMTC** Respeto los momentos y tiempos de consumo, estos se enlazan por la información brindada y emerge la categoría **TFIA**, tiempo como factor en la alimentación. Así como entre **ICC** Identifica con quienes come y **CDA** Considera la disposición de ánimo hacia la comida, emergiendo Ánimo del infante en la comensalía **AIC**. Y por último se relacionan el indicador **TC** utiliza técnicas culinarias (asado, frito, cocinada, entre otros) con **CAU** utiliza condimentos y aperitivos utilizados (azúcar, sal, pimienta, entre otros), emergiendo **PCD** Procedimientos de cocina (día a día).

#### **6.4 Triangulación de la información**

La triangulación de información es el último paso del presente análisis; el cual nos apoya para tener un punto de vista más profundo (tabla 13). Se consideran las tres técnicas e instrumentos aplicados: entrevista, grupo focal y registro anecdótico fotográfico. Básicamente por esta razón, se menciona a la triangulación como el medio de verificación y comparación de toda la información obtenida en diferentes momentos y con diferentes métodos (Benavides y Gómez, 2005).





**Tabla 13**  
*Triangulación de los instrumentos*

CATEGORÍA DE ESTUDIO	SUBCATEGORÍAS	INDICADORES	INFORMACIÓN ENTREVISTA DOCENTE	INFORMACIÓN GRUPO FOCAL	INFORMACIÓN REGISTRO ANECDÓTICO FOTOGRÁFICO	ANÁLISIS
Hábitos Alimentarios Saludables.	Conocimientos y creencias relacionadas con la alimentación .	Conoce sobre las necesidades alimentarias de los niños. / Saberes sobre la alimentación infantil.	Como son nuevos, este les incentivamos a que traigan comida saludable, entonces en su mayoría sí lo hacen y cambian en el lonche, como ustedes han podido observar, pero hay algunos que si nos faltan	Los carbohidratos, proteínas y frutas son parte de los buenos hábitos. Y aparte de eso, la vitamina C. Lo que comemos todos los días, tal vez es como un hábito de comer frutas, todos los días, carbohidratos a ciertas horas. Los hábitos es desde que aprendes de la casa, porque yo, por ejemplo, a mi hijo de mañana le doy su batido y ahí le doy su huevo cocinado o huevo tibio. Entonces es un hábito que yo voy cada día. Entonces mi hijo está ya acostumbrado, se podría decir	Mediante las imágenes observadas y analizadas de los representantes se puede constatar que si conocen las necesidades alimentarias que tienen sus representados, así mismo tomando en cuenta los gustos de cada uno, porciones adecuadas para su edad y también relacionadas con la pirámide alimenticia, además en los dos momentos los platos a servirse siempre están acompañados de un líquido.	El grupo de representantes legales, al igual que la docente de este nivel, conocen lo importante que es que los infantes tengan una buena relación con los hábitos saludables, pues se ha podido visualizar que la mayor parte del grupo cuenta con estos hábitos. Aparte cada representante es guiado por un especialista, ya sea pediatra o nutricionista, quien aporta de este tema.



Identifica la diferenciación entre lo saludable y la chatarra.	Aquí en el aula si llevan comida saludable, solo el día viernes se les deja traer comida chatarra, a pesar de que algunos padres mandan comida saludable	Yo considero que si le mando un lunch saludable, porque la fruta obviamente le ayuda, ella me dice Mami, mañana quiero que me mandes fresa, kiwi y otras frutas, por eso creo que es saludable y le da energía. Le mando frutas, pues considero que es saludable, ya que trató de implementar siquiera alguna fruta o una proteína, algo que le pueda fortalecer durante el día, que la aguante y que le dé bastante energía.	De los dos momentos de alimentación (desayuno y almuerzo), se identificó que en su mayoría tienen claro la diferenciación de estos alimentos, de esta manera solo alimentando a sus hijos/as con comida saludable hecha en casa, evitando la comida chatarra, aunque se recalca sí existió esta diferenciación, en el momento del desayuno un infante se sirvió comida chatarra, pero ya en los siguientes días se sirvieron desayunos totalmente saludables.	Los alimentos chatarras son considerados como alimentos no sustanciales, la docente comenta que únicamente el viernes pueden llevar un refrigerio con alguna golosina, a pesar de ello los padres envían alimentos sanos. Los representantes comentaron que los infantes están más interesados en ingerir frutas que papa frita o alguna golosina. Mediante la fotografía pudimos evidenciarlo.
Sabe sobre los factores que influyen en la alimentación .	Los papás no tienen tiempo, es el factor trabajo, entonces dice que ellos salen muy pronto. Incluso le dan de desayunar al Matías en el carro, Hay que seguir trabajando con los papis. Yo creo que es el factor tiempo,	Las frutas para que les dé más energía a nuestros hijos no mucha comida chatarra eso es muy perjudicial, a esta edad de crecimiento de nuestros hijos. Le mando un refrigerio saludable a mi hija porque yo veo que le da energía, el refrigerio ayuda para que en este caso mi hija esté pendiente de todo y tenga más energía y esté más activa, esté más activa en el día.	Por medio de la fotografía se analizó que de la misma manera que si existe un amplio conocimiento sobre los factores que influyen en la alimentación de esta manera solo se servían alimentos saludables que brindan energía al infante en ambos momentos (desayuno y almuerzo).	La docente menciona que el tiempo es un factor que influye en la alimentación de los infantes, por lo que los representantes trabajan, no pueden comer a tiempo. En la fotografía se evidencia que los desayunos al igual que los almuerzos son con los nutrientes necesarios, pero en la encuesta realizada las madres están en el momento de la comida



		pero las personas que se queden al cuidado si deberían mandar cosas saludables.	Yo pienso que el yogur es una fuente de calcio que ella necesita a diario.		aquí se puede analizar que el trabajo es un factor en la alimentación de cada niño o niña.
Actitudes relacionadas con el alimento.	Respetar los momentos y tiempos de consumo.	Es un aproximado de 20 minutos, comienza a partir de las 9:20 hasta las 9:40 comen ellos el refrigerio, previamente lavándose las manos, que estén limpiecitos y ahí comen.	De mañana toma su batido, igual almuerza a la 1:20 y en la noche a las 6 o 6:30, ya está merendando, si tiene un ritmo estable de alimentación. Se levanta a las 6:30 está desayunando, por ahí a las 7 toma su batidito, un huevito tibio, a veces cereal o pancakes, pero por lo general, el desayuno a las 7, cuando llegamos de las de la escuela, a la 1:30, ya estamos sentándonos a almorzar. Y a la hora de la merienda, 6:30 o 7 de la noche, ya por lo general está más o menos ese ritmo está comiendo Julián.	En el registro existe un apartado en donde se identifica el tiempo aproximado de consumo; se identificó que los representantes si respetan el ritmo de alimentación el cual está entre 10 a 25 minutos en el desayuno y en el almuerzo entre 15 a 30 minutos, lo cual se evidencia que si existe un respeto en los tiempos de consumo de los dos momentos.	En la escuela los infantes tienen su espacio para el refrigerio, la docente comenta que tienen un aproximado de 20 minutos al igual que en los hogares, ya sea en el desayuno o almuerzo .




---

<p>Identifica con quienes come (comensalía)</p>	<p>Tal vez una vez al día comen en familia, porque todos los papitos trabajan.</p>	<p>Comparte con mi esposo y conmigo, desayunamos los 3, en el almuerzo yo llego a almorzar con ella, también comparto mi mami. Comparte con mi mami, mis hermanas. A veces con mi papi también, y alguno que otro tío. Desayunamos todos, porque él tiene un hermanito, entonces comemos los 4. Nosotros con mi suegra los 5, el papá no comparte el almuerzo porque él trabaja, en cambio, la merienda estamos todos. Desayuna con su papá con su hermanito, en la hora del almuerzo todos nos reunimos mi esposo.</p>	<p>En el registro existe un apartado en donde se identifica la comensalía en cada hogar de los infantes, la mayoría de infantes compartía con su mamá los dos momentos, en cambio, otros infantes en el desayuno compartían con sus padres y en el almuerzo con abuelos, y así dependiendo el caso de cada infante, lo cual se pudo concluir que en los momentos de consumo si existe compañía y seguimiento en estos.</p>	<p>La comensalía es fundamental en el proceso de la alimentación del infante, pues comer en familia también es parte del estado de ánimo con el que el niño o niña ingerir su alimento, por ello se analiza que por lo general 1 o 2 veces al día comen en familia, puesto que en la tarde los padres trabajan, pero también otros miembros de la familia (abuelos, tíos, primos) forman parte de la comensalía de los infantes.</p>
---	--	---	--	--

---



Considera la disposición o ánimo hacia la comida.

A partir de agosto que ellos ingresaron están comiendo saludable, comen casi todo como ustedes pueden observar traen arroz con carne con tomate, lechugas, el Jesús por ejemplo él me llama mucho la atención, él trae brócoli picadito y él se come aparte trae queso así alguna cosa, pero a él gusta y hay algunos niños que saben hacer así.

A Natalia le encanta la sandía y la frutilla, me dice mami, porque a mí me gusta, pero ella me dice con una felicidad inexplicable.

Le gusta Maduro con queso y siempre se pone feliz, o choclo con queso igual, le da alegría igual en las sopas, las verduras si le gustan a ella, no le guste una cosa es la piña, no le gusta mucho, y cosas que tengan pepas no le gustan. Así hay que estarle seleccionando las cosas para que pueda comer nada más.

En el registro existe un apartado en donde se identifica la disposición de ánimo (feliz, triste, apático), en su mayoría en ambos momentos fue la felicidad, en otros casos fue apático y hasta triste, cabe aclarar que estas emociones fueron porque los infantes estaban enfermos; estas emociones no causo el alimento sino su estado de salud. En sus demás días a lo largo de la semana tenían el emoji de felicidad.

La disposición de ánimo también es un factor que influye en la alimentación, pues si un niño está triste no comerá, pero lo que hemos podido evidenciar en la práctica es que los infantes en su refrigerio dependiendo a lo que se le envió ponen caritas de felicidad o dicen profe que es esto y no comen todo su refrigerio, a veces es porque no les gusta o porque la cantidad fue en exceso.



Características de la situación alimentaria	Conoce sobre la diversidad de una dieta (en un día)	yo les he dicho siempre que vean lo que sus hijos comen, entonces que les manden, no sé unas frutas, un yogur, es para que cada uno vea, pero que sea saludable que quede a consideración de ellos.	A la Sofí siempre tengo que mandarle agüita o jugo, pero más jugo que agüita, jugo de mora y que le guste o de fresa, el maduro también, eso sí, le gusta bastante. A mi Natalia le envió lo que es fruta porque le gusta la fruta y todos los días le envió yogur porque me parece bueno. En mi caso yo a mi Anthony le mando siempre la mayor cantidad de frutas, más le gusta a él, las uvas y las manzanas de eso le mando más veces en la semana.	En el registro existe un apartado en donde se realiza una breve descripción del plato que se va a servir el infante, se identificó que los representantes si varían día a día los alimentos, tanto en el desayuno como en el almuerzo, así mismo respetando las porciones y no repitiendo lo del desayuno al almuerzo o viceversa entre días, al contrario, siempre son alimentos saludables y variados.	Variar los alimentos a los infantes también ayuda a su estado de ánimo, pues si todos los días el representante envía todos lo mismo, el niño se cansará y no se alimentará correctamente, por ello la docente apoya con que envíen cosas diferentes y del agrado del infante. Algunos si envían variado, pero hay uno que no, es lo que se ha podido observar en el refrigerio. Por otra parte, en el desayuno y almuerzo los alimentos son diversos, nunca es lo mismo.
	Utiliza técnicas culinarias (asado, frito, cocinada, entre otros)	Las frutas les mandan picadito incluso les he tomado una foto para decirles que mandaba muy grande y les digo si son niños pequeños eso no entran en la boca y si le mandan una manzana entera	Sofí come pollo frito, pero no todos los días si ha de ser, unas tres veces a la semana. La mayor parte le cocino naturalmente así, con ajito la mayor parte es cocinado. La mayor parte es sin mucho frito, casi nada de fritos porque él no puede por su enfermedad. En la semana dos o tres veces pollo al horno y eso le gusta a ella con mayonesita igual la mayonesa casera y a veces,	En el registro existe un apartado en donde se realiza una breve descripción del plato y al finalizar esta descripción sé específica la técnica culinaria utilizada en la cocción de este, lo cual la técnica más utilizada es hervido y frito, ya que se presentaba el arroz, secos, sopas, carnes, etc.	En el refrigerio se observa que las frutas son fundamentales en la mayoría de infantes, por lo que raramente se observa técnicas culinarias, si es así, se observa cositas hervidas, nada de frito. en los hogares es diferente, pues el desayuno no se utilizan muchas tecinas, la más común es cocinado y

	tampoco se la va a comer	papitas fritas igual obviamente caseras.		hervido, pero en el almuerzo ya es variado y depende de cada familia. Hay días que son fritos, pero por lo que nos comentaron es muy poco.
Utiliza condimentos y aperitivos utilizados (azúcar, sal, pimienta, entre otros).	No conozco el uso de condimentos en cada hogar, pero considero que son adecuados tomando en cuenta la salud de sus hijos.	Las comidas que se preparan es con los condimentos básicos, digamos cebollita, ajo, comino eso sería un poquito de aceite de color o un poquito de orégano. Sin condimentos. De hecho, así, con ajo pimienta así, nada más. Igual así, condimento natural, más el ajo con el pimienta y la cebolla, nada de ajino mosos ni cubitos maggi ni nada de esos aliños preparados.	En el registro existe un apartado en donde se realiza una breve descripción del plato y al finalizar esta descripción sé específica los condimentos utilizados en la cocción de este, por ello los condimentos más utilizados es la sal y el azúcar los cuales son imprescindibles en cada plato servido a lo largo de la semana de los infantes.	Los condimentos utilizados son caseros en su mayoría, pues los representantes consideran que estos son las saludables que los que venden en las tiendas. En los refrigerios por lo general son frutas la cuales no usan condimentos, acompañados de aguaitas o jugos con un poco de azúcar.

*Nota.* Tabla con base en cada instrumento con la información y análisis pertinente con elaboración propia (2022)



## **6.5 Interpretación de los resultados**

Se realizó la interpretación de resultados con base a los instrumentos y técnicas aplicadas las cuales fueron el registro anecdótico fotográfico con la observación, la entrevista con el guion de preguntas y el grupo focal con la guía de preguntas, en donde con estos se realizó la ya mencionada codificación en primer y segundo nivel, densificación y triangulación siendo todo esto un proceso riguroso de análisis con relación a la categoría hábitos alimentarios saludables, donde de esta manera interpretando todos los datos obtenidos que se verán reflejados a continuación con relación a las subcategorías de estudio.

En relación de los Conocimientos y creencias relacionadas con la alimentación, se interpreta que los representantes legales tienen un buen conocimiento sobre la alimentación, llevándolo de manera saludable a sus infantes y conociendo muchas de las necesidades que estos tienen. Con respecto a la segunda, Actitudes relacionadas con el alimento, se percibe que los infantes y los representantes legales tienen una disposición de ánimo positiva en los momentos de alimentación; desde el acompañamiento hasta el respeto ante los tiempos de consumo. Y por último, la tercera, Características de la situación alimentaria, se resalta que los representantes tienen una amplia variedad y un buen manejo en la alimentación de sus hijos/as tanto en las técnicas culinarias como en los condimentos utilizados día a día.

Partiendo de todos los resultados interpretados se diseñó la propuesta de intervención educativa, donde se evidenciará un taller por cada subcategoría estudiada con actividades también relacionadas con los indicadores estudiados y analizados siendo muy innovadoras, creativas que logren despertar el interés de fortalecer los hábitos alimentarios saludables con la finalidad de apoyar en la formación de los infantes.

## **CAPÍTULO IV: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA**

### **7. Diseño de la propuesta de intervención educativa**

#### **7.1. Problemática (en función de los resultados del diagnóstico)**

En la realización de prácticas pre profesionales en la Unidad Educativa Herlinda Toral ubicada en la ciudad de Cuenca parroquia Totoracocha, con infantes de 3 años pertenecientes al paralelo “B” se requiere promover los hábitos alimentarios saludables de los infantes de este grado, ya que en su mayoría se alimentan de una manera muy favorable consumiendo comida casera, frutas, coladas, jugos, entre otros alimentos que apoyan a la salud y al desarrollo integral. Por ello, al identificar estos hábitos alimentarios saludables, se propone fortalecerlos con la





finalidad de crear refrigerios saludables, variados, fáciles y económicos para los representantes legales, que a su vez favorezcan un desarrollo integral en los infantes y potencien una buena salud.

De esta manera se toma en cuenta el diagnóstico previo el cual fue realizado gracias a las técnicas e instrumentos aplicados y el análisis de estos donde se evidenció lo ya mencionado que es la buena alimentación de los infantes de 3 años por parte de los representantes legales tanto en sus hogares como en los refrigerios escolares, coincidiendo con la problemática ya planteada en el capítulo uno de la presente investigación; de tal modo es importante la aplicación de la propuesta, ya que va a ser un gran apoyo para el desarrollo de hábitos alimentarios saludables.

## **7.2. Justificación**

La alimentación saludable es fundamental para el desarrollo de los infantes, especialmente lo que se consume en la escuela, puesto que aporta al desarrollo integral, por esto es importante acudir a los actores principales de la alimentación que son los representantes legales porque ellos son los encargados de la preparación de los refrigerios escolares y la alimentación diaria, por esto consideramos que es fundamental que se potencien estos hábitos alimentarios.

Por tal motivo se propone la creación de los talleres denominados “Comida Feliz para una Mente Feliz”, mediante la Educación Popular, la cual puede definirse como un tema pedagógico, que se construye mediante el diálogo y la confrontación de saberes, denominándose una buena pedagogía para usarse con adultos, en este caso los representantes legales (Mejía, 2016). De esta manera propicia las reflexiones pertinentes y motiva al desarrollo de hábitos alimentarios saludables como aprendizaje del taller.

Partiendo de la observación, diagnóstico y análisis realizado en los infantes de 3 años, paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral, a lo largo de las prácticas pre profesionales e identificando la buena alimentación, se consideró la realización de la propuesta de intervención educativa ya mencionada, para fortalecer esta alimentación. Cabe mencionar que cada taller creado se relaciona con cada subcategoría de la tabla de categorización vista en el epígrafe 3.6 ([ver tabla 4](#)), en la que se estima que puede ser utilizada para futuras investigaciones y que sea aplicada no solo en representantes legales sino en familias, docentes o público en general.

## **7.3. Objetivo General de la propuesta**

Contribuir en el desarrollo de hábitos alimentarios saludables mediante los talleres denominados “Comida Feliz para una Mente Feliz” dirigido a representantes legales, que



contemple la alimentación sana en el refrigerio escolar de los infantes de 3 años del paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral.

#### **7.4. Fundamentos teóricos**

##### **7.4.1 Escuela para Padres**

¿Qué es Escuela para Padres?, pues para Aguirre et al. (2016) escuela de padres hace referencia a una charla amena que tiene como finalidad mejorar temas educativos en los cuales los beneficiarios serán los propios hijos, la misma consiste en orientar o capacitar a los representantes legales acerca de un tema en particular. Por ello, como investigadoras planteamos la capacitación en el desarrollo de hábitos alimentarios saludables para que se vea reflejado en los refrigerios de sus educandos. Por ello, nuestra propuesta está diseñada tomando en cuenta la necesidad de proporcionar espacios de formación con los padres y/o representantes de los infantes, mediante la creación de talleres mismos que serán sencillo y ayudarán a los representantes legales a obtener información necesaria para ser guías en este proceso.

#### **7.5. Fundamentos pedagógicos**

##### **7.5.1 Educación Popular**

La propuesta planteada se centró en la Educación Popular; que según Mejía (2016), es parte desde nuestras raíces, pero sin desarrollarse desde la literatura u otras experiencias como la tecnología, la comunicación popular, la filosofía, entre otros, que ingenuamente han sido parte del contexto en el que estamos. Por ello, hoy en día la Educación Popular que surgió desde Paulo Freire es una propuesta para la sociedad y para los educadores, debido a que son puntuales y constituyen las formas para transformar el aprendizaje basadas desde la experiencia de las personas.

La Educación Popular fue deducida por Freire, definiéndola como un conjunto de conocimientos y prácticas que tienen las personas porque muestran maneras de construir un mundo mejor, donde los pensamientos críticos le den sentido a las vidas diarias de cada uno, ya que están constantemente en relación con contextos culturales, sociales, políticos, históricos, e incluso religiosos. Así mismo, es comprendida como una educación emancipadora que empodera a las personas que ayuda a tomar conciencia de actos que pueden cambiar nuestra posición en el mundo de la que se pretende ser una sociedad más humana (Alcaide et al., 2021).



La práctica de la Educación Popular para Villegas (2021), parte de las experiencias vividas y acumuladas por los participantes y en cuanto a la educación es un momento para reflexionar sobre su vida y experiencias dentro del contexto planteado, ya que la educación sirve para imaginar y construir otras realidades. Además, la Educación Popular también se centra en metodologías fundamentales, que están centradas en el diálogo, participación y relaciones cooperativas dentro del grupo y/o comunidad. El diálogo establece la comunicación igualitaria entre los participantes y construye procesos cooperativos. Por otro lado, la participación es por consecuencia del diálogo y la relación que tienen las personas. La participación es una consecuencia del diálogo y las relaciones entre las personas, es esencial para poder llegar a la construcción del conocimiento.

Para llevar a cabo la propuesta, se organizan los talleres y se genera procesos de la Educación Popular que para Clover, et al (2010), se diferencian las siguientes fases:

**Tabla 14**  
*Fases de la Educación Popular*

Fases de la Educación Popular				
Planificación y preparación	El contexto donde va a realizar el taller	El conocimiento de las personas que conforman el grupo	Procesos y contenido	Evaluar lo conocido y aprendido
Se debe tener claro la finalidad y objetivo del taller, aquí participarán las personas y quienes estén a cargo, esta fase deberá motivar y generar confianza entre ellos.	El contexto hace referencia al lugar en donde se llevará a cabo el taller, ya que debe ser un espacio donde los participantes se sientan cómodos para generar sus experiencias. Es importante tener un mínimo conocimiento del grupo que van a participar. Así mismo habrá que considerar los horarios de las actividades para que sean accesibles a las personas.	Para esta fase debe conocer indicadores básicos: edad, sexo, agrupamiento familiar, entre otros, que son importantes para el taller. Pero también lo es conocer los motivos por los que se asiste para participar en determinados procesos de enseñanza/aprendizaje, así como sus conocimientos previos.	Los contenidos deben estar ya definidos, mediante la comunicación hay que ir variando desde la propia evolución del grupo, así surgirán nuevos intereses y motivaciones. Además, hay que primar estrategias y herramientas que sean dialógicas y participativas. Para ello, es imprescindible escuchar las historias de las personas.	Se considera las interpretaciones de los participantes durante el taller y comprender las perspectivas de cada uno que se va dando durante el taller.

*Nota.* Tabla elaborada con base a Parlett y Hamilton (1976).



### **7.6. Relación con el Eje de Igualdad de la Educación Superior**

Para la proyección de esta investigación la cual responderá al eje de igualdad de género que se considera pertinente en el contexto educativo, puesto que, se incluyen tanto a los padres como a las madres en las actividades planteadas, formando así vínculos de apoyo mutuo, y al eje de igualdad de pueblos y nacionalidades e interculturalidad. Debido a que desde el propio diseño de la propuesta brinda igualdad de oportunidades para todo sujeto, no solo educativo, si no, independientemente de su género, cultura o etnia, mismas que permitirán reconocer la diversidad de su población y desarrollar una identidad colectiva basada en el diálogo en condiciones de igualdad (Herdoiza, 2015).

### **7.7. Estructura de la propuesta (fases previstas para su desarrollo, recursos, temporización, etc.)**

Para la ejecución del pilotaje de la propuesta de intervención educativa nos basamos en el autor Barraza (2010) que constituye cuatro fases y momentos; la planeación que es la construcción de los talleres, la implementación que fue realizada de manera virtual específicamente realizando el primer taller y la evaluación que fue el cómo se dio el taller, una evaluación de los representantes dando sus puntos de vista. Y por último, la socialización y difusión misma que, no se aplicó, ya que la propuesta está basada en un pilotaje.

Para el desarrollo de los talleres nos basamos en Isaza de Rojas (2020), la cual en su libro menciona que los talleres para representantes ayudan a perfeccionar los métodos educativos que llevan a cabo, además los capacita para enfrentar cambios de vida y adaptarse a las necesidades. De esta manera son conscientes del papel que desempeñan como educadores naturales y permanentes de sus hijos.

De acuerdo a la autora se mantiene una estructura de siete pasos comenzando por el tema, luego el objetivo que consiste en que se quiere lograr, también la ambientación la cual comienza con un saludo y con alguna dinámica para armonizar el ambiente, la siguiente parte es la presentación del tema en donde se desarrolla el tema mediante presentaciones, imágenes, entre otras acompañadas de una reflexión, para continuar se desarrolla la plenaria la cual es una conclusión con el grupo, la penúltima parte que es el compromiso sobre todo lo aprendido en el taller y finalmente la evaluación del taller por parte de los participantes o también la evaluación hacia los participantes.

Esta estructura es de gran ayuda para la realización de los talleres, desarrollándose una



parte específica de este, yendo de manera secuencial y aprovechando cada punto con los materiales necesarios, en estos talleres se utiliza como recurso esencial la computadora, ya que por la modalidad es necesaria, además acompañada de herramientas digitales y en cada hogar cierto material físico como hojas de papel y alimentos que dispongan en el hogar para el apoyo de las actividades, todo esto con la finalidad de obtener aprendizajes significativos y que sean aplicados diariamente.

A continuación, se puede observar los talleres planteados basándonos en la tabla de categorización con cada subcategoría de investigación y sus indicadores.

**Tabla 15***Taller N.1 Conozco sobre los alimentos.*

## Taller N. 1 Conozco sobre los alimentos

Objetivo:	Concientizar sobre las necesidades y creencias de los alimentos consumidos a diario, así como los factores que influyen mediante actividades didácticas dirigido a los representantes legales de los infantes de 3 años del paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral.				
Ambientación:	<b>Dinámica:</b> Nos conocemos con las frutas. Individualmente, escogen una fruta que comience con la inicial de su nombre y con ella van presentándose uno por uno, repitiendo las anteriores.				
Presentación del tema	Reflexión	Plenaria	Compromiso	Evaluación	Enlace
<p>1. Se realiza las siguientes interrogantes a los representantes:</p> <p>a. ¿Qué alimento es el que comúnmente comen a diario?</p> <p>b. ¿Cuáles son los alimentos que dan más energía a mi hijo/a?</p> <p>c. ¿Qué factores influyen en la alimentación a mi hijo/a?</p> <p>2. Se realizan grupos (depende cuantos representantes asistan) y se los envía a salas para que en grupo den respuesta a las interrogantes.</p> <p>3. Cada grupo comparte sus respuestas.</p> <p>4. Al nombrar los alimentos se registran y se realiza un juego virtual en la plataforma word wall donde consiste en identificar cuáles son saludables y cuáles son</p>	<p>Se realiza una breve explicación sobre lo expuesto por los representantes indicando cuáles son las necesidades alimentarias de los infantes de acuerdo a su edad y cuáles son los alimentos que favorecen su desarrollo.</p>	<p>Escuchar puntos de vista de 2 o 3 representantes legales.</p>	<p>Luego de todo lo visto en la sesión, ¿Qué me comprometo sobre la alimentación de mi hijo/a?</p>	<p>Se realiza mediante un cuestionario mediante la plataforma virtual Google Forms.</p>	<p><a href="https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScZLYYomi_IbPzkzFCSQRKxOOmqHB4vzLWZkqHB9mbbHtg/vi/wform?usp=sf_link">https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScZLYYomi_IbPzkzFCSQRKxOOmqHB4vzLWZkqHB9mbbHtg/vi/wform?usp=sf_link</a></p>



---

chatarras.

---

*Nota.* Taller realizado por las autoras de la investigación (2022).

**Tabla 16**

*Taller N.2 Actitudes hacia el alimento.*

---

**Taller N. 2 Actitudes hacia el alimento**

---



**Objetivo:** Concientizar a los representantes legales de los infantes de 3 años del paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral, sobre las actitudes que tienen los infantes frente a los alimentos.

**Ambientación:** **Dinámica:** Mi comida favorita. Cada representante legal va a nombrar su comida favorita y mediante caritas de papel los demás representantes van a colocar su disposición de ánimo e ir preguntando él ¿por qué?, de cada disposición

Presentación del tema	Reflexión	Plenaria	Compromiso	Evaluación	Enlace
<p>Se presentan imágenes de infantes que no quieren comer y se pregunta a los representantes que realizan cuando sus hijos/as tienen este comportamiento.</p> <p>2. Juego denominado “abre la caja” sobre la disposición de ánimo de los infantes, la cual consiste en según el alimento que tenga la caja mediante caritas de papel los demás representantes van a colocar su disposición de ánimo.</p> <p>3. Juego mi plato ideal, el cual consiste en armar el lunch saludable con imágenes de alimentos (previamente enviadas).</p>	<p>Se realiza una breve reflexión sobre las actividades realizadas explicando que debe respetarse tanto los momentos de consumo como la disposición de ánimo de ciertos alimentos.</p>	<p>Escuchar puntos de vista de 2 o 3 representantes legales.</p>	<p>Luego de todo lo visto en la sesión, ¿Qué me comprometo a realizar sobre la alimentación de mi hijo/a?</p>	<p>. Se realiza mediante un cuestionario mediante la plataforma virtual Google Forms.</p>	<p><a href="https://docs.google.com/forms/d/6Ymrt064YKx3E3x3882j8mviewfusp=s1">://docs.google.com/forms/d/6Ymrt064YKx3E3x3882j8mviewfusp=s1</a></p>

*Nota.* Taller realizado por las autoras de la investigación (2022).





**Tabla 17**  
*Taller N.3 ¿Situación Alimentaria?*

<b>Taller N. 3 ¿Situación Alimentaria?</b>					
<b>Objetivo:</b>	Priorizar los conocimientos sobre las características de la situación alimentaria en los momentos de consumo a los representantes legales de los infantes de 3 años del paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral.				
<b>Ambientación:</b>	<b>Dinámica:</b> Nos divertimos cocinando. Consiste en mostrar en la pantalla un bowl vacío y conjuntamente con los representantes legales ir armando una receta de acuerdo a sus conocimientos en técnicas y condimentos.				
<b>Presentación del tema</b>	<b>Reflexión</b>	<b>Plenaria</b>	<b>Compromiso</b>	<b>Evaluación</b>	<b>Enlace</b>



<p>1. Realizar un conversatorio: ¿Qué es lo que habitualmente comen los infantes en un día? ¿Cuántas veces comen al día?</p>	<p>Se realiza una breve reflexión sobre las actividades realizadas explicando sobre la diversidad de una dieta en un día, las técnicas y condimentos utilizados en la cocina y también mediante ejemplos.</p>	<p>Escuchar puntos de vista de 2 o 3 representantes legales.</p>	<p>Luego de todo lo visto en la sesión, ¿Qué me comprometo a realizar sobre la alimentación de mi hijo/a?</p>	<p>Se realiza mediante un cuestionario mediante la plataforma virtual Google Forms.</p>	<p><a href="https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdrozRLWd_wL_Sm_u-MS2R5NswxIKJf8x3vuUeebI6iXNbYpefg/vi/ewform?usp=sf_link">https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdrozRLWd_wL_Sm_u-MS2R5NswxIKJf8x3vuUeebI6iXNbYpefg/vi/ewform?usp=sf_link</a></p>
<p>2. Realizar una actividad sobre las técnicas culinarias mediante un juego de memoria para reconocerlas y al ir identificando el par se explica en que consiste la técnica culinaria.</p>					
<p>3. Desarrollar una actividad sobre los condimentos utilizados describiendo platos que se mostraran mediante imágenes.</p>					

*Nota.* Taller realizado por las autoras de la investigación (2022).



## 8. Validación de la propuesta de intervención educativa

La validación de la propuesta de intervención educativa va a realizarse mediante la aplicación de pilotaje, el cual es considerado, según Díaz (2020) como un “estudio pequeño o corto de factibilidad o viabilidad, conducido para probar aspectos metodológicos de un estudio de mayor escala, envergadura o complejidad” (p. 101). En este sentido, este tipo de estudio ayudará a probar los aspectos metodológicos empleados en la presente investigación para la ejecución de la propuesta de intervención educativa.

### 8.1. Pilotaje

El pilotaje tiene como objetivo de viabilidad asegurar que todo lo realizado desde su ejecución hasta la finalización sea factible y que valga la pena invertir en ella, observando el trabajo realizado y la cooperación entre los investigadores completando con éxito el estudio piloto, además siendo evaluado tanto el acceso a los participantes y a la información, la colaboración de las personas del lugar donde se ejecutó el estudio (Díaz, 2020). Por ello debe seguir una ruta específica, la cual se basa en cinco pasos, los cuales se muestran en la siguiente tabla.

**Tabla 18**

*Ruta de validación de pilotaje*

VALIDACIÓN POR PILOTAJE DE LA PROPUESTA DE INTERVENCIÓN				
Quién (es) realizará la implementación	Quién(es) realizará la evaluación	Diseño del Instrumento de Evaluación	Planificación del pilotaje	Procesamiento y análisis de la información
Investigadoras de la UNAE de la carrera educación inicial noveno ciclo, (autoras de la TIC “Desarrollo de hábitos alimentarios saludables de las familias de los infantes de 3 años de la Unidad Educativa Herlinda Toral desde la Educación Popular”)	Tutora profesional. Representantes legales que asistieron al taller de hábitos alimentarios.	Guía para evaluar el pilotaje de intervención educativa con relación a la propuesta aplicada.  Se utiliza la herramienta digital Google Forms para la evaluación del taller.	Fue planificada la propuesta basándose en la metodología de Educación Popular.	Realizada analizando los instrumentos aplicados.

*Nota:* Tabla elaborada con base en la validación del pilotaje, elaboración propia (2022).

La ruta observada muestra cómo se desarrolló la validación del pilotaje, desarrollada por las investigadoras, siendo evaluadas por los receptores del taller; los representantes legales mediante la herramienta digital Google Forms ([ver anexo H](#)) que fue enviada al finalizar la propuesta y también la Guía para evaluar el pilotaje de intervención educativa ([ver anexo I](#)), por parte de la tutora profesional que fue de gran apoyo para que finalmente sea analizada toda la información.



### **8.1.1 Desarrollo del Pilotaje**

Para el desarrollo del pilotaje se tomó en cuenta que debe realizarse el 30% de la propuesta planteada, en el caso de los tres talleres planificados se aplicó solo uno, denominado “Conozco de los Alimentos” en modalidad virtual por la disposición de tiempo de los representantes legales, el cual al ser el primero era más teórico que práctico, ya que era una introducción al tema y apertura para poder seguir con los demás talleres.

En primer lugar, luego de todo lo analizado y reflexionado, se procedió a planificar los talleres que fueron tres con relación a cada subcategoría de la tabla de categorización, luego se creó el material para el taller con la ayuda de varias herramientas digitales que fueron juegos virtuales creados en WordWall, diapositivas e invitaciones al taller en Canva y el enlace de la sesión en la plataforma Zoom, finalmente se desarrolló la socialización del taller.

Se realizó el taller número uno, porque cada taller fue planificado en orden cronológico es decir no podía realizarse el taller dos sin realizarse el número uno, de la misma manera no podía desarrollarse el taller tres sin antes haber visto el uno y el dos. Ya que en cada taller se tocan temas importantes que aportan al entendimiento de cada uno de los talleres, por ello se aplicó el primer taller denominado “Conozco sobre los Alimentos” el cual tiene como objetivo concientizar sobre las necesidades y creencias de los alimentos consumidos a diario, así como los factores que influyen mediante actividades didácticas dirigidas a los representantes legales de los infantes de 3 años del paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral. Se realizó el día jueves 12 de enero del año 2023 a las 7:30 pm con una duración de 40 minutos.

El mismo comenzó con una bienvenida a los representantes legales que formaron parte del taller, para ambientar se realizó una dinámica denominada nos conocemos con las frutas, la cual constaba en escoger una fruta que comience con la inicial de su nombre y con ella van presentándose uno por uno, repitiendo las anteriores, como presentación del tema se creó un diálogo sobre ciertos conocimientos previos y se realizó un trabajo grupal para contestar las mismas interrogantes donde se les envió a salas diferentes, al volver nos comentaron lo reflexionado, después se realizó un juego virtual que consiste en clasificar alimentos saludables y chatarras, luego en el momento de reflexión se explicó mediante las diapositivas toda la información sobre hábitos alimentarios, necesidades, saberes y factores alimentarios de los infantes de acuerdo a su edad, luego fue el momento de la plenaria en la que escuchamos puntos de vista de los representantes y se realizó el compromiso que fue mediante la pregunta: ¿Qué me



comprometo sobre la alimentación de mi hijo/a?, para finalizar se explicó que debían realizar la evaluación del taller mediante un formulario en Google Forms, se realizó la despedida y agradecimiento por haber asistido al taller ([ver anexo J,K,L](#)).

Como resultados de la aplicación del taller se reconoce que se creó un ambiente armónico, en el cual se fomentó la participación en cada actividad así mismo se escucharon varios puntos de vista que ayudan a solventar dudas y también sirvieron como apoyo a los temas vistos. Finalmente, podemos afirmar que se crearon aprendizajes significativos mediante las actividades didácticas gracias a la aplicación de las herramientas digitales que fueron llamativas para la realización del taller.

En sí, el pilotaje se realizó acorde todo lo planificado, como elementos a mejorar se considera que hay que motivar más a los representantes legales para que se conecten al taller, a pesar de que se les envió una invitación y un recordatorio, la mayoría de representantes no se conectaron al taller, por otro lado, a lo largo del taller las investigadoras motivaban mucho a los representantes que si se conectaron a que participen, comenten, jueguen, y principalmente cuenten sus dudas sobre estos temas para poder solventarlas.

### **Conclusiones**

En el desarrollo de la presente investigación, luego de todo lo visto, analizado y reflexionado con relación a la problemática mencionada, es fundamental presentarlo sin dejar de lado la relación que debe existir con los objetivos de la investigación, de esta manera se detallan las conclusiones.

- En relación con el objetivo general, se desarrollaron los talleres como estrategia metodológica; la cual contribuyó al desarrollo de hábitos alimentarios saludables de los representantes legales de los niños y niñas de 3 años del paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral, llevándose a cabo la propuesta de intervención denominada “Comida Feliz para una Mente Feliz”, en la cual se creó 3 talleres los cuales se aplicó 1, construyendo un ambiente de aprendizaje armónico y significativo con los representantes legales.
- Con respecto al primer objetivo específico, se fundamentó teóricamente toda la información y aportes sobre el desarrollo de los de los hábitos alimentarios saludables en el proceso de enseñanza aprendizaje en Educación Inicial, lo cual fue de gran apoyo, ya que se conoció la relación entre la alimentación y el desarrollo integral de los infantes,



teniendo referentes teóricos sólidos que sustenten el desarrollo del taller obteniendo resultados favorables como el conocimiento de estos temas y la influencia que tiene en la alimentación de los infantes.

- Respondiendo al segundo objetivo específico, se diagnosticó el desarrollo de los hábitos alimentarios que se llevaban a cabo en infantes de 3 años del paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral tanto en sus hogares como en el aula de clase. Donde a partir de este diagnóstico, se obtuvo como resultado el conocimiento de las costumbres o rutinas que se manejan en los hogares. Además, las semejanzas y diferencias entre cada hogar y cómo potenciarlos.
- Basándose en el tercer objetivo específico, se diseñaron talleres para representantes legales en relación con los hábitos alimentarios saludables de los infantes de 3 años del paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral, denominado “Comida Feliz para una Mente Feliz”, creando ambientes armónicos de aprendizaje, basándose en la metodología de la Educación Popular compartiendo experiencias, brindando y recibiendo aprendizajes, obteniendo como resultado un aprendizaje significativo de los representantes legales con temas de apoyo para la alimentación infantil.
- Por último, con el cuarto objetivo específico, se logró validar el diseño de los talleres denominados “Comida Feliz para una Mente Feliz” dirigido a los representantes legales de los infantes de 3 años del paralelo “B” de la Unidad Educativa Herlinda Toral, teniendo como resultado la realización del taller de manera favorable mediante plataformas y herramientas didácticas virtuales.

### **Recomendaciones**

A continuación, se detallan algunas recomendaciones con relación al presente Trabajo de Integración Curricular, en función al proceso y resultados obtenidos a lo largo de la investigación.

- Mantener continuidad a lo investigado, de esta manera se dará más importancia a la alimentación infantil y a los hábitos alimentarios que conllevan día a día con relación al desarrollo escolar de los infantes y la influencia de esta en el proceso de enseñanza y aprendizaje.
- Proseguir con la propuesta de intervención educativa planteada y que se



**UNIVERSIDAD  
NACIONAL DE  
EDUCACIÓN**

pueda desarrollar completa porque son actividades muy didácticas que van a ser de gran ayuda a los representantes legales. Además puede aplicarse estos talleres a docentes o a familias para mejorar o fortalecer los hábitos alimentarios.



## Referencias

- Alcaide, J. J., Verdeja, M., y Inda-Caro, M. (2021). PAULO FREIRE Y LA EDUCACIÓN POPULAR: LA OPORTUNIDAD DE RE-PENSAR Y TRANSFORMAR EL MUNDO EN EL QUE VIVIMOS. *Educação em Foco*, 2. <https://periodicos.ujf.br/index.php/edufoco/article/view/36148/23667>
- Alpizar, F. A. (2016). La metodología participativa para la intervención social: Reflexiones desde la práctica. *Revista ensayos pedagógicos*, 11(1), 87-109. <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/ensayospedagogicos/article/view/8470/9719>
- Arévalo Peralta, D. C. (2022). *Influencia de la alimentación saludable en el desarrollo motor de los niños de 4 a 5 años del CDI Mi Mundo de Colores, período lectivo 2020-2021* [Tesis de Licenciatura, Universidad Politécnica Salesiana]. Repositorio UPS. <http://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/22617>
- Armas Gutiérrez, D. C. (2021). *Influencia de los factores socioculturales en la elaboración de loncheras nutritivas para estudiantes de educación preescolar*. [Tesis de Licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Institucional-Universidad San Ignacio de Loyola. <https://bit.ly/3RfFI51>
- Bajaña Nuñez, R., Quimis Zambrano, M., Sevilla Alarcón, M., Vicuña Monar, L., y Calderón Cisneros, J. (2017). Alimentación saludable como factor influyente en el rendimiento escolar de los estudiantes de instituciones educativas en Ecuador. *FACSALUD-UNEMI*, 1(1), 34-39. <https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/facsalud-unemi/article/view/580/456>
- Barraza, A. (2010). *Elaboración de Propuesta de Intervención Educativa* (1ª ed.). Universidad Pedagógica de Durango. <https://docplayer.es/12314354-Propuestas-deintervencioneducativa.html>
- Benavides-Okuda, M. y Gómez-Restrepo, C. (2005). Métodos en investigación cualitativa: triangulación. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(1), 118-124. <http://www.scielo.org.co/pdf/rcp/v34n1/v34n1a08.pdf>
- Bisquerra, R. (2009). Metodología de la investigación cualitativa 2da ed. *Editorial la Muralla*.
- Bonilla-Jimenez, F. I., Escobar, J. (2017). Grupos focales: una guía conceptual y metodológica. *CUADERNOS HISPANOAMERICANOS DE PSICOLOGÍA*, 9(1), 51-67. <https://bit.ly/2OsrLQ2>





UNIVERSIDAD  
NACIONAL DE  
EDUCACIÓN

- Chaves, V. E. J., y Torres, M. G. (2021). Triangulación metodológica en las investigaciones. *Revista UNIDA Científica*, 5(2), 70-73. <https://bit.ly/3DhQz8H>
- Clover, D.; Follen, S. y Hall, B. (2010). *La naturaleza de la transformación. Educación ecológica de personas adultas*. Publicaciones de la Cátedra Paulo Freire de la Universidad de Sevilla.
- Díaz-Muñoz, G. (2020). Metodología del estudio piloto. *Revista chilena de radiología*, 26(3), 100-104. <https://bit.ly/3Dopf8J>
- Folgueiras Bertomeu, P. (2016). La entrevista. *Dipòsit Digital de la Universitat de Barcelona*. <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/99003/1/entrevista%20pf.pdf>
- García Cembranos, N. (2022). *La alimentación saludable en la etapa de educación infantil*. [Tesis de Grado, Universidad de Valladolid]. Universidad de Valladolid-Repositorio Documental. <https://bit.ly/3HiWnzQ>
- García-Londoño, G., Liévano-Fiesco, M., Leclercq-Barriga, M., Liévano-de Lombo, G., y Cuervo-Lozada, A. (2008). Caracterización de los hábitos alimentarios y estilos de vida de los niños, de la institución obra misionera Jesús y María, Jardín Sol-Solecito, localidad de Suba, Bogotá DC. *Universitas Scientiarum*, 13(3), 290-297. <http://www.scielo.org.co/pdf/unsc/v13n3/v13n3a08.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Herrera-Rivera, O., Álvarez-Gallego, M., Coronado-Mendoza, A., y Guzmán-Atehortúa, N. (2020). Acompañamiento en educación inicial: voces de sus protagonistas en apertura al cambio. *Educación Y Humanismo*, 22(39). <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/educacion/article/view/3858/4809>
- Hurtado, J. (2010). *Metodología de la Investigación. Guía para la comprensión holística de la ciencia*. 4ta. Edición. Sypal. <https://bit.ly/3HNma4V>
- Isaza de Rojas, E. (2020). *Talleres para padres de familia*. ed. Bogotá, Colombia: Editorial Paulinas. <https://elibro.net/es/ereader/bibliounae/193889>
- LORSA (2022). *LEY ORGÁNICA DEL RÉGIMEN DE LA SOBERANÍA ALIMENTARIA TÍTULO I PRINCIPIOS GENERALES Artículo 1. Finalidad.- Esta Ley tiene p. (n.d.)*. Conferencia Plurinacional e Intercultural de Soberanía Alimentaria. <https://bit.ly/2wRzL5V>



- Loza Ticona, R. M., Mamani Condori, J. L., Mariaca Mamani, J. S., y Yanqui Santos, F. E. (2020). Paradigma sociocrítico en investigación. *PsiqueMag*, 9(2), 30–39. <http://revistas.ucv.edu.pe/index.php/psiquemag/article/view/216/206>
- Lund, L. A., y Burk, M. C. (1970). A multidisciplinary analysis of children's food consumption behavior.
- Macias, A. I., Gordillo, L. G., y Camacho, E. J. (2012). Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *Revista chilena de nutrición*, 39(3), 40-43. <https://www.scielo.cl/pdf/rchnut/v39n3/arto6.pdf>
- Martínez Borbor, A. M., y Pucha Arévalo, L. M. (2019). *La nutrición infantil y el desarrollo psicomotor en niños de 4 a 5 años*. [Tesis de Licenciatura, Universidad de Guayaquil]. Repositorio Universidad de Guayaquil. <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/38907/1/BPARV-PEP-19P008.pdf>
- Martínez López, A., Salamanca Avila, A., y Segura Murillo, J. (2021). *Hábitos de vida saludable y su incidencia en los procesos de desarrollo y la educación infantil*. [Tesis de Licenciatura, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. Repositorio institucional UNIMINUTO. <https://hdl.handle.net/10656/13625>
- Mejía Chávez, A. C. (2017). *Proyecto escolar para estimular la buena alimentación en los niños de 4 a 5 años del nivel de educación inicial II subnivel II*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Santiago de Guayaquil]. Repositorio Digital UCSG. <http://201.159.223.180/bitstream/3317/9090/1/T-UCSG-PRE-FIL-EP-81.pdf>
- Mejía Jiménez, Marco Raúl (2016). Diálogo-confrontación de saberes y negociación cultural: ejes de las pedagogías de la educación popular: una construcción desde el sur. *Educación en Revista*, (61), 37-53. <https://core.ac.uk/download/pdf/328061463.pdf>
- Ministerio de Educación. (2014). *Currículo de Educación Inicial*. <https://bit.ly/2HmBkjQ>
- Ministerio de Educación. (2014). *Guía Metodológica para la Implementación del Currículo de Educación Inicial*. <https://bit.ly/2Hvkw9Z>
- Ministerio de Educación. (s.f). *Lineamientos y Acciones Emprendidas para la Implementación del Currículo de Educación Inicial*. <https://bit.ly/3wAfQqG>
- Moyano Lozada, D. M. (2017). *LA INFLUENCIA DE LA ALIMENTACIÓN EN NIÑOS Y NIÑAS DE LA ETAPA PRE-ESCOLAR*. [Tesis de Licenciatura, Universidad de Especialidades Espíritu Santo] <https://bit.ly/3kSuA1y>



- Esteban Nieto, N. (2018). Tipos de investigación. <http://repositorio.usdg.edu.pe/bitstream/USDG/34/1/Tipos-de-Investigacion.pdf>
- Ñaupas, H., Mejía, E., Novoa, E. y Villagomez, A. (2014). *Metodología de la investigación cualitativa - cuantitativa y Redacción de la Tesis*. Edición. Bogotá: Ediciones de la U <http://librodigital.sangregorio.edu.ec/librosusgp/BO028.pdf>
- Parlett, M. y Hamilton, D. (1976). La evaluación como iluminación. En J. Gimeno y A Quisilema Gallegos, J. V. (2021). *Importancia de los Hábitos Alimenticios en el Desarrollo Cognitivo de los Niños de Inicial II de la Unidad Educativa Cap. Edmundo Chiriboga de la ciudad de Riobamba, Período 2020–2021*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Chimborazo]. <https://bit.ly/3kQAtwr>
- Quizhpe Cueva, P.A. (2019). *Hábitos Alimenticios Para El Desarrollo Físico En Los Niños De Inicial II De La Escuela De Educación Básica Particular Interandino De La Ciudad De Loja. Periodo Lectivo 2017- 2018*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Loja]. Repositorio Digital - Universidad Nacional de Loja. <http://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/21673>
- Red de Información, Comunicación y Educación Alimentaria y Nutricional (2013). *¿Qué es la Educación Alimentaria y Nutricional?*. <https://bit.ly/3HiG5qE>
- Reyes Narvaez, S., y Canto, M. O. (2020). Conocimientos sobre alimentación saludable en estudiantes de una universidad pública. *Revista chilena de nutrición*, 47(1), 67-72. [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182020000100067&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-75182020000100067&script=sci_arttext)
- Robles, B. (2011). La entrevista en profundidad: una técnica útil dentro del campo antropológico. *Cuicuilco*, 18(52), 39-49. <https://www.scielo.org.mx/pdf/cuicui/v18n52/v18n52a4.pdf>
- Ruiz, C. R. (2013). *Instrumentos y técnicas de investigación educativa*. Copyright by DANAGA.
- Russo, S. (2020). La educación alimentaria de los niños. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 517-528. <https://www.redalyc.org/journal/3498/349863388050/349863388050.pdf>
- Sánchez, M. J., Fernández, M., y Díaz, J. C. (2021). Técnicas e instrumentos de recolección de información: análisis y procesamiento realizado por el investigador cualitativo. *Revista científica UISRAEL*, 8(1), 107-121. <https://bit.ly/3HecZsr>
- Salamanca, S. P. (2017). La educación popular y sus principios pedagógicos: Reflexiones para una praxis transformadora de la Educación. *Investigación y postgrado*, 32(1), 89-102.



UNIVERSIDAD  
NACIONAL DE  
EDUCACIÓN

- Solís Fernández, A. (2020). *La importancia de la alimentación saludable en educación infantil*. [Tesis de Grado, Universidad de Oviedo]. Repositorio Institucional de la Universidad de Oviedo. <https://bit.ly/3Y5Toli>
- SUPERIOR, E. L. E. (2015). Construyendo igualdad en la educación superior.
- Torrecilla, J. M. (2006). La entrevista. *Madrid, España: Universidad Autónoma de Madrid*, 1-20. [http://www2.uca.edu.sv/mcp/media/archivo/f53e86\\_entrevistapdfcopy.pdf?f](http://www2.uca.edu.sv/mcp/media/archivo/f53e86_entrevistapdfcopy.pdf?f)
- Torres, M., Salazar, F. G., y Paz, K. (s.f). Métodos de recolección de datos para una investigación. <https://bit.ly/3WK34Ra>
- Torres-Naranjo, A. (2020). *La nutrición infantil y su incidencia en el desarrollo del aprendizaje en los niños de 4 a 5 años de la unidad educativa Aloasi 2018-2019*. [Tesis de maestría, Universidad Técnica de Cotopaxi] Archivo digital. <http://repositorio.utc.edu.ec/handle/27000/5963>
- Useche, M. C., Artigas, W., Queipo, B., y Perozo, E. (2019). *Técnicas e instrumentos de recolección de datos cuali-cuantitativos*. <https://bit.ly/4onh1I3>
- Vargas-Garduño, M.; Méndez Puga, A. y Vargas Silva, A. (2014). *La técnica de las redes semánticas naturales modificadas y su utilidad en la investigación cualitativa. IV Encuentro Latinoamericano de Metodología de las Ciencias Sociales, 27 al 29 de agosto de 2014*, Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. <https://bit.ly/3Rb5Bmp>
- Vasquez Villareal, C. E., y Medina González, K. D. (2018). *La nutrición y su influencia en el desarrollo físico en los niños de inicial II de la unidad educativa San Francisco de Asís del año lectivo 2017-2018 de la ciudad de Guayaquil*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil]. Repositorio Digital ULVR. <http://200.24.193.135/bitstream/44000/2357/1/T-ULVR-2154.pdf>
- Villares, J. M., y Segovia, M. G. (2015). Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente. *Pediatr Integral*, 19(4), 268-276. <https://bit.ly/3kOxd4L>
- Vizhñay Cajamarca, F. A. (2019). *Guía para mejorar las buenas prácticas de higiene, alimentación y salud personal y colectiva en niños y niñas de 4 a 5 años Inicial 2, en la Unidad Educativa Remigio Crespo Toral en el año lectivo 2018*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Politécnica Salesiana]. Repositorio Institucional de la Universidad Politécnica Salesiana. <https://bit.ly/3WLnT8B>



## **Anexos**

### **Anexo A**

#### *Guion de Preguntas- Entrevista a la Docente.*

Estimada docente, agradecemos su colaboración para responder a las siguientes preguntas. Por favor responda según su apreciación y experiencia sobre la temática. Sus respuestas serán valiosas y servirán para llevar a cabo un taller denominado “Comida feliz para una mente feliz” para la construcción de hábitos alimentarios saludables en los niños y niñas de 4 a 5 años de Educación Inicial subnivel 2 de la Unidad Educativa Herlinda Toral:

1. ¿Sabe usted si los niños vienen desayunando en sus hogares?
2. ¿Considera que es necesario que los padres de familia tengan un menú semanal para sus hijos?
3. Desde su perspectiva, ¿Considera que los infantes llevan más comida saludable que chatarra o al contrario? ¿Por qué?
4. ¿Conoce los factores que influyen en la alimentación de los infantes?
5. ¿En qué momento de la mañana se proporciona el refrigerio escolar a los niños? ¿Quién la reparte?
6. ¿Cuánto es el tiempo que les dan a los niños para el refrigerio? ¿En qué consiste este tiempo?
7. ¿Conoce si los infantes en sus hogares comparten los momentos de alimentación con sus padres o representantes?
8. ¿Cómo es el estado o disposición de ánimo de los infantes al momento del refrigerio o lunch?
9. ¿En qué consiste este refrigerio de los niños y niñas? ¿Tiene un menú de esta semanal?
10. En los refrigerios que se envían día a día ¿Qué técnicas culinarias ha visto que más frecuencia tienen?
11. En los refrigerios escolares ¿Considera que los condimentos y aperitivos como azúcar, sal, pimienta, entre otros son adecuados para los infantes?



UNIVERSIDAD  
NACIONAL DE  
EDUCACIÓN

## Anexo B

*Guía de preguntas-Grupo Focal.*

---

### **Guía de Preguntas dirigida a representantes legales del inicial 1 paralelo “B” la U.E. Herlinda Toral.**

---

**Educación Inicial:** Guía de preguntas que consiste en conocer sobre los hábitos alimentarios de las familias del subnivel 2 de la Unidad Educativa Herlinda Toral.

**Objetivo:** Indagar las perspectivas sobre los hábitos alimentarios de los padres de familia o representantes del subnivel 2 de la Unidad Educativa Herlinda Toral.

**Fuente de Información:** Padres de familia o representantes.

---

- 1- ¿Qué alimentos usted cree que son los que dan más energía a los niños y niñas?
  - 2- ¿Ha escuchado sobre los hábitos alimentarios? ¿Qué son para ustedes?
  - 3- ¿Considera que el lunch enviado a su hijo/a es saludable? ¿Por qué?
  - 4- ¿Usted cree que lo que envía de refrigerio es beneficioso para su hijo/a?
  - 5- ¿Usualmente ustedes comen a las horas adecuadas, respeta el ritmo de alimentación de su hijo/a?
  - 6- ¿Usted está presente en los momentos de alimentación de su hijo/a? Si no los comparte, ¿Con quién lo hace?
  - 7- ¿Cuál es su disposición de ánimo hacia la comida que ingiere? ¿Por lo general qué comidas son las que causan esta emoción?
  - 8- ¿Qué es lo que usualmente manda en los refrigerios escolares? ¿Por qué?
  - 9- ¿Qué técnica culinaria más usa al cocinar en su día a día? (frito, asado, etc.) ¿Por qué?
  - 10- ¿Cómo es el uso de condimentos en su hogar? ¿Cuáles usa y por qué?
-



### Anexo C

#### *Registro Anecdótico Fotográfico*

Apreciado/a padre/madre, y/o representante nosotras somos Vanessa y Doménica estudiantes de la UNAE, agradecemos su colaboración para llenar el siguiente registro anecdótico, el cual consiste en colocar las comidas del infante describiendo el plato y una imagen de este. Le agradecemos de antemano su colaboración, así mismo recalamos que lo que registre será valioso y servirán para llevar a cabo un taller denominado “Comida feliz para una mente feliz” para la construcción de hábitos alimentarios saludables en los niños y niñas de 4 a 5 años de Educación Inicial subnivel 2 de la Unidad Educativa Herlinda Toral.

<b>REGISTRO ANECDÓTICO FOTOGRÁFICO</b>					
<b>Nombre:</b>		<b>Edad:</b>		<b>Momento:</b>	
<b>DÍA DE LA SEMANA</b>	<b>LUNES</b>	<b>MARTES</b>	<b>MIÉRCOLES</b>	<b>JUEVES</b>	<b>VIERNES</b>
<b>FOTOGRAFÍA</b>					
<b>TIEMPO DE CONSUMO Y COMENSAL</b>					



<b>ÍA (CON QUIEN)</b>					
<b>ESTADO DE ÁNIMO</b>					
<b>BREVE DESCRIPCI ÓN DEL PLATO  (Técnica culinaria, condimento s)</b>					





**Anexo D**

*Tabla de Análisis del Grupo Focal*

SUBCATEGORIA	INDICADOR	PREGUNTAS RELACIONADAS GRUPO FOCAL	INFORMACIÓN DEL INSTRUMENTO
	<b>Conoce sobre las necesidades alimentarias de los niños. / Saberes sobre la alimentación infantil.</b>	<b>¿Qué alimentos usted cree que son los que dan más energía a los niños y niñas?</b>	Los representantes legales menciona que las frutas son los alimentos que aportan energía en sus hijos e hijas
<b>Conocimientos y creencias relacionadas con la alimentación.</b>	<b>-Identifica la diferenciación entre lo saludable y la chatarra</b>	<b>¿Ha escuchado sobre los hábitos alimentarios? ¿Qué son para ustedes?</b>	Mencionan que los hábitos son costumbres que se van adquiriendo, también nos cuentan que si envían lunch saludables porque estos cuentan con frutas, y algún lácteo o un jugo realizado en los hogares
		<b>¿Considera que el lunch enviado a si hijo/a es saludable?¿Por qué?</b>	
	<b>-Sabe sobre los factores que influyen en la alimentación</b>	<b>¿Usted cree que lo que envía de refrigerio es beneficioso para su hijo/a?</b>	Los representantes legales mencionan que las frutas son beneficiosas porque aportan energía por ende estas siempre están presentes en los refrigerios que envían a la escuela



	<b>-Respetar los momentos y tiempos de consumo</b>	<b>¿Usualmente ustedes comen a las horas adecuadas, respeta el ritmo de alimentación de su hijo/a?</b>	Las familias respetan las horas adecuadas de cada comida porque nos cuentan el horario que tiene establecido.
<b>Actitudes relacionadas con el alimento.</b>	<b>-Identifica con quienes come (comensalía)</b>	<b>¿Usted está presente en los momentos de alimentación de su hijo/a? Si no los comparte, ¿Con quién lo hace?</b>	La mayor parte están presentes las madres de familia en los momentos de alimentación, menciona que los padres no comparten el almuerzo por motivo que trabajan en su mayoría, pero nunca comen solos ya que siempre están acompañados de una persona adulta
	<b>-Considera la disposición o ánimo hacia la comida.</b>	<b>¿Cuál es su disposición de ánimo hacia la comida que ingiere? ¿Por lo general qué comidas son los que causan esta emoción?</b>	Las frutas generan ánimo positivo en los infantes, mencionan que les gusta la mayoría de frutas y la que no, se le disminuye la cantidad
	<b>-Conoce sobre la diversidad de una dieta (en un día)</b>	<b>¿Qué es lo que usualmente manda en los refrigerios escolares? ¿Por qué?</b>	Lo que nunca falta en los refrigerios, según los representantes, son las frutas y los jugos. las frutas para que tengan energía en su jornada escolar y los jugos para mantenerlos hidratados



<p><b>Características de la situación alimentaria</b></p>	<p><b>- Utiliza técnicas culinarias (asado, frito, cocinada, entre otros)</b></p>	<p><b>¿Qué técnica culinaria más usa al cocinar en sus día a día? (frito, asado, etc.) ¿Por qué?</b></p>	<p>Se menciona que lo frito es una sola vez al día, por lo general en la mayoría de familias la técnica culinaria más utilizada es hervido.</p>
	<p><b>-Utiliza condimentos y aperitivos utilizados (azúcar, sal, pimienta, entre otros).</b></p>	<p><b>¿Considera que los condimentos utilizados en las comidas que ingiere son los adecuados?¿Por qué?</b></p> <p><b>¿Cómo es el uso de condimentos en su hogar? ¿Cuáles usa y por qué?</b></p>	<p>Los representantes cuentan que no se utilizan condimentos por lo general son solo naturales con cebolla y ajo, nada de condimentos pre elaborados</p>



### Anexo E

*Tabla de Análisis Diario del Registro Anecdótico Fotográfico*

Subcategoría	Indicadores	Día 1	Día 2	Día 3	Día 4	Día 5	Reflexión
Conocimientos y creencias relacionadas con la alimentación.	Conoce sobre las necesidades alimentarias de los niños. / Saberes sobre la alimentación infantil.	Los representantes conocen sobre las necesidades de los infantes tanto en el momento de desayuno como del almuerzo proporcionando alimentos saludables.	Los representantes si conocen las necesidades alimentarias de los infantes de esta manera brindándole a sus infantes solo comida saludable, a excepción de un infante que tenía alimentos altos en azúcares en el desayuno.	Los representantes si conocen las necesidades alimentarias de los infantes por ello les dan fruta, vegetales, etc.	Los representantes si conocen las necesidades alimentarias de los infantes por ello les dan fruta, vegetales, comida casera.	Los representantes si conocen las necesidades alimentarias de los infantes por ello se sirve solo comida saludable.	La alimentación de los infantes es muy buena, aportando a las necesidades alimentarias de ellos, tanto en el momento del desayuno como el almuerzo en su mayoría.



	Identifica la diferenciación entre lo saludable y la chatarra.	Los representantes dan alimentos saludables a los infantes.	Los representantes solo brindan alimentos saludables excepto uno al cual le dieron comida chatarra alta en azúcares en el desayuno.	Los representantes conocen esta diferenciación brindando solo alimentos saludables principalmente comida casera.	Los representantes identifican esta diferenciación sirviendo alimentos muy saludables como ensaladas, frutas, etc.	Los representantes conocen esta diferenciación brindando solo alimentos saludables principalmente comida casera, frutas, vegetales.	Se identifica esta diferenciación por parte de los representantes mediante las imágenes, en su mayoría se brindaron platos saludables.
--	--	---	---	--	--	---	--



	Sabe sobre los factores que influyen en la alimentación.	Los representantes si conocen sobre los factores que influyen en la alimentación sirviendo solo alimentos que aporten a su desarrollo	Los representantes si saben sobre los factores de alimentación de esta manera la mayoría sirve solo comida saludable en ambos momentos de alimentación.	Los representantes si saben sobre los factores de alimentación de esta manera se sirve solo comida saludable en ambos momentos de alimentación.	Los representantes si conocen sobre los factores que influyen en la alimentación sirviendo solo alimentos que aporten a su desarrollo	Los representantes al saber sobre estos factores sirviendo comida saludable que aporte energía a sus infantes.	Al saber sobre los factores que influyen en la alimentación los representantes solo proporcionan comida saludable aportando a su desarrollo integral.
--	--	---	---	---	---	--	---



Actitudes relacionadas con el alimento.	Respetar los momentos y tiempos de consumo.	Los representantes legales si respetan el tiempo de consumo el cual en este día estuvo en un aproximado de 15 minutos en el desayuno y 30 minutos en el almuerzo.	Si se respeta el tiempo de consumo el cual es un aproximado entre 15 minutos en el desayuno y 20 minutos en el almuerzo.	Los representantes legales si respetan el tiempo de consumo el cual en este día estuvo en un aproximado de 25 minutos en el desayuno y el almuerzo.	Si se respeta el tiempo de consumo el cual es un aproximado entre 20 minutos en el desayuno y 25 minutos en el almuerzo.	Los representantes legales si respetan el tiempo de consumo el cual en este día estuvo en un aproximado de 20 minutos en el desayuno y 25 minutos en el almuerzo.	Consideramos que si se respeta los tiempos de consumo, además también los momentos enviando las fotografías a horas adecuadas del desayuno y almuerzo, también si existe este respeto.
---	---	---	--	---	--	---	--



<p>Identifica con quienes come (comensalía).</p>	<p>La mayoría de infantes come con su mamá, y la minoría con sus abuelos o tíos.</p>	<p>La mayoría de infantes come con su mamá o papá.</p>	<p>La mayoría de infantes come con su mamá, otros con su papá, abuelos y tíos.</p>	<p>La mayoría de infantes come con su mamá, otros con su papá, abuelos y tíos.</p>	<p>La mayoría de infantes come con su mamá, otros infantes con su papá y hermanos.</p>	<p>Los infantes en ambos momentos tienen compañía, donde la mayoría son su mamá u otros familiares, pero jamás solos.</p>
<p>Considera la disposición o ánimo hacia la comida.</p>	<p>El ánimo de los infantes es muy favorable teniendo todos una disposición de alegría ante la comida en el almuerzo, y en el momento de desayuno igualmente a excepción de</p>	<p>El ánimo de la mayoría de los infantes es apático ante el desayuno y en el almuerzo todos los infantes tenía una disposición de alegría.</p>	<p>El ánimo de la mayoría de infantes en el desayuno es de alegría, y solo una infante tuvo una disposición apática en este momento, en cambio en el momento del almuerzo todos los infantes</p>	<p>El ánimo de los infantes es muy favorable teniendo todos una disposición de alegría ante la comida en ambos momentos.</p>	<p>El ánimo de la mayoría de los infantes es muy favorable teniendo la mayoría una disposición de alegría ante la comida, a excepción de una infante que tenía una disposición</p>	<p>La mayoría de infantes a lo largo de la semana en ambos momentos fueron de alegría, a pesar de que existieron disposiciones apáticas, los representantes nos supieron comentar que era porque se sentían un poco</p>





		una infante que tenía una disposición apática y triste por problemas de salud.		tuvieron una disposición de alegría.		triste ya que se sentía enferma.	enfermos y también una disposición triste ya que la infante estaba muy enferma.
Características de la situación alimentaria	Conoce sobre la diversidad de una dieta (en un día)	Los alimentos son variados en los dos momentos.	Los representantes varían los alimentos en los dos momentos.	Si se evidencia la variedad de alimentos en ambos momentos de alimentación.	Los representantes varían los alimentos en los dos momentos.	La alimentación varía en ambos momentos de alimentación.	Los representantes si conocen la diversidad en una dieta, variando los alimentos a lo largo de la semana.
	Utiliza técnicas culinarias (asado, frito, cocinada, entre otros).	Las técnicas culinarias más utilizadas es hervido tanto en el desayuno	Las técnicas culinarias más utilizadas es hervido tanto en el desayuno	Las técnicas culinarias más utilizadas es hervido tanto en el desayuno	Las técnicas culinarias más utilizadas es hervido tanto en el desayuno como el almuerzo.	Las técnicas culinarias más utilizadas es hervido tanto en el desayuno	La técnica culinaria hervido es la más utilizada ya que de esta surgen varios platos que los niños ingieren



		como el almuerzo.	como el almuerzo.	como el almuerzo.		como el almuerzo.	diariamente como secos, arroz, y sopas.
	Utiliza condimentos y aperitivos utilizados (azúcar, sal, pimienta, entre otros).	Utilizan los condimentos básicos como el azúcar y la sal.	Utilizan los condimentos básicos como el azúcar y la sal.	Utilizan los condimentos básicos como el azúcar y la sal.	Utilizan los condimentos básicos como el azúcar y la sal.	Utilizan los condimentos básicos como el azúcar y la sal.	El uso de condimentos es adecuado, teniendo un favorable consumo de sal y azúcar a lo largo de la semana.



**Anexo F**

*Tabla de Análisis de la Entrevista*

SUBCATEGORIA	INDICADOR	PREGUNTAS RELACIONADAS ENTREVISTA	INFORMACIÓN DEL INSTRUMENTO
	<b>Conoce sobre las necesidades alimentarias de los niños. / Saberes sobre la alimentación infantil.</b>	<b>¿Sabe usted si los niños vienen desayunando en sus hogares?</b>	La docente comenta que en su mayoría todos desayunan en sus hogares antes de su clase.
		<b>¿Considera que es necesario que los padres de familia tengan un menú semanal para sus hijos?</b>	La docente menciona que es importante que exista y por eso incentiva a que todos los infantes lleven a diario comida saludable.
<b>Conocimientos y creencias relacionadas con la alimentación.</b>	<b>-Identifica la diferenciación entre lo saludable y la chatarra</b>	<b>Desde su perspectiva, ¿Considera que los infantes llevan más comida saludable que chatarra o al contrario? ¿Por qué?</b>	La docente comenta que llevan y ella incentiva a la alimentación saludable y también aclara que existe un día específico en el que pueden llevar comida chatarra.
	<b>-Sabe sobre los factores que influyen en la alimentación</b>	<b>¿Conoce los factores que influyen en la alimentación de los infantes?</b>	La docente considera que es el factor tiempo y el trabajo de los representantes que influye en la alimentación.

	<p><b>-Respetar los momentos y tiempos de consumo</b></p>	<p><b>¿En qué momento de la mañana se proporciona el refrigerio escolar a los niños? ¿Quién la reparte?</b></p>	<p>La docente menciona que se proporciona a las 9:00 am el tiempo para alimentarse y ellos mismos llevan su lunch o refrigerio que envían los representantes legales.</p> <p>La docente explica que tienen 20 minutos para alimentarse donde en primer lugar se asean y proceden a servirse su lunch.</p>
		<p><b>¿Cuánto es el tiempo que les dan a los niños para el refrigerio? ¿En qué consiste este tiempo?</b></p>	
<p><b>Actitudes relacionadas con el alimento.</b></p>	<p><b>-Identifica con quienes come (comensalía)</b></p>	<p><b>¿Conoce si los infantes en sus hogares comparten los momentos de alimentación con sus padres o representantes?</b></p>	<p>La docente nos explica que tal vez una vez al día comparten un momento de alimentación, ya que la mayoría de representantes trabaja y por ello no pueden compartir todos los momentos, excepción de ciertos niños que son la minoría que si comparten.</p>
	<p><b>-Considera la disposición o ánimo hacia la comida.</b></p>	<p><b>¿Cómo es el estado o disposición de ánimo de los infantes al momento del refrigerio o lunch?</b></p>	<p>La docente menciona que la disposición de ánimo es muy favorable al momento del refrigerio, los representantes envían vegetales e igual los infantes tienen una disposición de alegría ante los alimentos enviados diariamente.</p>

	<b>-Conoce sobre la diversidad de una dieta (en un día)</b>	<b>¿En qué consiste este refrigerio de los niños y niñas? ¿Tiene un menú semanal?</b>	La docente manifiesta que no cuentan con menú, pero dejan la libertad a los representantes que envíen el refrigerio siempre y cuando este sea saludable y que tomen en cuenta los gustos de los infantes.
<b>Características de la situación alimentaria</b>	<b>- Utiliza técnicas culinarias (asado, frito, cocinada, entre otros)</b>	<b>En los refrigerios que se envían día a día ¿Qué técnicas culinarias ha visto que más frecuencia tienen?</b>	La docente menciona que siempre envían frutas, en la mayoría de lunchs o refrigerios siempre hay fruta.
	<b>-Utiliza condimentos y aperitivos utilizados (azúcar, sal, pimienta, entre otros).</b>	<b>En los refrigerios escolares ¿Considera que los condimentos y aperitivos como azúcar, sal, pimienta, entre otros son adecuados para los infantes?</b>	La docente expresa que desconoce el uso de condimentos, pero cree que son los adecuados para los infantes.



UNIVERSIDAD  
NACIONAL DE  
EDUCACIÓN

## Anexo G

Portada de la propuesta de intervención educativa.





## **Anexo H**

*Cuestionario Google Forms.*

Evaluación del Taller 1

Estimado representante legal, esperamos que haya sido de su agrado el taller, ante ello pedimos su colaboración para llenar la siguiente encuesta.

1. ¿Qué le pareció el taller?

---

2. ¿Qué le pareció el material utilizado?

Excelente

Bueno

Regular

Malo

3. ¿Cómo le pareció la actuación de las investigadoras?

- Excelente
- Bueno
- Regular
- Malo

4. ¿Qué ideas tiene para mejorar el taller?

---


**Anexo I**
*Guía para evaluar el pilotaje de intervención educativa*
**GUÍA PARA EVALUAR EL PILOTAJE DE LA INTERVENCIÓN EDUCATIVA**

CATEGORÍA	DIMENSIONES	SUBCATEGORÍAS	INDICADORES	EVALUACIÓN (Colocar: E (Excelente), R (Regular), M (Malo).
INTERVENCIÓN EDUCATIVA	Logístico	Tiempo	▪ Ejecución (actividades propuesta).	
			▪ Sesión por la plataforma Zoom.	
			▪ Sistematización de la información (clasificación y organización).	
		Necesidades de recursos	▪ Cantidad de personal	
			▪ Perfiles o funciones de cada ayudante de investigación (creación y dirección del taller).	
			▪ Permisos de acceso (enviados a los representantes la primera semana de práctica).	
			▪ Recursos materiales (medios tecnológicos y aplicaciones).	





		Manejo de información	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Pertinencia de los equipos de recolección (computadora, celular)</li> </ul>	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Disponibilidad de la información (autorizaciones y consentimientos enviados a representantes).</li> </ul>	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Interpretación de preguntas/cuestionarios (mediante análisis y sistematización).</li> </ul>	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aplicabilidad de la intervención.</li> </ul>	
	Viabilidad	Seguridad de los sujetos de estudio	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Protección de los sujetos en la intervención (información utilizada solo para fines académicos).</li> </ul>	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Protección de los sujetos en la evaluación (información utilizada solo para fines académicos).</li> </ul>	
		Posibilidad de ejecución	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Capacidad de trabajo del equipo de investigación</li> </ul>	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Trabajo en conjunto</li> </ul>	



		Lugar de ejecución del estudio	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Acceso a los participantes (facilidad)</li> <li>▪ Disponibilidad de tiempo</li> </ul>	
	Funcionalidad	Coherencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Relación con el diagnóstico</li> </ul>	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Relación al nivel de dificultad de los sujetos de estudio.</li> </ul>	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Relación con el objetivo de la propuesta de intervención educativa.</li> </ul>	
		Factibilidad	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Acceso a los recursos (material, plataformas y aplicaciones).</li> </ul>	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nivel de aceptación</li> </ul>	
			<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Factores facilitadores</li> </ul>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Factores obstaculizadores (fallas de internet o conectividad).</li> </ul>			
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Consecuencias positivas</li> </ul>			
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Consecuencias negativas educativas de acuerdo a su naturaleza.</li> </ul>			



			▪ Tiempo de ejecución	
			▪ Uso de recursos (material, plataformas y aplicaciones).	
			▪ Nivel de comprensión de las actividades.	
		Adecuación	▪ Desarrollo de la intervención	



## Anexo J

### Desarrollo del Taller para Representantes Legales



**PREGUNTAS PARA TRABAJAR EN GRUPO**

- ¿Qué alimento es el que comúnmente comen a diario?
- ¿Cuáles son los alimentos que dan más energía a mi hijo/a?
- ¿Qué factores influyen en la...





UNIVERSIDAD  
NACIONAL DE  
EDUCACIÓN

## Anexo K

### Desarrollo del Taller para Representantes Legales

INSTITUCI... FICHAS PARA NIÑOS Google Académico GUIA DE COMIDA Spotify - Reprodu... PORTAFOLIO DPD Mi Portafolio Doce... CARPETAS TESIS »

Inicio Características MIS actividades MIS resultados [Crear actividad](#) Mejorar domerieradu...

**Domenica Riera**

**Vanessa Guaraca**

**Tania Gualpa**

**Julian Ortega**

**SALUDABLE** **CHATARRA**

Enviar respuestas

¿Cual es saludable y cual es chatarra?

Compartir

Cambiar plantilla

INTERACTIVOS

- Ordenar por grupo
- Aplasta topos
- Verdadero o falso:
- Abre la caja
- Avión

Mostrar todo



## Anexo L

### Desarrollo del Taller para Representantes Legales





**UNIVERSIDAD  
NACIONAL DE  
EDUCACIÓN**

**DECLARATORIA DE PROPIEDAD INTELECTUAL Y CESIÓN DE DERECHOS DE PUBLICACIÓN  
DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR  
DIRECCIONES DE CARRERAS DE GRADO PRESENCIALES - DIRECCIÓN DE BIBLIOTECA**

---

Yo, Vanessa Mariuxi Guaraca Saquicaray, portador de la cedula de ciudadanía nro. 0105807432, estudiante de la carrera de Educación Inicial en el marco establecido en el artículo 13, literal b) del Reglamento de Titulación de las Carreras de Grado de la Universidad Nacional de Educación, declaro:

Que, todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en el trabajo de Integración curricular denominada "Desarrollo de hábitos alimentarios saludables de las familias de los infantes de 3 años de la Unidad Educativa Herlinda Toral desde la Educación Popular" son de exclusiva responsabilidad del suscribiente de la presente declaración, de conformidad con el artículo 114 del Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, por lo que otorgo y reconozco a favor de la Universidad Nacional de Educación - UNAE una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra con fines académicos, además declaro que en el desarrollo de mi Trabajo de Integración Curricular se han realizado citas, referencias, y extractos de otros autores, mismos que no me tribuyo su autoría.

Asimismo, autorizo a la Universidad Nacional de Educación - UNAE, la utilización de los datos e información que forme parte del contenido del Trabajo de Integración Curricular que se encuentren disponibles en base de datos o repositorios y otras formas de almacenamiento, en el marco establecido en el artículo 141 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación.

De igual manera, concedo a la Universidad Nacional de Educación - UNAE, la autorización para la publicación de Trabajo de Integración Curricular denominado "Desarrollo de hábitos alimentarios saludables de las familias de los infantes de 3 años de la Unidad Educativa Herlinda Toral desde la Educación Popular" en el repositorio institucional y la entrega de este al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor, como lo establece el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Ratifico con mi suscripción la presente declaración, en todo su contenido.

Azogues, 06 de marzo del 2023

*Vanessa Mariuxi Guaraca Saquicaray*  
C.I.: 0105807432



**UNIVERSIDAD  
NACIONAL DE  
EDUCACIÓN**

**DECLARATORIA DE PROPIEDAD INTELECTUAL Y CESIÓN DE DERECHOS DE PUBLICACIÓN  
DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR  
DIRECCIONES DE CARRERAS DE GRADO PRESENCIALES - DIRECCIÓN DE BIBLIOTECA**

---

Yo, **Domenica Anabel Riera Duran**, portador de la cedula de ciudadanía nro. 0106038359, estudiante de la carrera de Educación Inicial en el marco establecido en el artículo 13, literal b) del Reglamento de Titulación de las Carreras de Grado de la Universidad Nacional de Educación, declaro:

Que, todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en el trabajo de Integración curricular denominada "Desarrollo de hábitos alimentarios saludables de las familias de los infantes de 3 años de la Unidad Educativa Herlinda Toral desde la Educación Popular" son de exclusiva responsabilidad del suscribiente de la presente declaración, de conformidad con el artículo 114 del Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, por lo que otorgo y reconozco a favor de la Universidad Nacional de Educación - UNAE una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra con fines académicos, además declaro que en el desarrollo de mi Trabajo de Integración Curricular se han realizado citas, referencias, y extractos de otros autores, mismos que no me tribuyo su autoría.

Asimismo, autorizo a la Universidad Nacional de Educación - UNAE, la utilización de los datos e información que forme parte del contenido del Trabajo de Integración Curricular que se encuentren disponibles en base de datos o repositorios y otras formas de almacenamiento, en el marco establecido en el artículo 141 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación.

De igual manera, concedo a la Universidad Nacional de Educación - UNAE, la autorización para la publicación de Trabajo de Integración Curricular denominado "Desarrollo de hábitos alimentarios saludables de las familias de los infantes de 3 años de la Unidad Educativa Herlinda Toral desde la Educación Popular" en el repositorio institucional y la entrega de este al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor, como lo establece el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Ratifico con mi suscripción la presente declaración, en todo su contenido.

Azogues, 06 de marzo del 2023

*Domenica Anabel Riera Duran*  
C.I.: 0106038359





**UNIVERSIDAD  
NACIONAL DE  
EDUCACIÓN**

**CERTIFICACIÓN DEL TUTOR PARA  
TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR  
DIRECCIONES DE CARRERA DE GRADO PRESENCIALES**

---

Carrera de: Educación Inicial

Yo, María Isabel González Loor tutora del Trabajo de Integración Curricular de Carreras de Grado de Modalidad Presencial denominado “Desarrollo de hábitos alimentarios saludables de las familias de los infantes de 3 años de la Unidad Educativa Hertinda Toral desde la Educación Popular” perteneciente a los estudiantes: Vanessa Mariuxi Guaraca Saquicaray con C.I. 0105807432, Domenica Anabel Riera Duran con C.I. 0106038359. Doy fe de haber guiado y aprobado el Trabajo de Integración Curricular. También informo que el trabajo fue revisado con la herramienta de prevención de plagio donde reportó el 8 % de coincidencia en fuentes de internet, apegándose a la normativa académica vigente de la Universidad.

Azogues, 06 de marzo del 2023



María Isabel González Loor

C.I: 1307050144