



Comprender los Hábitos de la nutrición en niños y niñas de 3 a 6 años

Autores.

Alnhy Xilena Valencia Rodríguez

Juan Carlos Tibavizco Rozo

Viviana Patricia Rendón González

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA IBEROAMERICANA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

ESPECIALIZACIÓN EN DESARROLLO INTEGRAL DE LA INFANCIA Y LA

ADOLESCENCIA

BOGOTA D.C.

2022



Comprender los Hábitos de la nutrición en niños y niñas de 3 a 6 años

Autores

Alnhy Xilena Valencia Rodríguez 100110035

Juan Carlos Tibavizco Rozo 100111620

Viviana Patricia Rendón González 100110673

TUTORA: ADRIANA ROMERO

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA IBEROAMERICANA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

ESPECIALIZACIÓN EN DESARROLLO INTEGRAL DE LA INFANCIA Y LA

ADOLESCENCIA

BOGOTA D.C.

2022



Contenido

Introducción.	4
1. CAPÍTULO 1. Descripción General Del Proyecto.	7
1.1 Problema de Investigación	7
1.2. Objetivos de Investigación.	9
1.3. Justificación.	10
2. CAPÍTULO 2. Marco De Referencia.	13
2.1. Antecedentes de investigación.	13
2.2. Marco Teórico.	16
2.3. Marco Conceptual.	19
2.3.1. <i>Hábitos nutricionales</i>	19
2.3.2. Niños y niñas de 3 a 6 años	22
2.3.3. Hábitos de la nutrición en niños y niñas de 3 a 6 años	24
2.3.4. <i>Institución educativa de la ciudad de Bogotá.</i>	27
2.4. Marco Legal.	30
CAPÍTULO 3. Marco Metodológico.	33
3.4. Técnicas para la recolección de la información.	33
3.1. Tipo de estudio.	33
3.2. Población.	35
3.3. Procedimiento.	37
3.4. Técnicas para la recolección de la información.	38
3.5. Consideraciones Éticas.	39
4. CAPÍTULO 4. Análisis de Resultados:	40
4.1. Microanálisis y discusión abierta	41
4.2. Codificación axial.	50
4.3. Análisis de experiencia.	59
Discusión y Conclusiones	61
Referencias	66
5. Referencias.	74



Introducción.

Mediante este proyecto se busca comprender los hábitos de nutrición en niños y niñas de 3 a 6 años de una institución educativa de la ciudad de Bogotá, ya que se encontró como déficit en el desarrollo cognitivo y físico, frente a la falta de una buena alimentación lo cual genera dificultades en el aprendizaje.

Teniendo en cuenta el aspecto social y cultural del entorno, es preciso comprender las causas del detrimento alimenticio, que dificultan el proceso sostenible de esta etapa del desarrollo de los niños y niñas.

Por tal razón se tiene en cuenta; Unicef. (2019), “En la cucharada con que una madre o un padre alimenta a un niño pequeño, la comida es amor. En el banquete en el que una familia cocina para celebrar la mayoría de edad de un niño, la comida es comunidad. En los gritos y risas de los adolescentes que comparten refrigerios después de la escuela, la comida es alegría. Y para todos los niños y los jóvenes de todo el mundo, la comida es la representación de la vida, un derecho fundamental y la base de una nutrición sana y un desarrollo físico y mental sólido”.

La nutrición inadecuada, la complementación de alimentos, que sean aptos para esta población, la poca información de los padres de familia y la falta de educación en este tema ha llevado a una mala apropiación de formas o métodos de alimentación saludable para esta comunidad, donde el niño y la niña mal alimentados da como resultado una desnutrición acelerada, en el que se dificulta el crecimiento y desarrollo



fisiológico, por lo que se debe identificar problemas más agudos en la salud. Como nos dice Achával, M. (2016): “Si el niño o niña no está bien alimentado durante este tiempo, puede tener un efecto profundo en su salud, así como en su habilidad para aprender, comunicarse, pensar analíticamente, socializar efectivamente y adaptarse a nuevos ambientes o personas. Una buena nutrición es la primera línea de defensa contra numerosas enfermedades infantiles que pueden dejar huellas en los niños y niñas, de por vida.”

De esta manera cuando tenemos una alimentación no idónea podemos observar cómo se generan unos procesos inestables de aprendizaje con elementos vitales como; la baja energética a nivel físico, mental, la poca capacidad de concentración, movimientos coordinados y múltiples; esto afecta el avance de su proceso en estas edades.

Teniendo en cuenta este contexto, la investigación se desarrolla con población vulnerable en una institución educativa de la ciudad de Bogotá. El principal objetivo de esta es identificar los comportamientos alimenticios y el desarrollo de los niños y niñas en esta institución, para dilucidar causas de los hábitos de nutrición que puedan ser negativas, ya que se puede encontrar algunas problemáticas, donde la familia posee bajos recursos económicos lo cual afecta significativamente, la obtención de alimentos apropiados para la buena alimentación de nuestros niños y niñas de 3 a 6 años; de ahí tenemos factores constantes del medio social, que atañe a la población a trabajar.

Teniendo en cuenta como objetivo comprender los comportamientos de los hábitos de la nutrición en niños y niñas de 3 a 6 años, en una institución educativa de la



ciudad de Bogotá. Se busca observar y conocer el porqué de la problemática que se presenta a nivel nutricional en esta población y de esta manera lograr identificar y categorizar los hallazgos encontrados que puedan ser posteriormente contrastados con los referentes teóricos y conceptuales actuales relacionados con los hábitos de nutrición de los niños y las niñas.

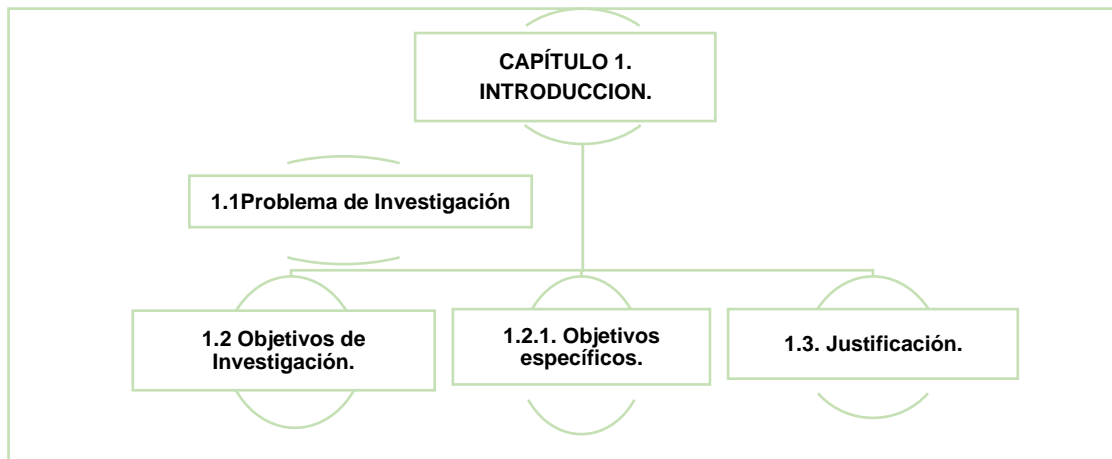
El interés se basa en establecer circunstancias y dificultades que se presentan en esta comunidad frente a la problemática social, económica y familiar, teniendo en cuenta los hábitos nutricionales, el tipo de alimentos que se consumen y las etapas que presentan dificultad en los niños y niñas de este sector poblacional; igualmente una posible búsqueda de estrategias que les permita hacer frente a cada situación particular en torno a esta temática. De esta manera se pretende llegar al cumplimiento de los objetivos establecidos a través de la observación participante que evidenciará situación real y las fragilidades que se presentan bajo la desnutrición en los niños y niñas de esta comunidad.

El interés se basa en establecer circunstancias y dificultades que se presentan en esta comunidad frente a la problemática social, económica y familiar, teniendo en cuenta los hábitos nutricionales, el tipo de alimentos que se consumen y las etapas que presentan dificultad en los niños y niñas de este sector poblacional; igualmente una posible búsqueda de estrategias que les permita hacer frente a cada situación particular en torno a esta temática. De esta manera se pretende llegar al cumplimiento de los objetivos establecidos a través de la observación participante que evidenciará situación

real y las fragilidades que se presentan bajo la desnutrición en los niños y niñas de esta comunidad.

Como referente se tomará una muestra de no más de 10 niños y niñas, para realizar un muestreo fidedigno que evidencie los hábitos que se presentan dadas las carencias nutricionales que dificultan el desarrollo físico y mental de los niños y niñas de estas edades, llevando un proceso cualitativo que nos permite desarrollar una metodología orientada a la búsqueda de la circunstancia que se presentan en este grupo poblacional.

1. CAPÍTULO 1. Descripción General Del Proyecto.



Fuente: Cuadro 1: resumen capítulo 1. Elaboración propia, 2022.

1.1 Problema de Investigación



El problema de investigación es el déficit en los hábitos nutricionales en niños y niñas de 3 a 6 años, en una institución educativa de la ciudad de Bogotá. Esta problemática se da teniendo en cuenta que una buena y adecuada nutrición en esta etapa de desarrollo de los niños y niñas, benefician al ser humano en el crecimiento físico y mental. Como dice el Ministerio de Educación (2007), Los primeros años de vida son decisivos en esta etapa, los niños y las niñas pasan por transformaciones físicas, afectivas, cognitivas y sociales que marcan la adquisición de competencias y formas de aprender, relacionarse, comunicarse, jugar y transformar su entorno.

Es importante que se identifique y reconozca el déficit de los malos hábitos en la nutrición de esta población ya que con ello también se pueden poner en conocimiento las consecuencias originadas por la mala alimentación, importantes en la necesidad de comprender las dificultades de salud, el aprestamiento en los procesos formativos y en el crecimiento sano de los niños y de las niñas. Dado que se pueden presentar problemáticas como el desconocimiento de la importancia de la buena nutrición, logrando generar una comprensión sobre los elementos que de este plantel educativo.

A partir de lo anterior, la pregunta de investigación es: ¿Cómo se dan los comportamientos de los hábitos nutricionales en niños y niñas de 3 a 6 años, en una institución educativa de la ciudad de Bogotá?

Por lo cual, se vuelve de suma importancia responder

- ¿Cuáles son los referentes teóricos y conceptuales actuales en los hábitos nutricionales de los niños y niñas de 3 a 6 años, que permitan establecer categorías de análisis para responder al tema de investigación?
 - ¿De qué manera los datos obtenidos a través de la información recolectada en niños y niñas de 3 a 6 años generan los resultados que respondan al tema de investigación?
 - ¿Cuáles son las experiencias de los hábitos de nutrición en niños y niñas de 3 a 6 años, que dan respuesta al objetivo general de la investigación?

1.2. Objetivos de Investigación.

1.2.1. Objetivo General.

Con el fin de responder la pregunta de investigación, se plantea como objetivo general. Comprender los comportamientos nutricionales en niños y niñas de 3 a 6 años, en una institución educativa de la ciudad de Bogotá.

1.2.2. Objetivos Específicos.

Asimismo, se proponen los siguientes objetivos específicos, los cuales son:

- Identificar a través de referentes teóricos y conceptuales actuales en los hábitos nutricionales en los niños y niñas de 3 a 6 años, que permitan establecer categorías de análisis para responder al tema de investigación.

- Categorizar los datos obtenidos a través de la información recolectada en niños y niñas de 3 a 6 años generan los resultados que respondan al tema de investigación.
- Analizar y Comprender los comportamientos de los hábitos de nutricionales en niños y niñas de 3 a 6 años, quedan respuesta al objetivo general de la investigación.

1.3. Justificación.

Partiendo de la necesidad de comprender el porqué de nuestra investigación encontramos que es necesario vislumbrar, entender e identificar las diferentes causas por las cuales los niños y niñas de 3 a 6 años presentan problemas de hábitos nutricionales. Dado que se generan dificultades en el entorno educativo, como la falta de atención, concentración, conceptualización y comprensión de conceptos, al igual que en el desarrollo físico, mental y motriz se pueden identificar dificultades a nivel social, cultural y familiar que presentan los niños en esta etapa de crecimiento.

Observamos como parámetro que refleja esta problemática según, el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF (2015), “Con relación a la desnutrición se observan generalidades como la edad escolar, gustos, hábitos alimenticios, y empiezan a adaptarse a la alimentación del adulto. Las actividades sedentarias como ver TV, afecta a siete de cada diez escolares de áreas urbanas”.



Viendo estos elementos, los cuales son importantes en esta investigación, nace la falta de información para comprender el déficit de hábitos nutricionales, dado que los niños presentan bajo rendimiento académico, bajas destrezas motoras, también se observan dificultades como la falta de concentración, problemas de talla y peso, que conlleva la desnutrición y mal nutrición, siendo reflejados a nivel social y cultural, presentando así hábitos de comportamiento alimenticio que generan problemas físicos y mentales.

Mediante esta investigación se usa un modelo de etnografía rápida que nos es permitida bajo una observación participante y nos facilita el proceso de averiguación al identificar y reconocer diferentes aspectos de los hábitos nutricionales de los niños y niñas de la institución educativa, para así establecer el por qué se presenta esta dificultad en esta población, utilizamos algunas herramientas como estrategias para la observación e identificación del problema de hábitos de nutrición de niños de 3 a 6 años.

Lo cual nos permitirá identificar diversos parámetros que generan estas problemáticas, estableciendo así elementos indispensables que se requieren para la comprensión y observación participante, que permitan y faciliten comprender algunos factores de la baja nutrición y los malos hábitos de alimentación que afectan a los niños y niñas de una institución ubicada en la ciudad de Bogotá.

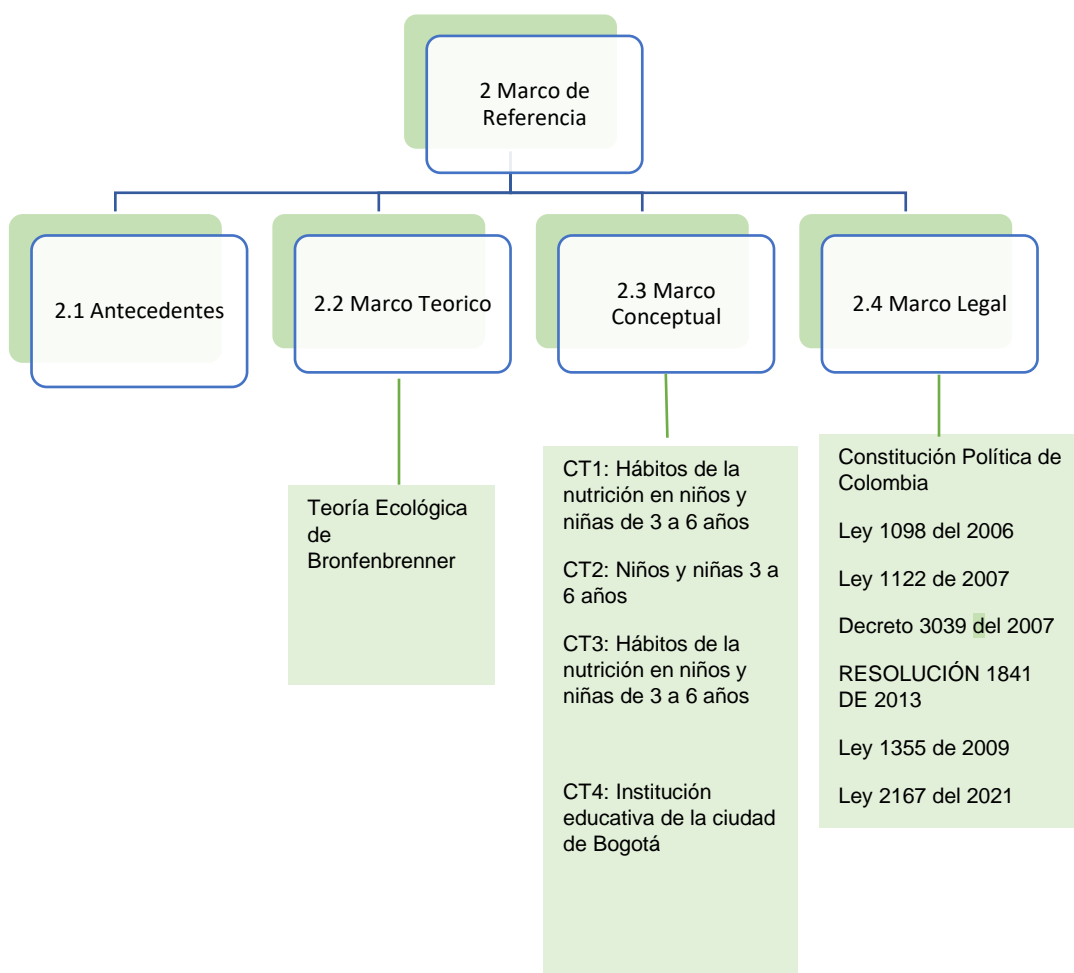
En esta investigación es viable e innovadora, ya que nos permite recolectar información que relaciona el comportamiento, el desarrollo, la estabilidad emocional y la salud de los niños y niñas de 3 a 6 años, donde podemos establecer las dificultades y



problemas que se presentan en la nutrición y sus hábitos, en estas edades de la institución a investigar.

Este método cualitativo de etnografía rápida nos permite comprender la información que se genera a partir de la falta de hábitos nutricionales adecuados para el momento del desarrollo, para determinar los componentes que faciliten y reflejen esta situación donde se llega a reconocer y comprender algunos compendios, que puedan dar a conocer las particularidades de esta problemática. Para esto tenemos como herramienta primordial de investigación la etnografía rápida, la cual nos dará una base de conocimiento mediante la observación participante, que nos permita identificar los resultados de la problemática a investigar.

2. CAPÍTULO 2. Marco De Referencia.



Fuente: Cuadro 2: resumen capítulo 2. Elaboración propia, 2022.

2.1. Antecedentes de investigación.



Para la elaboración de esta investigación, se consultaron documentos similares enmarcados en los hábitos de alimentación de niños y niñas, los cuales dado el objeto de estudio influyen de manera adecuada. Uno de los primeros antecedentes es el de Daza, C. H. (1997), el cual nos habla sobre la importancia de la nutrición con el desarrollo cognoscitivo y cognitivo durante la etapa escolar y sobre cómo este influye de manera positiva o negativa en el rendimiento escolar, como el mismo texto resalta la función cognoscitiva del escolar y su rendimiento intelectual, están influidos por su historia nutricional y el ambiente psicosocial y familiar que enmarca su crecimiento y desarrollo. Pero en esta investigación también resalta que las funciones cognoscitivas y cognitivo alteradas no siempre se quedan como tal, sino que con mejoramiento nutricional y un buen acompañamiento pueden superarse.

Mientras que Cubero, J., Costillo, E., Franco, L., Calderón, A., Santos, A. L., Padez, C., & Ruiz, C. (2012) a través de su investigación aportan que en la primera infancia es muy importante el papel de los padres y educadores ya que a través de estos se es posible crear unos hábitos alimenticios saludables durante la infancia, ya que de esto dependerá que no padezcan de enfermedades crónicas durante su adultez, influyendo así la escuela, el hogar, la comunidad y los pares.

Salazar Vera, S. V., & Sánchez Troncoso, K. M. (2021) señalan que desde la interacción psicológica los niños y niñas que poseen deficiencias nutricionales presentan algunas características en su personalidad como tristeza, apatía, poca participación en actividades recreativas, movimiento voluntario, irritabilidad, falta de interés por las personas, las cuales al suplir esta necesidad básica de nutrición podemos obtener como



respuesta mejoramiento en la socialización entre pares, mejor motricidad voluntaria, interés por las actividades lúdicas, cambios en su conducta y expresión facial, incremento y mejor disposición para el aprendizaje. Aun así se resalta que la desnutrición no es solo falta de nutrientes, sino que es todo un sistema que va de la mano de los hábitos, la familia, la cultura, el entorno educativo y la comunidad.

En investigaciones de Torres, E. M. (s. f.) se enfoca en el trabajo lúdico mediante un escenario social y participativo, donde se importan actividades formativas y pedagógicas que fortalecen el aprendizaje en primera infancia, haciendo énfasis en el desarrollo mental y físico, integrando la familia y la comunidad, transformando hábitos a nivel alimenticio que fortalecen la nutrición y el desarrollo motor en los estudiantes de esta institución.

El Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (2008), mediante un CONPES social proporciona una mirada más realista frente a la alimentación y nutrición de nuestra población, encontrando variaciones en la alimentación que se da en cada región, lo cual proporciona costumbres variadas en los productos que se consumen. Teniendo en cuenta nuestra niñez podemos entender que en algunos sectores del país se presenta mayor problema en los procesos nutricionales y alimentarios, ya sea por problemas sociales, económicos y educativos, lo cual conlleva a un bajo consumo de alimentos variados.

Montoya Jaramillo, V. L. Carrión Merino, S. T. (2017), en su investigación nos refieren que los hábitos nutricionales influyen en el crecimiento, desarrollo, calidad de vida y en trastornos que afectarán la vida del adulto; se adquieren en los primeros años y



perduran a lo largo de la vida, por lo tanto se debe realizar el esfuerzo de inculcar hábitos saludables y así prevenir problemas nutricionales como: bajo peso, talla baja, sobrepeso y obesidad, es esencial el uso de las técnicas básicas para diagnosticar estos trastornos, constituyendo la antropometría como una herramienta principal donde el índice de la masa corporal es de elección.

En su artículo Mayo Clinic. (2022) Refiere que la obesidad se relaciona con diversos problemas en la salud durante los primeros años de vida del infante, lo cual constituye un factor de riesgo en la edad adulta, ya que los últimos años en Colombia se ha incrementado las cifras de sobrepeso u obesidad en los niños y las niñas, situación que resulta alarmante a las relaciones que existen en los problemas nutricionales y las diferentes etapas de la vida.

2.2. Marco Teórico.

A continuación, desde el interés propio de la investigación se decide profundizar sobre la teoría ecológica de *Urie Bronfenbrenner*, ya que esta nos habla de una orientación ambiental que se encuentra presente en el desarrollo de la vida de cada ser humano, y en la cual a través de los diversos ambientes en los que se relaciona, progresivamente se irán presentando cambios en su desarrollo a nivel cognitivo, moral y social.

Esta teoría es de gran utilidad puesto que se puede aplicar en todos los ámbitos del desarrollo humano y sus ciencias aplicadas, como lo es la psicología, el trabajo social, la



sociología, la antropología, entre otras. En esta se interrelaciona tanto las variables genéticas con las que nace cada ser humano y las variables que son propias del entorno en el cual habita, lo cual ayuda a comprender como se conforman las relaciones personales e intrapersonales en función del contexto en el que viven.

De esta manera podemos observar cómo esta teoría contribuye a la explicación de los cambios de conducta sufridos por el individuo a través de la influencia del entorno o medio en el cual se mueve o habita, siendo este un eje de cambio multidireccional, multi contextual y multicultural que aunado a la genética siempre arrojará un desarrollo único de la personalidad y del afrontamiento a los diferentes factores de la vida.

Como dice, Masterpasqua, F., & Perna, P. A. (1997), hay “pequeños estímulos que pueden provocar un gran movimiento aplicable a los pensamientos y las acciones de los hombres, así como a las ciencias naturales. Un cambio mínimo, un pequeño gesto o una sola palabra pueden generar un efecto impresionante”, cuando realizamos una investigación debemos de tener esto en cuenta ya que la población a trabajar manifiesta cambios constantes en su desarrollo personal, a nivel nutricional, social y cultural.

Esta teoría nos ofrece un marco orientado a los elementos necesarios en el proceso de investigación, dado que se encuentra ligado al contexto educativo y formativo, de la población a investigar y es una herramienta prioritaria para destacar y encontrar respuestas a nuestro tema principal, la nutrición en niños y niñas de 3 a 6 años en un ámbito escolar, sus hábitos y costumbres asociadas a la buena alimentación o mala nutrición con efectos en su proceso de formación a nivel cognitivo, social, cultural y físico.



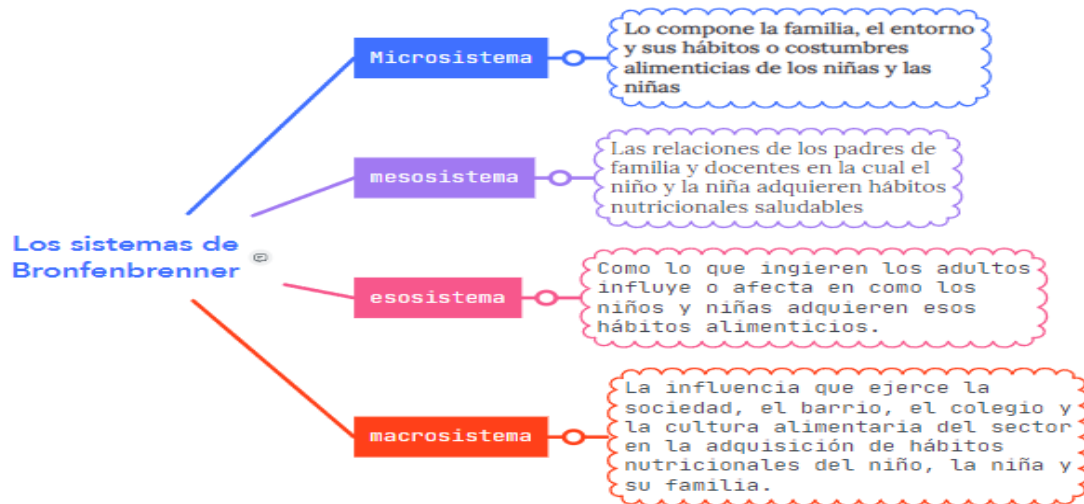
En el microsistema de nuestra población podemos observar la familia, el entorno y sus hábitos o costumbres alimenticias, ya que no es posible comparar una familia que venga de la zona del pacífico colombiano con sus diferentes costumbres a una de la zona céntrica del país o a una que sea población indígena, ya que en cada zona los procesos nutricionales son diferentes y algunos ayudan a encontrar dificultades nutricionales o en la adquisición de hábitos alimenticios.

El mesosistema que nos permite observar y analizar las diversas relaciones de los padres de familia y docentes en la cual el niño y la niña adquieren hábitos alimenticios, de manera tal que se pueda determinar factores básicos de alimentación, gustos y factores de comportamiento, que establecen costumbres y hábitos alimenticios y conllevan al desarrollo mental, físico, social con rasgos culturales que definen al niño y la niña.

El exosistema influye en el entorno laboral, en el cómo afectan los hábitos alimenticios en el orden o desorden nutricional, como, que comen los adultos y como los niños adquieren esos hábitos, al comer que alimentos prefieren más que otros. Mediante el aprendizaje de hábitos y costumbres nutricionales se puede observar la transformación en tiempo, espacio y modos de alimentación que se relacionan con la calidad de la alimentación que ingieren los niños y niñas en estas etapas del desarrollo físico y mental.

En el macro sistema podemos analizar el grado de influencia que ejerce la sociedad, el barrio, el colegio y la cultura alimentaria del sector a la adquisición de hábitos nutricionales del niño, la niña y su familia, afectando las relaciones interpersonales, sociales y los cambios en los valores y principios adquiridos y a desarrollar en el área de la nutrición y la salud, ya que la influencia social ha alcanzado un efecto negativo y

positivo pues se pueden dar cambios en los hábitos en la alimentación, hora de comer, como comer y que comer.



Fuente: Cuadro 3: Resumen Marco Teórico. creación propia, agosto 2022

2.3. Marco Conceptual.

Con el fin de describir y profundizar en cada uno de los temas propios de la investigación, se abordarán las siguientes categorías temáticas: A. Hábitos de la nutrición; B. Niños y niñas de 3 a 6 años; C. Hábitos de la nutrición en niños y niñas de 3 a 6 años; D. Institución educativa de la ciudad de Bogotá.

2.3.1. Hábitos nutricionales

A continuación, pretendemos explicar los conceptos básicos necesarios para abordar la temática de hábitos de la nutrición. La nutrición según la Facultad de Ciencias



de la UNED es el (s.f) “conjunto de procesos fisiológicos por los cuales el organismo recibe, transforma y utiliza las sustancias químicas contenidas en los alimentos, proceso involuntario e inconsciente que depende de procesos corporales como la digestión, la absorción y el transporte de los nutrientes de los alimentos”.

Otro concepto básico y fundamental es el de hábitos alimenticios, un hábito es una costumbre adquirida a lo largo del tiempo, lo cual quiere decir que es un comportamiento repetitivo o habitual en nuestra vida. Los hábitos alimenticios son la preferencia para elegir ingerir unos productos alimenticios en especial y no otros. Una característica fundamental es que los hábitos se van formando a lo largo de la vida y no nacemos con ellos, por lo cual al trabajar con población infantil podremos generar hábitos saludables y perdurables, ya que al ser adultos ya hemos generados unos hábitos o costumbres adquiridas en nuestras primeras etapas de vida.

Por esta razón podemos establecer que es importante generar en el niño y la niña hábitos nutricionales adecuados donde nos permitan formar un sistema nutricional que prevalezca durante la vida en las diferentes etapas como adolescencia, juventud, adultez y adulto mayor, esto favorece a la población de manera general manteniendo una adecuada nutrición y un desarrollo mental y físico óptimo en las diferentes etapas del ser humano.

Para llegar a la adquisición de hábitos nutricional debemos atravesar por diferentes factores, como el económico, el cual se caracteriza por la capacidad adquisitiva para conseguir algunos alimentos; el geográfico, influye en los alimentos producidos en la zona en la cual se vive; el social, en la influencia del consumo; el cultural, alimentos que



consumieron nuestros antepasados que hoy continuamos consumiendo en los diferentes ámbitos educativos, familiares y personales.

Estos factores influyen en la formación de principios que conforman elementos que influyen en los procesos alimenticios que conllevan a una buena o mala nutrición. Durante la niñez se adquieren costumbres y valores como el respeto de las normas, la higiene, los hábitos alimentarios se aprenden mediante la repetición e imitación los hábitos de los adultos, de su medio familiar y escolar frente al entorno en el cual transitan los niños y niñas.

La nutrición se convierte en un factor indispensable en el crecimiento y desarrollo físico ya que, Guía de Alimentación y Salud UNED (s. f.). “El estado de salud de una persona depende de la calidad de la nutrición de las células que constituyen sus tejidos. Ya que si queremos mejorar nuestro estado nutricional sólo podemos hacerlo mejorando nuestros hábitos alimenticios”. Para ello es importante desde los primeros meses de vida educar al niño y la niña en hábitos saludables con alimentos que sean aptos para estas etapas del desarrollo infantil.

La conducta alimentaria permite una interrelación entre lo que se ingiere, se piensa y se habla, ya que un individuo bien alimentado presenta un sistema que facilita su integración social, afectiva y cognitiva, lo cual permite relacionar los alimentos a consumir discriminando entre lo adecuado y no adecuado, por lo cual facilita la adquisición y puesta en marcha de su relación familiar, consigo mismo, con sus pares y con el entorno, mediante modelos simbólicos y tradicionales.

Una incorrecta conducta alimentaria al interior de las familias representa en los procesos nutricionales un factor que conllevan a la mala nutrición, relacionándose con la obesidad generando una perspectiva donde se manifiesta una mala práctica de hábitos alimentarios, lo cual trae como consecuencia sobrepeso, problemas en el crecimiento o talla que se ve reflejado en problemas de salud a corto y largo plazo. Domínguez-Vásquez, P., Olivares, S. & Santos, J. (2008). Influencia familiar sobre la conducta alimentaria y su relación con la obesidad infantil.

2.3.2. Niños y niñas de 3 a 6 años

El modelo ecológico de Bronfenbrenner estima que el desarrollo del ser humano se da a través de un conjunto en el cual interactúan el individuo y el medio, entendido este como los factores que rodean el crecimiento, formación, transformación que influyen en el ser, de manera tal que podemos ver como el contexto impacta en la configuración del ser humano a lo largo de su vida. Este modelo se caracteriza por unos niveles, los cuales nos proveen una visión integral del desarrollo.

Teniendo en cuenta a Max-Neff, M. Elizalde, A. Hopenhayn, M. (1986) en su libro Desarrollo a Escala Humana “En lo político, la crisis se ve agudizada por la ineficacia de las instituciones políticas representativas frente a la acción de las élites de poder financiero”. Nos enfrentamos a una circunstancia insostenible frente al manejo de la economía mundial y la manipulación de los bienes, lo cual ha dificultado en gran parte el



desarrollo sostenible de muchas naciones y en especial el cuidado del bienestar de los niños y niñas en el planeta.

Frente a la falta de una educación compuesta, analítica y constructiva que lleva a una descomposición familiar muy difícil, tenemos un estado gobierno que en lugar de generar políticas beneficiosas para nuestra población infantil y juvenil pretende poner impuestos a todo, convirtiendo al pueblo en esclavo, el lugar de generar beneficios, se vive con una carga de inseguridad, inestabilidad y problemas económicos, educacional y pocas oportunidades de superación física y mental, en lugar de generar iniciativa para que la comunidad en general, pueda tener una vida productiva, prospera y dichosa.

Este modelo nos presenta una diferencia importante al observar el todo integrado desde lo cotidiano, la economía con libertad y el buen propósito de una política honesta y democrática en libertad, de pensamiento y acción. Según Max-Neff, M. Elizalde, A. Hopenhayn, M. (1986) “su propósito sustentador debe, a su vez, apoyarse sobre una base sólida. Esa base se construye a partir del protagonismo real de las personas, como consecuencia de privilegiar tanto la diversidad como la autonomía”.

Con base al desarrollo social sostenido el ser humano es la base de todo por ser el principio y el final de cada forma de sociedad, cultura y democracia, se convierte en ser indispensable en el crecimiento y transformación de los principios, del cambio y busca generar una participación sostenible, significativa y constructiva, donde parte el principio formativo educacional, en valores y principios de cada región, de cada país, convirtiéndolo en un líder genuino y constructor de su propia sociedad y modo de vida.



Mediante este modelo se destaca por partir del principio fundamento, como el hombre iniciador y alterador de la realidad presente, y busca romper con el paradigma de una cultura cerrada, con una economía deficiente, por lo cual debe ser el principio e iniciador en el reto de cambio, con una propuesta más real y participativa, desde el centro de la familia al total de la comunidad, sociedad y columna donde las oportunidades para todos se desarrollen mediante la educación, la salud, el trabajo y el bienestar en general.

Respetando la propiedad y produciendo el pan nuestro de cada día, con un gobierno más sensible a las realidades de la población en general, que le permitan crear trabajo, sustentabilidad, educación crítica, constructiva y formando seres íntegros espiritual y laboralmente, motivados en su crecer continuo y estable. Esto se diferencia al modelo ecológico, ya que se observan principios diferenciales, donde uno ve el contexto cercano y el otro busca una transformación más amplia, integrando político, democracia y llevando el principio económico como herramienta fundamental del desarrollo sostenible, de toda una población, buscando equidad, equilibrio y honradez, en el manejo de los recursos materiales, físicos y humanos, en sus dimensiones física, mentales y espirituales.

2.3.3. Hábitos de la nutrición en niños y niñas de 3 a 6 años

Los hábitos nutricionales son un proceso de gran importancia durante los primeros años de vida pues estos perduraran a lo largo de la misma; los niños y niñas, desde el momento de la gestación y durante las primeras etapas de desarrollo, aprenden a recibir nutrientes, consumir y manipular alimentos y se encuentran en una etapa de descubrir



diferentes olores, sabores y texturas, encontrando así aquellos que más les gustan o son de su preferencia.

Es muy importante mantener y favorecer el desarrollo de actitudes positivas respecto a la alimentación y a los hábitos saludables de los niños y las niñas. La fundación salud infantil (2018) nos refiere que de los 0 a los 3 años se va desarrollando la habilidad de comer solos y de no ser completamente dependientes en su alimentación, a partir de los 4 a 5 años aprenden a usar utensilios, a partir de los 5 a 6 años se muestran más seguros e independientes al momento de ingerir alimentos.

Frente al contexto de los niños y niñas entre los 3 a 6 años de edad podemos identificar que inician una etapa de acercamiento independiente, a desarrollar gustos y hábitos para la alimentación propia, el desarrollo de los sentidos y el gusto por probar diferentes sabores, olores y texturas, esto nos permite identificar procesos en los cuales se adquieren hábitos y costumbres alimenticios, donde se observa en este momento del desarrollo la influencia de los gustos alimentarios de la familia, la comunidad y la cultura para la adquisición de alimentos de los niños y niñas.

Durante la etapa formativa, se presentan importantes transformaciones a nivel fisiológico y psicológico que requieren una buena nutrición ya que son procesos naturales que ayudan al crecimiento del niño y la niña y a la vez fortalecen su desarrollo social y cognitivo. Frente a este ciclo se manifiesta la importancia de adquirir hábitos continuos donde se establezcan horarios y alimentos adecuados, al momento del desayuno, el almuerzo y la comida que contemplen los requerimientos energéticos diarios necesarios.



“Un desayuno adecuado, en periodos de crecimiento o actividad física importante, no es incompatible con la ingesta de un alimento a media mañana, basado en un pequeño bocadillo o una pieza de fruta o un lácteo, almuerzo: La comida del mediodía es la que aporta globalmente más energía, proteínas y grasas. Un alto porcentaje de niños y niñas utilizan los comedores escolares para su alimentación, la cena debe ser más ligera y sencilla que el almuerzo” (González & Ramos, 2011, P. 54)

Los hábitos que los niños adquieren en su etapa de los 3 a los 6 años representan un paso importante en su desarrollo físico y mental, el cual le permite a las personas generar bases nutricionales adecuadas para el crecimiento y el mejoramiento de todo su sistema orgánico y físico, que le facilita tener una vida más sana, social e intelectual. Los hábitos nutricionales facilitan combinar alimentos como frutas, verduras, cereales con un alto nivel de nutrientes donde al ingerirlo en horarios apropiados permite tener una alimentación adecuada, suficiente, completa, variada y equilibrada. Esto nos lleva a formar prácticas con hábitos saludables que garantizan el crecimiento del niño y la niña como seres íntegros y emocionalmente fuertes y seguros de sí mismos, teniendo en cuenta que

Una mala alimentación durante la niñez puede tener consecuencias peligrosas durante la edad adulta. La alimentación en los niños es uno de los aspectos más importantes en su desarrollo. Los padres son responsables de proporcionarles los nutrientes necesarios, además de crear en ellos unos buenos hábitos alimenticios. Una mala alimentación en los niños se refleja en la aparición de enfermedades crónicas en la vida adulta. La consistencia de comidas altas en



azúcar como los dulces, pasteles, helados o galletas puede conducir a una diabetes tipo dos y obesidad. Adicionalmente, un niño que tiene hábito de consumir azúcar en exceso es más probable que la siga consumiendo durante la vida de adulto.

Varens, L (2020). Malos hábitos y sus efectos a largo plazo en la vida de un niño.

Teniendo en cuenta la importancia de los buenos hábitos en la alimentación, es indispensable que desde los primeros años de vida se creen hábitos, rutinas y costumbres adecuadas al ingerir alimentos balanceados para así alcanzar una nutrición sana, que le permita al niño y la niña tener bases desde la familia y la sociedad, fortaleciendo de manera armónica un desarrollo a nivel físico, mental y psicológico, alcanzando así individuos con principios y valores firmes, con propósitos sanos hacia mismos y los demás.

2.3.4. Institución educativa de la ciudad de Bogotá.

La institución se destaca por tener en sus principios el desarrollo humano y social donde se establecen aspectos como el objeto de trabajo, su población y el contexto donde se encuentra ubicado y donde se desarrolla su plan (Proyecto Educativo Institucional) de estudio. Teniendo en cuenta estos elementos, los estudiantes a trabajar en esta institución, van desde primera infancia (prejardín, jardín y transición) a grado quinto de primaria, ubicada en zona rural y con una población en su mayoría de bajos recursos y de un nivel educativo básico.



La institución educativa es rural de carácter oficial. Dependiente de la Secretaría de Educación de Bogotá, presentando unos elementos importantes para el contexto poblacional como es el trabajo con primera infancia y básica primaria en jornada mañana, con jornada extendida o única. El aprendizaje de los principios básicos de convivencia humana se inicia en la familia y se perfeccionan durante la vida escolar; por tanto, es responsabilidad de la Institución educativa diseñar y ejecutar estrategias en valores que fomenten su práctica y demás elementos del proceso formativo.

La ubicación de la institución se da en San Cristóbal Localidad cuarta, en el sur oriente de la Capital y particularmente sobre los cerros orientales. En la actualidad son cerca de 206 barrios en la localidad, algunos de los cuales fueron levantados sobre zonas ilegales de alto riesgo, otros como resultado de pobladores de las diversas regiones de Colombia, pobladores de origen rural y pobladores víctimas del conflicto armado, otros que llegaron allí debido a los chircales y fábricas de ladrillos.

En el sector se observan algunas problemáticas como la falta de empleo, la búsqueda de educación y capacitación, la baja nutrición frente al lograr ubicar y adquirir alimentos óptimos para su consumo y fortalecer la nutrición de los niños y niñas de la zona. Encontramos en la población en edad escolar proyectada a presentar un crecimiento desbordado y con una población flotante, donde se manifiesta una situación de bajos recursos, observando dificultades en una capacidad alimenticia muy baja con hábitos desequilibrados donde se manifiesta en los niños y las niñas bajos niveles académicos y con problemas de salud.



La población presenta una tipología variante donde lo más destacable es la ubicación espacial ya que por ser una zona rural su desplazamiento es más complejo, para llegar a la institución se puede hacer caminando o en bus lo cual es transporte de la localidad y no suministrada por la Secretaría de Educación de Bogotá; también se ven niños y niñas en condición de desplazamiento por violencia y desempleo, encontrando población de Colombia y Venezuela. Esto ha generado en la localidad problemas de delincuencia común, drogadicción y acoso social, donde los estudiantes son encaminados a una vida compleja con conflictos familiares, separaciones abuso, robo, consumo, desnutrición, donde se observa la falta de cuidado por parte de los padres o cuidadores de los menores, ya que estos están en trabajos con horarios largos o en busca de recursos para subsistir el día a día.

Se destacan niños y niñas con problemáticas de pobreza extrema y con fraccionamiento familiares sin padre o sin madre. Conllevando a un bajo rendimiento académico y unas condiciones sociales bastante malas, donde la alimentación es un factor precario, con una afectación en el desarrollo cognitivo, físico, emocional y cultural de esta población.

La institución educativa en su comisión administrativa y teniendo en cuenta las problemáticas dadas en el campo de la nutrición, ha realizado procesos de acercamiento y solicitud del programa de alimentación infantil, mediante el cual la secretaria de educación actualmente ofrece, refrigerio a toda la institución de primera infancia a quinto de primaria a una población aproximada a 205 estudiantes. Esto facilitó la implementación de comida caliente para toda la población educativa (infantil) la cual se reparte por Compensar (caja



de compensación familiar) y ya que el colegio no cuenta con instalaciones como comedor u otros se reparte en cada salón y los docentes a sus educandos. Teniendo una jornada educativa de 6:45 am A 2:15 pm como jornada continua con refuerzo educativo.

Logrando este gran apoyo se ha alcanzado a mejorar el nivel de nutrición mediante el cual ha sido posible con el apoyo del programa de peso y talla que desarrolla secretaria de educación de Bogotá y Colsubsidio (sistema de subsidio familiar) el cual realiza un taller y toma de talla y peso al año a los niños y niñas de la institución.

Teniendo en cuenta estas ayudas es necesario destacar que se ha visto mejoras en los hábitos y costumbres alimentarias lo cual ha facilitado observar mejoras a nivel educativo, sin dejar de decir que a pesar de este apoyo, nos vemos abocados a referirnos a una población inestable no fija sino flotante, los cuales se manifiestan en la descomposición familiar, desempleo y delincuencia común, afectando la permanencia y los procesos de seguimiento y desarrollo alimentario en los niños y niñas de la institución.

2.4. Marco Legal.

Dentro de las leyes nacionales o políticas públicas elaboradas por el Gobierno de la República se encuentra la Constitución Política del 1991, artículo 44, el cual nos habla de los derechos fundamentales de los niños y las niñas como la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social, la alimentación equilibrada, su nombre y nacionalidad, tener una familia y no ser separados de ella, el cuidado y amor, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión.



Junto a la Ley 1098 de 2006 (Ley de infancia y adolescencia), que busca el bienestar de todos los niños y niñas, regulando sus derechos y deberes, el artículo artículo 41 establece que el Estado es el contexto institucional en el desarrollo integral de los niños, niñas y los adolescentes. En cumplimiento de sus funciones en los niveles nacionales, departamentales, distritales y municipales deberá entre otras cosas, garantizar el ejercicio de todos los derechos de los niños, niñas y adolescentes; apoyar a las familias para que puedan asegurarle a sus hijos e hijas desde su gestación, los alimentos necesarios para su desarrollo físico, psicológico e intelectual, por lo menos hasta que cumplan los 18 años de edad; Reducir la morbilidad y la mortalidad infantil, prevenir y erradicar la desnutrición.

La Ley 1122 de 2007 dice que el Gobierno Nacional definirá un Plan Nacional de Salud Pública cada cuatrienio, siendo adoptado mediante Decreto 3039 de 2007, en el cual se estableció la nutrición como una de las prioridades nacionales en salud, señalando estrategias entre otras, como, promover acciones de protección de los derechos del consumidor y las condiciones ambientales y de salud que favorezcan el aprovechamiento biológico de los alimentos y un adecuado estado nutricional de la población entre el Ministerio de la Protección Social, Agricultura y Comercio, Superintendencia del Consumidor y Ministerio de Educación.

Las anteriores disposiciones fueron retomadas la Resolución 1841 de 2013 del Ministerio de Salud y Protección Social, en el cual se contempla una dimensión de seguridad alimentaria y nutricional, el cual maneja tres componentes como son la disponibilidad y acceso de los alimentos, el consumo y aprovechamiento biológico, y por

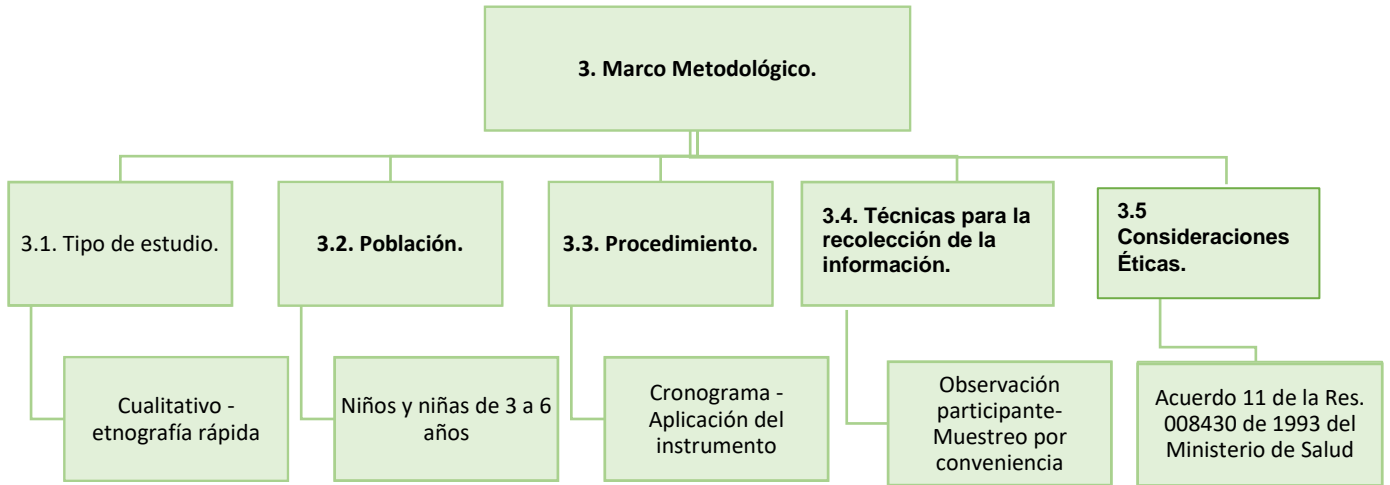


último la inocuidad y calidad de los alimentos, estableciéndose estrategias al respecto que contemplan entre otras, acciones como propender en la CISAN (Comisión Intersectorial de Seguridad Alimentaria y Nutricional) por la unificación y estandarización de criterios de medición y acción en los diferentes ejes de la Seguridad Alimentaria y Nutricional; concreción de la institucionalidad a nivel territorial expresada en planes departamentales y municipales, construidos a través de instancias legitimadas por las Asambleas Departamentales o los Concejos Municipales, con participación social y comunitaria.

La Ley 1355 de 2009, declaró a la obesidad como una enfermedad crónica de salud pública, y estableció que el Estado a través de los Ministerios de la Protección Social, Cultura, Educación, Transporte, Ambiente y Vivienda y Desarrollo Territorial y Agricultura y Desarrollo Rural y de las Entidades Nacionales Públicas de orden nacional Coldeportes, el ICBF (instituto colombiano de bienestar familiar) y Departamento Nacional de Planeación, promoverá políticas de Seguridad Alimentaria y Nutricional, así como de Actividad Física que propendan a favorecer ambientes saludables dirigidos a promover la alimentación balanceada y saludable de la población colombiana en especial de niños y adolescentes, haciendo énfasis en la generación de ambientes saludables.

Por último, tenemos la Ley 2167 de diciembre del 2021, por medio de la cual se garantiza la prestación del servicio de alimentación escolar de manera oportuna y de calidad durante el 100 % del calendario académico y, además, se asegura la concurrencia efectiva, coordinada, articulada y conjunta de los recursos a cargo de la Nación, los distritos, los departamentos y los municipios.

CAPÍTULO 3. Marco Metodológico.



Fuente: Cuadro 4 resumen capítulo 3. Elaboración propia, octubre 2022.

3.1. Tipo de estudio.

El método de investigación a aplicar será el cualitativo, como nos dice Angrosino, M. (2012) "La investigación cualitativa pretende acercarse al mundo de "ahí fuera" (no en entornos de investigación especializada como los laboratorios) y entender, describir y algunas veces explicar fenómenos sociales "desde el interior" de varias maneras diferentes", este se determina a partir de la observación, la interpretación y el desarrollo subjetivo, el cual permite la combinación recursos, consultas, observación y conteo frente a los elementos que son difíciles de cuantificar.

Teniendo en cuenta la problemática de estudio podemos inferir que el enfoque cualitativo nos dará mayor resultado en el análisis de los datos y lo hará de manera más amplia; partiendo del principio del investigador, y teniendo en cuenta



los procesos determinados por el enfoque, la investigación social, cultural y humanística, este enfoque nos permite ir más allá de lo objetivo, logrando identificar etapas donde la observación, la consulta de los aspectos ambientales naturales nos permite comprender significados, interpretaciones y contextualizar el entorno a la investigación a desarrollar, ofreciendo un ejercicio reflexivo recurrente y continuo, frente a las realidades fenomenológicas.

Dentro del enfoque cualitativo contamos con la etnografía, la cual se interpreta como el estudio o descripción de los pueblos, Angrosino, M. (2012) expresa que esta, “se ocupa de las personas en sentido colectivo, no de los individuos. Es una manera de estudiar a las personas en grupos organizados duraderos a los que cabe referirse como comunidades o sociedades. El modo de vida distintivo que caracteriza a un grupo de esta índole es su cultura.” Por lo tanto, en este método podemos dar cabida de forma más amplia a la cultura y todo lo que esta conlleva las costumbres y las creencias que son compartidas los miembros de un grupo.

Como técnica de recolección de datos se optó por la observación participante, ya que mediante esta técnica podemos familiarizarnos con la población objeto y no solo verlos desde afuera. Esta nos brinda la posibilidad de relacionarnos con la muestra, manteniendo lo objetivo y lo subjetivo, por el punto de partida, la observación puede: no ser participativa, participación pasiva, participación moderada, participación activa y participación completa.



3.2. Población.

La población y el contexto donde de la comunidad a trabajar se encuentra ubicada en San Cristóbal Localidad cuarta de la ciudad de Bogotá D.C, en el sur oriente de la Capital y particularmente sobre los cerros orientales, y en el presente son cerca de 206 barrios en la localidad,

Según la (Secretaría de Educación Distrital, 2013). “La población en edad escolar proyectada es de 88.212 niños, niñas y adolescentes de los cuales 59.689 están matriculados en los 33 colegios oficiales y de una matrícula contratada con instituciones privadas.” Las tipologías dados en la población a intervenir son estudiantes que viven en el barrio Aguas Claras, que estudian en el Colegio rural Aguas Claras la cual va desde primera infancia a grado quinto de primaria, en una jornada de 6.45 am A 2.15 pm en jornada única, con una población en su mayoría de bajos recursos y de un nivel educativo básico.

Por ello se tiene en cuenta como dice el blog Infobae Estas son localidades de Bogotá que tienen las peores condiciones nutricionales para niños (2020):

“El estudio demostró que la brecha socioeconómica es muy evidente en Bogotá cuando se dividen los resultados por localidades. Los niños con mejores condiciones alimenticias se encuentran en la zona norte de la ciudad, pero a medida que se va avanzando hacia el sur, los números de desnutrición empiezan a hacerse más altos. Las localidades de Santa Fe, Rafael Uribe Uribe, San Cristóbal,



Usme, Ciudad Bolívar, son las más afectadas por casos de desnutrición infantil, situación que se ha profundizado desde que inició la pandemia”.

Se busca una metodología a desarrollar como, Explorable.com (2009), “El muestreo de o por conveniencia es una técnica de muestreo no probabilístico donde los sujetos son seleccionados dada la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador”. Las características para tener en cuenta para la selección de la población son las dificultades de la familia al no proveer de alimentos nutricionales adecuados a los niños y niñas de 3 a 6 de años de edad, para su desarrollo físico y mental, se toma la técnica de muestreo por ser útil al propósito designado en nuestra investigación mediante un método de observación.

Lo cual permite observar y plantear una prueba piloto como muestra de la investigación cualitativa, por lo cual el proceso selección de esta población se observan las malas costumbres alimenticias, buscando comprender el ¿porqué de los malos hábitos nutricionales?, llevando a cabo un tipo de estudio basado en etnografía rápida según Caines (2010) y Álvarez-Gayou (2003) “consideran que el propósito de la investigación etnográfica es describir y analizar lo que las personas de un sitio, estrato o contexto determinado hacen usualmente”.

El muestreo se dará mediante la observación de los niños y niñas de 3 a 6 años del Sed Rural Aguas Claras. Mediante una muestra de 10 niños y niñas para observar y aplicar el proceso de soporte de la información a recopilar. Teniendo en cuenta los criterios a nivel social, familiar y los hábitos de nutrición de la población a intervenir:

- Conocer los hábitos nutricionales
- Identificar elementos sociales de la baja nutricional en esta población
- Observar posibles síntesis de la problemática que presentan los niños y niñas de 3 a 6 años a nivel cognitivo y su desarrollo físico y mental.

3.3. Procedimiento.

Con el fin de dar cumplimiento a los objetivos planteados, se precisan actividades, instrumentos, responsables y fechas que permitan responder a la pregunta de investigación.

Objetivos	Actividades	Instrumento	Responsable	Fecha
Objetivo 1 Identificar a través de referentes teóricos y conceptuales actuales en los hábitos de nutrición de los niños y niñas de 3 a 6 años, que permitan establecer categorías de análisis para responder al tema de investigación.	Actividad 1 Búsqueda de referentes teóricos. Actividad 2 Construcción del marco teórico. Actividad 3 Construcción del marco conceptual y referencial	Instrumentos Resúmenes, análisis, rejilla bibliográfica.	Alnhy xilena valencia Juan Carlos Tibavizco Viviana Rendón	11 septiembre del 2022
Objetivo 2 Categorizar los datos obtenidos a través de la información recolectada en niños y niñas de 3 a 6 años genera los resultados que respondan al tema de investigación.	Actividad 1 Acercamiento a la población de estudio. Actividad 2 Recolección de información por medio de la observación. Actividad 3 Elaboración de muestreo por conveniencia.	Instrumentos Observación participativa.	Alnhy xilena valencia Juan Carlos Tibavizco Viviana Rendón	23 de Agosto del 2022



Objetivo 3 Analizar y Comprender los comportamientos de los hábitos de nutrición en niños y niñas de 3 a 6 años, quedan respuesta al objetivo general de la investigación.	Actividad Recopilación de la información	Instrumentos Análisis de los resultados obtenidos y conclusiones	Alnhy xilena valencia Juan Carlos Tibavizco Viviana Rendón	11 de noviembre de 2023
---	--	---	--	-------------------------------

Fuente: Cuadro 5 Elaboración propia, octubre 2022.

3.4. Técnicas para la recolección de la información.

Teniendo en cuenta a Consultores, B. (2022), podemos interpretar que las técnicas de recolección de información son un aspecto de la metodología de la investigación. Todo investigador debe tener en cuenta que la selección y elaboración de técnicas e instrumentos es esencial en la etapa de recolección de la información en el proceso investigativo; pues constituye el camino para encontrar la información requerida que dará respuesta al problema planteado.

Las técnicas básicas para la recolección de información, se puede definir como el medio a través del cual el investigador se relaciona con los participantes para obtener la información necesaria que le permita alcanzar los objetivos planteados en la investigación.

Como tipos de recolección de información hacemos uso de la observación la cual consiste en la indagación sistemática, dirigida a estudiar los aspectos más significativos de los objetos, hechos, situaciones sociales o personas en el contexto donde se desarrollan normalmente; permitiendo la comprensión de la verdadera realidad del fenómeno. Sampieri (1991), señala que la observación se fundamenta en buscar el



realismo y la interpretación del medio y que se debe planear cuidadosamente en: Etapas, aspectos, lugares y personas.

Lavin, A. (2015) nos indica que la observación puede adoptar diferentes modalidades, las cuales son:

- Según su carácter: Estructurada y No Estructurada.
- Según la participación del observador: Participante (natural/artificial) y No Participante.
- Según el número de observadores: Individual y Colectiva.
- Según el lugar donde se realiza: Campo y Laboratorio.

La observación participante artificial permitiría la integración del observador a propósito de la investigación y no haría parte del grupo poblacional que se investiga es por esta razón que es la técnica de recolección apropiada para este proyecto investigativo. De tal manera que el instrumento de recolección de datos es el de modelos de observación participante, siendo este evaluado mediante la etnografía rápida a través de un muestreo por conveniencia.

3.5. Consideraciones Éticas.

De acuerdo con el Acuerdo 11 de la Res. 008430 de 1993 del Ministerio de Salud en el Artículo 8, esta investigación a realizar protegerá los datos e informaciones referentes a la identificación e imagen de los participantes de la investigación, de igual

manera se precisa que desde el artículo 9 esta investigación no representa un riesgo para la vida o seguridad de los participantes. Asimismo, y conforme al acuerdo 10 el líder y colaborador del proyecto se comprometen a identificar los tipos de riesgo a los que pueden estar expuesto los participantes de esta investigación. De acuerdo con el Acuerdo 11, literal (a) esta investigación no presenta riesgo dado que Son estudios que emplean técnicas y métodos de investigación documental retrospectivos y aquellos en los que no se realiza ninguna intervención o modificación intencionada de las variables biológicas, fisiológicas, psicológicas o sociales de los individuos que participan en el estudio, entre los que se consideran: revisión de historias clínicas, entrevistas, cuestionarios y otros en los que no se le identifique ni se traten aspectos sensitivos de su conducta Por último, se velará por el bienestar de los participantes cumpliendo con los artículos 12, 13, 14 y 15 de la misma resolución.

4. CAPÍTULO 4. Análisis de Resultados:



Fuente: Cuadro 5 resumen capítulo 4. Elaboración propia, octubre 2022.

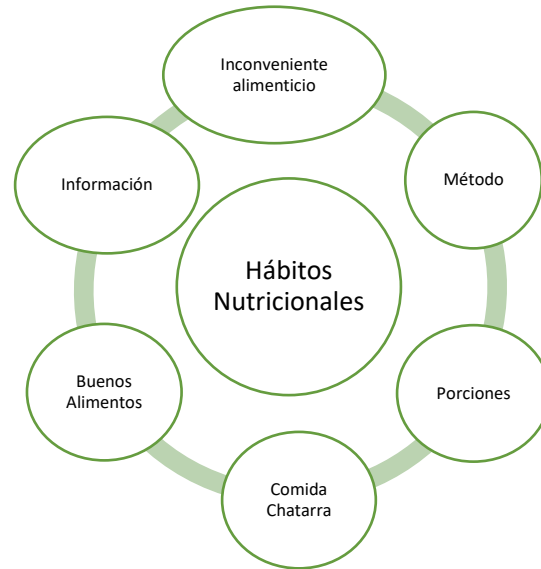
Códigos	Tabla de códigos	Familia de códigos
Inconveniente alimenticio	10	Hábitos Nutricionales
Método	7	
Porciones	5	
Comida Chatarra	8	
Buenos Alimentos	8	
Información	10	
Costumbres de Ingesta	11	
Vinculación	8	Hábitos de la nutrición en niños y niñas de 3 a 6 años
Comportamiento	16	
Interrelación	10	
Implementos	7	Contexto
Entorno	10	

Fuente: Cuadro 6 Codificación. Elaboración propia, Enero 2023

En el capítulo 4 encontramos el análisis de resultados, el cual se da mediante el proceso de codificación de la información, observando aspectos como microanálisis y discusión abierta, integrando procesos dentro de una codificación axial, permitiendo el análisis de experiencias y conclusiones. Estos elementos nos permiten desarrollar un proceso de reconocimiento y comprensión en los resultados alcanzados a través de la investigación realizada en esta población.

4.1. Microanálisis y discusión abierta

Ilustración 1. Familia de códigos, “hábitos nutricionales”



Fuente: Elaboración propia, 2023

La familia de códigos “hábitos nutricionales” surge de la agrupación de códigos que permiten observar diferentes parámetros que se tienen en cuenta en el proceso de análisis, visualización y anotación de elementos fundamentales que poseen los niños y las niñas a la hora de consumir alimentos, los cuales son consignados en las guías de observación, donde se parte de: inconveniente alimenticio, método, porciones, comida chatarra, buenos alimentos e información. Estos códigos nacen a partir de la observación desarrollada en los diferentes parámetros y problemáticas identificadas en el problema de investigación en una institución educativa de la ciudad de Bogotá.

El primer código “inconveniente alimenticio” corresponde a la observación realizada frente a la forma de interactuar de los niños y las niñas con los alimentos:



“Se muestra el poco gusto por las verduras, las frutas, la falta de variar los productos alimenticios que consume con frecuencia, en el desayuno, comida y cena”
(Guía de observación 1).

Esta observación indica aspectos sobre las predilecciones que presentan los niños y niñas de 3 a 6 años frente algunos alimentos, teniendo en cuenta sus gustos y costumbres que tiene a la hora de elegir y/ o consumir diferentes alimentos en el transcurso del día.

“Los tiempos son variados, los espacios pertinentes para una buena nutrición se dan de forma inadecuada y sin variantes alimentarias” (Guía de observación 1).

Lo anterior nos habla de tiempos y modos de alimentación lo cual corresponde al código de Método, en el cual mediante lo observado los espacios y tiempos de toma de alimentos son variados y complejos por los cual los estudiantes tienen problemas en ajustar comidas en horarios adecuados y sostenibles, ocasionando problemáticas al momento de ingerir comidas de los diferentes grupos de alimentos, .

“La implementación de frutas como mandarinas, manzanas y peras, verduras como habichuela, zanahorita y acelgas, también se consume bebidas naturales de mora, piña y otros” (guía de observación 5)

Esto nos habla del código de Porciones, el cual se refiere a la cantidad de alimentos nutritivos consumidos, frente a esta guía se visualizan problemáticas en el tipo de comida y variación de alimentos a consumir, por lo cual los niños y las niñas se les



dificulta consumir cantidades adecuadas de alimentos a la hora de consumirlos por las malas costumbres que traen desde casa.

“La familia juega un papel importante en la adquisición de gustos de los niños y niñas frente a la comida donde la comida de paquete, dulces y galguerías crean en el niño y la niña una mala relación con la comida” (guía de observación 10)

Lo cual pertenece a el código Comida chatarra en la cual se resaltan los tipos de alimentos preferidos por esta población; mediante esta observación se pueden identificar problemas de adaptación, costumbres y malos hábitos que conllevan a una mala nutrición y a un rechazo de alimentos sanos y de alto contenido nutricional en los niños y niñas en estas edades.

“Diversidad de alimentos, variedad de verduras y de los colores de estas, variedad de frutas en los platos y de leguminosa” (guía de observación 5)

Esto pertenece al código Buenos Alimentos, con el cual se identifican los alimentos adecuados teniendo en cuenta la edad; mediante esta observación se pueden ver contrariedades en los educandos por comidas que no son de su agrado. Por lo tanto, en la institución se busca combinar alimentos sanos y nutritivos que fortalezcan el desarrollo de los niños y las niñas, permitiendo por medio de estos mejorar sus hábitos nutricionales.

“Se resalta la importancia de la tabla nutricional y la variación de esta, para mejorar la adquisición y reconocimiento de nuevos alimentos mejorando los hábitos y costumbres de los niños y niñas” (guía de observación 8)

Con el código Información se busca mediante la tabla de contenido, observar patrones de comida, cantidad y frecuencia. Resaltando la importancia de aplicar y mantener una tabla adecuada de alimentos que beneficien a los niños y niñas en su sistema nutricional y calórico presentando variación, porciones y condiciones óptimas para el consumo de los alimentos. Teniendo en cuenta a: Montoya Jaramillo, V. L. Carrión Merino, S. T. (2017), en su investigación nos refieren que los hábitos nutricionales influyen en el crecimiento, desarrollo, calidad de vida y en trastornos que afectarán la vida del adulto; se adquieren en los primeros años y perduran a lo largo de la vida, por lo tanto se debe realizar el esfuerzo de inculcar hábitos saludables y así prevenir problemas nutricionales como: bajo peso, talla baja, sobrepeso y obesidad, es esencial el uso de las técnicas básicas para diagnosticar estos trastornos, constituyendo la antropometría como una herramienta principal donde el índice de la masa corporal es de elección.

Como conclusión podemos agregar que es importante mantener una tabla de alimentos adecuada con porciones y variantes alimenticias que beneficien a los niños y niñas, se hace necesario fortalecer la familia de códigos de costumbres e ingesta, para continuar con el proceso de comprender los hábitos nutricionales en los niños y niñas de 3 a 6 años.

Ilustración 2. Familia de códigos, “Niños y Niñas de 3 a 6 años”



Fuente: Elaboración propia, 2023

La familia de códigos corresponde a niños y niñas de 3 a 6 años, la cual está conformada por los códigos costumbres de ingesta y vinculación.

“Las malas costumbres y hábitos que se tienen desde casa generan un problema al momento de consumir alimentos” (guía de observación 3)

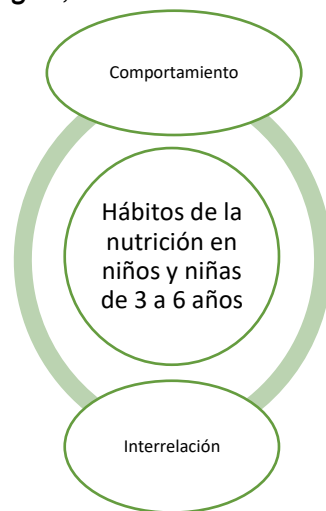
Esto nos refiere al código costumbres de ingesta, con el cual se identificaron costumbres de los niños y niñas a la hora de ingerir el refrigerio y la comida caliente. Se reconoce las dificultades dadas en esta población a partir de hábitos, costumbres, normas de aseo, orden y manejo de utensilios a la hora de consumir alimentos, con los hábitos y gustos traídos de casa.

“Esto también se manifiesta en el desorden en horarios, modos de consumo alimentario, uso de cubiertos, desperdicio de alimentos e inadecuadas normas básicas a

la hora de consumir y tomar alimentos, entre estas tenemos el irrespeto entre compañeros y hacia los docentes, desobediencia, agresividad” (guía de observación 8)

Este código corresponde a Vinculación, en la cual se observa cómo se da la socialización a la hora de tomar los alimentos entre pares. Mediante esta se relacionan y se identifican malos hábitos comportamentales, sociales y de normas a la hora de pasar al momento de alimentación y compartir con sus compañeros.

Ilustración 3. Familia de códigos, “Hábitos de la nutrición en Niños y Niñas de 3 a 6 años”



Fuente: Elaboración propia, 2023

La familia de códigos Hábitos de la nutrición en niños y niñas de 3 a 6 años está compuesta por comportamiento e interrelación.

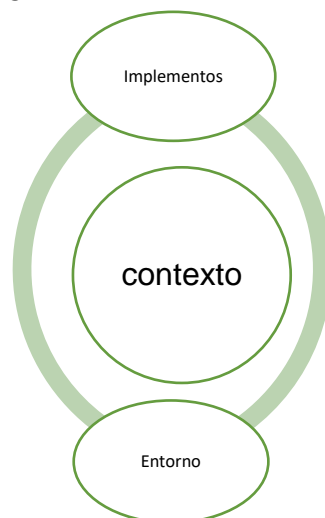
“La familia y el entorno también generan malos hábitos nutricionales” (guía de observación 1)

Lo anterior corresponde al código Vinculación mediante el cual se busca identificar conductas de aceptación y rechazo. La familia juega un papel importante en la transformación de hábitos, agrados, comportamientos y normas en su diario vivir al momento de comer, utilizar la mesa, silla y demás implementos, junto con el respeto a sus compañeros y acompañantes en la mesa.

“Buenas relaciones entre compañeros sin embargo la falta de respeto tolerancia frente a la diferencia entre los pares generan mala convivencia” (Guía de observación 12)

Mediante este código de Interrelación se observa la relación entre los niños y las niñas con la comida, resaltando la falta de buenos hábitos en la mesa, al masticar, al utilizar cubiertos y mantener buena relación con la comida, el buen trato, la corresponsabilidad entre pares en torno a sus cambios de costumbres y buena alimentación.

Ilustración 4. Familia de códigos, “Contexto”



Fuente: Elaboración propia, 2023



La familia de códigos contexto, está constituida por los códigos implementos y entorno. En el código de implementos se determinan los recursos que tienen los niños y las niñas a la hora de consumir sus alimentos.

“Se reconocen dificultades a la hora de atender la población, ya que esta es variada y los espacios, mesas y sillas no son aptas para un desarrollo óptimo a la hora de consumir los alimentos” (guía de observación 11).

Al interior de la institución se observa como el uso de la silla, los cubiertos y platos son indispensables en el aprendizaje de los niños y niñas en esta etapa de desarrollo, se debe de contar con estos implementos y deben ser bien utilizados a la hora de comer o consumir jugos, frutas y comida caliente.

“Como factores de riesgo en el sector donde se encuentra ubicada la institución la falta de recursos económicos por parte de la familia, las costumbres alimentarias, delincuencia, drogadicción, alcoholismo y tabaquismo” (Guía de observación 12)

Esta observación corresponde al código Entorno en el cual se examinan las condiciones sociales y de infraestructura con la que cuentan el niño y niña al momento de ingerir su alimentación. Denotando la falta de espacios adecuados para el consumo de alimentos, lo cual es un factor grave el no haber comedor y cocina, por esta razón los niños niñas se les dificulta la adquisición de normas y formas de comportamiento en la mesa y con sus compañeros.



Mediante las diferentes familias de códigos obtenidas del ejercicio de observación frente a los hábitos nutricionales de niños y niñas de 3 a 6 años en una institución de la ciudad de Bogotá podemos establecer las diferentes problemáticas que se presentan a la hora de consumir alimentos, ya que esta población posee gustos por alimentos azucarados, de paquete, gaseosas y/o alimentos con alto contenido graso, que no ayudan a un consumo óptimo de nutrientes teniendo en cuenta sus edades y desarrollo físico y mental.

Por medio de estas guías de observación se identifican impedimentos en el entorno a nivel social, cultural y económico. Lo cual representa en las familias un desconocimiento de la forma o método de alimentación adecuado para esta población, lo cual genera malos hábitos nutricionales y de ingesta, ocasionando malas costumbres a la hora de consumir alimentos, el mal uso de utensilios e implementos como sillas, mesas platos, vasos y cubiertos. También se generan inconvenientes en los niños y niñas al presentar bajo rendimiento académico, problemas de talla y peso, dificultades a la hora de socializar y convivir en comunidad.

4.2. Codificación axial.

CATEGORÍAS TEÓRICAS	CATEGORÍAS
MICROSISTEMAS	Costumbres de ingesta
	Inconveniente alimenticio
MESOSISTEMA	Vinculación
	Interrelación
EXOSISTEMA	Información

	Buenos alimentos
	Porciones
MACROSISTEMA	Comida Chatarra
	Implementos
	Método
CRONOSISTEMA	Entorno

Fuente: Cuadro 6, Codificación Axial. Elaboración propia, Enero 2023.

La codificación axial se realiza con la teoría ecológica de Urie Bronfenbrenner y con las cinco categorías por las cuales se encuentra compuesta. La primera categoría es microsistemas en la cual Bronfenbrenner (1987) expresa que este “es un patrón de actividades, roles y relaciones interpersonales que la persona en desarrollo experimenta en un entorno determinado, con características físicas y materiales particulares.” (p 41).

A partir de lo señalado por el autor, el entorno determinado en este caso sería la institución educativa y la familia, ya que podemos observar cómo estas influyen en la obtención de hábitos y/o costumbres alimenticias en los niños y las niñas, lo cual se ve reflejado en diferentes momentos durante la observación como en el código de costumbres de ingesta en el cual se identificaron situaciones como: *“Algunos niños por problemas o dificultades al interior de sus hogares no desayunan antes de ingresar a la institución y su primer alimento es el refrigerio”* (guía de observación 7)

Lo cual denota como esta costumbre de alimentación que es establecida en el hogar puede convertirse en un hábito riesgoso para la salud de los niños y niñas.

Continuando con el microsistema tenemos también el código inconveniente alimenticio en cual se apreciaron situaciones como las siguientes: *“Los niños y las niñas*



de la institución ingieren de manera rápida los alimentos para tener más tiempo de jugar y compartir con otros compañeros el momento del recreo; mientras que otros esperan que los docentes se desocupen para suministrarles la alimentación” (guía de observación 8)

“Las malas costumbres y hábitos que se tienen desde casa generan un problema al momento de consumir alimentos” (guía de observación 3).

Con este código podemos observar cómo en la forma de interactuar con los alimentos al interior de la instrucción, también se reflejan las prácticas alimenticias inculcadas en el hogar del niño y la niña, puesto que hay situaciones de cuchareo, rechazo y desperdicio frente a algunos alimentos que no son aceptados, ya que no es posible comparar las costumbres alimenticias de una familia que venga de la zona del pacífico colombiano a una de la zona céntrica del país o a una que sea población indígena y/o una familia que no tenga los recursos necesarios para brindar una alimentación balanceada a los niños y las niñas.

La segunda categoría está conformada por el mesosistema en el cual Bronfenbrenner (1987) nos dice que “comprende las interrelaciones entre dos o más entornos en las que la persona en desarrollo participa activamente” (pp. 44). De modo tal que éste nos posibilita observar y analizar las diversas relaciones de los padres de familia y docentes en la cual el niño y la niña adquieren hábitos alimenticios, de manera tal que se pueda determinar factores básicos de alimentación, gustos y factores de comportamiento, que establecen costumbres y hábitos alimenticios y conllevan al desarrollo mental, físico y social con los rasgos culturales que definen al niño y la niña.



En este sistema tenemos el código de vinculación e interrelación. En el código de vinculación se pudieron distinguir situaciones como: *“Cuando no gustan de algún alimento lo bota, produciendo desorden y mal ejemplo para sus pares”* (guía de observación 1) y *“Esto también se manifiesta en el desorden en horarios, modos de consumo alimentario, uso de cubiertos, desperdicio de alimentos e inadecuadas normas básicas a la hora de consumir y tomar alimentos, entre estas tenemos el irrespeto entre compañeros y hacia los docentes, desobediencia, agresividad”* (guía de observación 8)

En ese código podemos identificar como los niños y las niñas pueden realizar una conexión entre el entorno familiar con el entorno institucional, en la manera de cómo se dan sus relaciones con la comida y con el otro, ya que durante el momento de la alimentación tienen un rol más activo en el desarrollo de sus actividades, logrando así percibir como manifiestan comportamientos, actitudes y habilidades.

En el mesosistema también tenemos el código interrelación en la cual atisbamos situaciones como: *“La influencia de la familia en gran parte de los gustos y preferencias alimentarias de los niños y las niñas en estas edades”* (guía de observación 1) y en la institución *“hay algunos alimentos que permiten hacer uso de su elección y preferencias, como lo es el elegir la fruta que desean entre dos o tres opciones”* (guía de observación 5)

Con este código podemos percibir como se da la interacción de los niños y las niñas con la comida, en diferentes momentos que se ven determinados por la influencia del hogar y por el descubrimiento de preferencias propias, poniendo así en práctica la elección de alimentos y permitiendo de esta manera que los educandos adquieran gustos y predilecciones.



En la tercer categoría denominada exosistema nos dice Bronfenbrenner (1987) que es donde “uno o más entornos que no incluyen a la persona en desarrollo como participante activo, pero en las cuales se producen hechos que afectan al entorno de la persona en desarrollo” (pp. 44). Los códigos pertenecientes a esta categoría son información, buenos alimentos y porciones. En el código de información obtuvimos situaciones como: *“La Tabla de Composición de Alimentos garantiza que el contenido calórico y nutricional de cada uno de los momentos de alimentación de la institución”* (Guía de observación 6)

“La distribución de macronutrientes en la dieta del niño suministrada por la institución es la adecuada para el consumo de calorías diarias esperadas para el consumo por día” (Guía de observación 6)

Por medio del código información se permitió establecer una relación de la tabla de contenido y los nutrientes y/o micronutrientes esperados para el consumo de los niños y niñas de 3 a 6 años, teniendo también en cuenta los patrones de comida, cantidad y frecuencia.

El código buenos alimentos nos arroja información como: *“La institución educativa no brinda alimentos altos en azúcares, altos en grasas ni frituras”* (Guía de observación 6), *“los alimentos suministrados son adecuados teniendo en cuenta la edad de los niños y niñas”* (Guía de observación 6) y la existencia de *“diversidad de alimentos, variedad de verduras y de los colores de estas, variedad de frutas en los platos y de leguminosas”* (Guía de observación 6).



A través de lo anterior podemos identificar que el entorno educativo provee a sus educandos de una alimentación sana, saludable, balanceada y adecuada, que incluye todos los alimentos de la pirámide alimenticia existiendo una buena variedad de alimentos ricos en nutrientes y micronutrientes, que contribuyen en el desarrollo integral de los niños y niñas al interior de la institución.

A través del código porciones se observaron escenarios como: en el *“almuerzo se cuenta con cereales y una porción de carne/proteína de buen tamaño, y para el momento de la media mañana cuentan con lácteos ya sea en presentación saborizada o en leche entera”* (Guía de observación 5), *“los alimentos dados en el colegio a los educandos vienen con porción, volumen y nutrientes”* (Guía de observación 3), y *“la implementación de frutas como mandarinas, manzanas y peras, verduras como habichuela, zanahorita y acelgas, también se consume bebidas naturales de mora, piña y otros”* (Guía de observación 5).

Este código da cuenta de la cantidad de alimentos nutritivos consumidos y suministrados por la institución, con el plus de que a través de éste podemos identificar que los niños y niñas pueden hacer uso de la posibilidad de escoger o elegir entre algunos alimentos, promoviendo así la adquisición de gustos y preferencias incentivando la toma de decisiones.

El exosistema, aunque no incluye a los niños y niñas como participantes activos influye en el entorno que los rodea, permitiendo este los beneficie o afecte en la adquisición los hábitos alimenticios y en el orden o desorden nutricional, ya que estos son



observadores de que y como comen los adultos y están a total merced de aquello que les sea brindado, permitiendo que se desarrollen gustos, desagradados y costumbres.

La cuarta categoría es llamada macrosistema y estas hacen referencia según Bronfenbrenner (1987) a la correspondencia entre los tres anteriores sistemas a nivel de la cultura con el nivel de creencias. Los códigos relacionados a este sistema son: comida chatarra, implementos y método. En el código comida chatarra encontramos que: *“la familia juega un papel importante en la adquisición de gustos de los niños y niñas frente a la comida donde la comida de paquete, dulces y galguerías crean en el niño y la niña una mala relación con la comida”* (Guía de observación 10), *“el refrigerio lo consumen con más facilidad que la comida caliente”* (Guía de observación 9) y *“hay una preferencia notoria por los alimentos con más contenido de azúcares”* (Guía de observación 7).

Con este código de comida chatarra se logró establecer que la comida chatarra es el tipo de alimento preferido para muchos de los educandos de la institución, haciendo de este un hábito alimentario inadecuado y riesgoso, ya que su consumo excesivo influye en que el niño y la niña puedan desarrollar dificultades de salud como obesidad, mal nutrición, caries, sueño deficiente, picos de energía que dificultan su concentración, enfermedades crónicas como diabetes infantil, colesterol alto, hipertensión y enfermedades cardiacas en la edad adulta.

En esta categoría también encontramos el código implementos con el cual se logró observar que: *“el buen uso de los utensilios, la masticación y el cuidado de los alimentos”* (Guía de observación 2), *“el no consumo de algunos alimentos por motivos sociales y económicos se convierten en factores complejos de manejo al interior de las familias”*



(Guía de observación 4) y *“se ven dificultades a la hora de atender la población, ya que esta es variada y los espacios, mesas y sillas no son aptas para un desarrollo óptimo a la hora de consumir los alimentos”* (Guía de observación 11).

Este código de implementos permitió identificar y dilucidar los recursos económicos que poseen las familias y la institución, los medios sociales y culturales, y las capacidades propias que los niños y niñas tienen como participantes activos a la hora de consumir sus alimentos. Influyendo en la adquisición y transformación de nuevas formas y elementos que construyen sus hábitos, gustos y preferencias por los alimentos a la hora de consumirlos.

Por ultimo en esta categoría tenemos el código método el cual nos arrojó información como: *“Mediante la observación se pudo determinar la falta de costumbres al ingerir verduras, legumbres, frijoles y ensaladas de cebolla, los cuales lo consumen con dificultad por no reconocerlos y la falta de hábitos a la hora de consumir comida variada en dichos alimentos”* (Guía de observación 9) y *“los tiempos son variados, los espacios pertinentes para una buena nutrición se dan de forma inadecuada y sin variantes alimentarias”*(Guía de observación 1).

A través del código método podemos establecer la transversalidad que existe, dado que influyen los gustos y preferencias alimenticias teniendo en cuenta la cultura, la sociedad y el entorno en el que el niño y la niña se desarrollan, comprendiendo así la predominación que tienen estos en sus predilecciones a la hora de consumir alimentos, los tiempos y los espacios físicos dispuestos para el consumo de los mismos.



Esta categoría de macrosistema influye en el educando en la selección y predilección de los alimentos que consume en estas edades, siendo influenciado directa e indirectamente por la familia, la sociedad y la cultura en la cual se desenvuelve el niño y la niña de manera activa, relacionando su sentidos y gustos, partiendo de los hábitos adquiridos desde el hogar, los cuales generan una relación positiva o negativa frente a la variedad de alimentos a los cuales tiene acceso. La institución juega un papel importante en la impronta que desarrolla el niño y la niña, para la selección de los alimentos que consume diariamente y la transformación que esta tiene en sus preferencias a futuro.

La última o quinta categoría se denomina cronosistema, según (Shaffer, 2000) “Es el sistema que afecta al individuo en cuanto a la época histórica que vive, adelantos tecnológicos, guerras, problemas económicos de acuerdo a la época, modas, tradiciones y regulaciones gubernamentales”. El código perteneciente a este sistema es el entorno, el cual arroja datos como: *“falta de un espacio adecuado para el suministro de alimentos y el contar con docentes encargados en cada grado para servir y dar los alimentos a los estudiantes. Se problematiza la falta de un espacio apto y adecuado para el consumo de los alimentos, donde se observa problemas de higiene, aseo y manejo de la comida caliente”* (Guía de observación 11).

“Como factores de riesgo en el sector donde se encuentra ubicada la institución la falta de recursos económicos por parte de la familia, las costumbres alimentarias, delincuencia, drogadicción, alcoholismo y tabaquismo” (Guía de observación 12).

Interrelacionando la categoría de cronosistema con el código de entorno se estableció que la influencia de la sociedad, las creencias y la cultura determinan las



normas y la selección de los alimentos que se consumen en este sector, estableciendo algunos parámetros que son indispensables para determinar qué tipo de alimentos se consume en esta zona y así determinar gustos y preferencias.

Los niños y las niñas de esta zona se encuentran expuestos a modas, riesgos sociales y abandono, con espacios poco pertinentes para el consumo de los alimentos, por lo cual presentan carencias a la hora de seleccionar alimentos variados que les permitan tener una tabla nutricional adecuada. Las políticas gubernamentales son ineficientes e insuficientes para cubrir las necesidades reales a nivel nutricional, alimenticio e informativo, por ello se requiere nuevas políticas de prevención, promoción y mitigación que aporten al desarrollo sostenible de esta población a nivel nutricional, se debe mejorar la infraestructura, mediante salones comedores, cocina e implementos culinarios para mejorar las condiciones de salubridad, seguridad y asepsia a la hora de ingerir y distribuir los alimentos. Por ello se debe mantener una política inclusiva que garantice la buena alimentación, generando hábitos nutricionales adecuados, teniendo en cuenta porciones, variantes en alimentos, espacios adecuados para la ingesta, asistencia alimentaria, implementando programas sociales en beneficio de la familia, el niño y la niña de la institución educativa.

4.3. Análisis de experiencia.

ANALISIS DE EXPERIENCIAS	EXPERIENCIAS
MICROSISTEMAS	EXPERIENCIAS INTRTAPERSONALES
MESOSISTEMA	EXPERIENCIAS DE ROLES



EXOSISTEMA	EXPERIENCIAS DE ECONOMIA
MACROSISTEMA	EXPERIENCIAS DE PATRONES CULTURALES
CRONOSISTEMA	EXPERIENCIAS DE CAMBIO

Fuente: Cuadro 7, Análisis de experiencia. Elaboración propia, Enero 2023.

Partiendo del análisis de resultados se consigue evidenciar cinco experiencias de coaliciones tempranas en niños y niñas de 3 a 6 años las cuales las encontramos así:

La experiencia intrapersonal, esta va ligada a la familia, del sector rural en la ciudad de Bogotá, localidad 4 San Cristóbal en el barrio Aguas Claras, donde viven los niños y las niñas, estudiantes de la institución educativa donde se educan, en este sector se desenvuelve su vida diaria, como integrantes activos de la localidad, barrio y comunidad, encontramos elementos como casa familiar, barrio rural, colegio y parque.

Casa familiar: donde los educandos viven con sus padres y otros familiares, (tíos, abuelos, primos)

Barrio rural. Zona donde se encuentra ubicada su vivienda en mayor parte es agrícola.

Colegio, donde los niños y niñas estudian.

Parque, el espacio recreativo donde juegan y comparten los niños y niñas.

Experiencia de roles, está ligada a las evidencias de vida de los niños y niñas de 3 a 6 años, interactuando con padres, abuelos, primos, amigos y colegio del sector, marcando pautas de comportamiento y hábitos alimenticios, costumbres, comportamientos y desarrollo social.



Experiencias económicas, se observaron carencias económicas, bajo nivel de recursos físicos y sociales, los cual dificultan la adquisición de buenos alimentos y variados por parte de la cabeza de hogar y la familia. Lo cual está ligado a las dificultades a nivel de implementación nutricional, costumbres, tiempos y espacios para comer alimentos variados.

Experiencia de patrones culturales, en esta investigación se observaron patrones que van teniendo y adquiriendo los niños y niñas en sus hábitos alimenticios, conductas y desarrollo social, estos están ligados a la familia su entorno y el colegio.

Experiencia de cambio, están ligadas a los hábitos y costumbres alimenticias, que desarrollan durante su vida, afectando su complementación nutricional, lo cual está sujeto a cambios constantes en los gustos, preferencias y posibilidades de complementar su tabla nutricional, por diferentes alimentos que coadyuvan en su desarrollo integral.

Discusión y Conclusiones

Encontramos en el capítulo uno, el porqué del tema seleccionado a trabajar el problema central y la composición de los factores que interactúan en el desarrollo del tema a intervenir, encontrando así la base de la propuesta a partir de los hábitos nutricionales en niños de 3 a 6 años en la ciudad de Bogotá, localidad 4 san Cristóbal, barrio Aguas Claras en la institución educativa ubicada en este barrio rural. Planteando objetivo General y específicos, para el cierre de esta capítulo se plasma la justificación del proyecto de investigación. Esto nos deslumbra por qué y para que de la propuesta de



intervención y su innovación frente a este tema y su injerencia en el sector a aplicar la investigación.

El capítulo dos, se desarrolla todo lo concerniente a la teoría ecológica fundamentada por Urie Bronfenbrenner quien centra sus estudios en los sistemas, estos son: microsistema, mesosistema, exosistema, macrosistema y cronosistema, este método aplicado al proceso de investigación donde se resalta la influencia de la exploración en las técnicas de consulta análisis, evaluación, consolidación y resultados teniendo en cuenta su aplicación frente a los hábitos nutricionales en niños y niñas de 3 a 6 años.

En el capítulo tres, se evidencia el tipo de estudio cuantitativo etnografía rápida, también se determina la población con una muestra de 12 niños y niñas de 3 a 6 años, en la institución Educativa de San Cristóbal en Bobota barrio Aguas Claras, donde se utiliza el instrumento de recolección de información mediante la observación participativa, bajo el consentimiento informado a los padres y/o acudientes de la institución educativa, esta información es utilizada exclusivamente con fines investigativos y teniendo en cuenta las consideraciones éticas para el desarrollo y aplicación de la investigación.

Capítulo cuatro, en cuarta familia: situaciones parentales, estados de ciclo, legislación de la etapa y creencias sociales. Posteriormente, se realiza la codificación axial que da lugar a cinco sistemas: microsistema, mesosistema, exosistema, macrosistema y cronosistema y por último se explica el análisis de experiencia el cual dio lugar a cinco experiencias: experiencia interpersonal, experiencia de roles, experiencia económica, experiencias de patrones culturales y experiencia de cambio.



Se dio cumplimiento a los objetivos planteados para esta etapa donde desarrollo la investigación de hábitos nutricionales en niños y niñas de 3 a 6 años, consultando bibliografías que sirvieron como base para la aplicación activa de este trabajo de investigación.

Para categorizar la investigación nutrición en niños de 3 a 6 años, se codificó las preguntas orientadoras en observación participante aplicadas en los educandos de la institución educativa, para luego categorizarlas en familias de códigos como proceso del microanálisis y la codificación abierta.

Para finalizar el analizar de las experiencias de hábitos nutricionales en niños y niñas de 3 a 6 años se aplicó la codificación axial, en la cual se organizaron los códigos en cinco categorías teóricas teniendo. La teoría de Urie Bronfenbrenne la cual está dividida así: el microsistema, mesosistema, exosistema, macrosistema, cronosistema y estos dieron como resultado cinco experiencias: experiencia interpersonal, experiencia de roles, experiencias económicas, experiencias de patrones culturales y experiencias de cambio. Esto nos permitió el desarrollo y ejecución de los procesos ya mencionados en conciencia y compromiso, incluyendo parámetros familiares, sociales, culturales, económicos y políticos, en el ámbito educativo aplicando este sistema para dar cumplimiento a los objetivos planteados en esta investigación.

Formulamos como invitación que se continúe por esta línea de investigación teniendo en cuenta estas premisas: Según una nueva investigación... (Definición de línea y diseño investigación, 2012) "Es el conjunto de investigaciones organizadas donde se



vinculan los intereses y las necesidades de los investigadores que contribuyen a la búsqueda de las soluciones al problema en un campo del conocimiento determinado”

Mediante esta investigación tiene características propias que permiten ahondar más en los diversos problemas y así buscar soluciones dirigidas a mitigar la dificultad en el estudio desarrollado.

Por ello esta línea de investigación debe ser profundizada en el contexto colectivo y con una demarcación social, comunitaria frente a las diversas problemáticas que se desprenden de esta investigación, la cual es innovadora y necesaria para la búsqueda de complementar voluntades como gobierno, políticas de ley, sociedad, cultura, economía familia. En la búsqueda de soluciones acordes y reales en la resolución de los hábitos nutricionales en niños y niñas de 3 a 6 años.

Conclusión.

El presente ejercicio investigativo se llevó a cabo con una muestra de 12 estudiante de la ciudad de Bogotá en la localidad 4 San Cristóbal en el barrio Aguas Claras en la institución educativa del sector, para abordar la temática de hábitos de nutricionales en niños y niñas de 3 a 6 años, se evidenciaron inadecuados hábitos alimentarios por el exceso de consumo en alimentos azucarados, grasas, comida chatarra (empaquetados) con bajos aportes nutritivos, lo cual se visualiza en el poco consumo de verduras, pollo, ensaladas entre otros, estos malos hábitos se ven reflejados en la mala frecuencia, tiempos y espacios en las prácticas al pasar a la mesa. Se ve el desconocimiento por parte de la familia frente a la importancia de una tabla nutricional



equilibrada y constante, para el desarrollo sostenible de los niños y niñas en estas edades. Esta población se desenvuelve en un entorno complejo donde la adquisición de alimentos variados es muy poco probable, lo cual dificulta una nutrición adecuada.

Logramos en esta investigación reconocer parámetros de una alta complejidad en los hábitos nutricionales en esta población, lo cual indica las dificultades sociales, económicas, familiares y culturales, que afectan el buen desarrollo de hábitos adecuados, las normas de comportamiento en la mesa, el respeto por los alimentos, el valorar, del esfuerzo de la familia de los padres y/o acudientes en su apoyo y trabajo para su sostenibilidad, el integrar a los docentes, amigos, comunidad en el cuidado y fortalecimientos de los programas de asistencia alimentaria, la buena disposición en el aprender hábitos de aseo y orden en su entorno, la participación activa de la familia en su formación integral y continua, por ello es importante seguir con la investigación y los procesos sectoriales para buscar soluciones donde todos aportemos, para un mejor futuro nuestros niños y niñas de este sector.



5. Referencias

Unicef. (2020). Estado mundial de la infancia 2019: Niños, alimentos y nutrición- Crecer bien en un mundo en transformación. United Nations.

Achaval, M. (2016, 17 febrero). Desnutrición y Rendimiento Escolar: dos factores más relacionados de lo que pensamos. United Explanations. Recuperado de:

<https://www.unitedexplanations.org/2015/03/26/desnutricion-y-rendimiento-escolar/>

Bases sólidas para el desarrollo humano. Periódico Revolución educativa Al tablero. (MEN.) Ministerio de Educación Nacional Bogotá D. C. junio - agosto 2007 No.41

Recuperado de: <https://www.mineducacion.gov.co/1621/article-133793.html>

ENSIN: Encuesta Nacional de Situación Nutricional. (2015). Portal ICBF - Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF. Recuperado de:

<https://www.icbf.gov.co/bienestar/nutricion/encuesta-nacional-situacion-nutricional>

Daza, C. H. (1997). Nutrición infantil y rendimiento escolar. Colombia Médica, Vol. 28(2), 92-98. Recuperado de:

<https://colombiamedica.univalle.edu.co/index.php/comedica/article/view/56>

Cubero Juárez, J., Cañada, F., Costillo, E., Franco, L., Calderón, A., Santos, A., Padez, C. y Ruiz, C. (2012). La alimentación preescolar, educación para la salud de los 2 a los 6 años. Enfermería Global. 11, 3 (jul. 2012). Recuperado de:

<https://revistas.um.es/eglobal/article/view/eglobal.11.3.139041>



Salazar Vera, S. V., & Sánchez Troncoso, K. M. (2021). Tesis. Recuperado a partir de <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/62426>

Torres, E. M. & Elñizabeth Meneses. (2013). Proyecto primera infancia. Recuperado de <https://es.slideshare.net/libiaelizabethmenesestorres/proyecto-primerainfancia-27467550>

Khandpur, N., Cediell, G., Obando, D. A., Jaime, P. C., & Parra, D. C. (2020). Factores sociodemográficos asociados al consumo de alimentos ultra procesados en Colombia. Revista de Saúde Pública, 54. Recuperado de: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/7h3j5xcwZRtgzVfJsG5KNrH/abstract/?lang=es7>

CONPES Social 113 de 2008, Departamento Nacional de Planeación (2008). Recuperado de: <https://www.dnp.gov.co/programas/desarrollo-social/pol%C3%ADticas-sociales-transversales/Paginas/seguridad-alimentaria-y-nutricional.aspx>

Montoya, V., & Carrión, S. (2017, 16 septiembre). Repositorio Digital - Universidad Nacional de Loja: Hábitos alimentarios y estado nutricional en escolares de la Parroquia Quinara del cantón Loja, periodo septiembre 2015 - junio 2016. Recuperado de: <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/19440>

Obesidad infantil. Síntomas y causas. Mayo Clinic. (2022). Recuperado de: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/childhood-obesity/symptoms-causes/syc-20354827#:~:text=Es%20particularmente%20problem%C3%A1tica%20porque%20el,generar%20baja%20autoestima%20y%20depresi%C3%B3n.>



Masterpasqua, F., & Perna, P. A. (Eds.). (1997). The psychological meaning of chaos: Translating theory into practice. American Psychological Association. Recuperado de: <https://psycnet.apa.org/record/1997-09042-000>

Guía de Alimentación y Salud UNED: Guía de nutrición. La composición de los alimentos. (s. f.). Recuperado de: https://www2.uned.es/pea-nutricion-y-dietetica-/guia/guia_nutricion/composicion_alim.htm

Domínguez-Vásquez, P., Olivares, S. & Santos, J. (2008). Influencia familiar sobre la conducta alimentaria y su relación con la obesidad infantil. Archivos Latinoamericanos de Nutrición, 58(3). Recuperado de: <https://www.alanrevista.org/ediciones/2008/3/art-6/#>

Max-Neff, M. Elizalde, A. Hopenhayn, M. (1986) Desarrollo a escala humana, opciones para el futuro, 9-15. Recuperado de: <http://habitat.aq.upm.es/deh/adeh.pdf>

Fundación Salud Infantil (2018). Hábitos alimenticios de 0 a 3 años - Fundación Salud Infantil de la Comunidad Valenciana. Fundación Salud Infantil de la Comunidad Valenciana. Recuperado de: <https://fundacionsaludinfantil.org/recomendaciones-de-alimentacion-ninos/>

González, E. M. B. & Ramos, M. H. A. (2011). Guía pediátrica de la alimentación: pautas de alimentación y actividad física de 0 a 18 años : PIPO, Programa de intervención para la prevención de la obesidad infantil. Dirección General de Salud Pública del Servicio Canario de la Salud. Recuperado de: <http://www.programapipo.com/wp-content/uploads/2012/05/GUIA-ALIMENTACION-INFANTIL.pdf>



Varens, L. (2020). Malos hábitos y sus efectos a largo plazo en la vida de un niño. Esperanza. Recuperado de: <https://esperanza.org/malos-habitos-y-sus-efectos-a-largo-plazo-en-la-vida-de-un-nino/#:%7E:text=Una%20mala%20alimentaci%C3%B3n%20en%20los,diabetes%20tipo%20dos%20y%20obesidad.>

Ley 1098, Ley de infancia y adolescencia (2006), Recuperado de: https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_1098_2006.htm

La Ley 1122 de 2007, Reforma seguridad social (2007). Recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1122-de-2007.pdf>

Decreto 3039 2007, Plan Nacional de Salud Pública (2007). Recuperado de: https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/decreto_3039_2007.htm

RESOLUCIÓN 1841 DE 2013, Plan Decenal de Salud Pública 2012-2021, (2013). Recuperado de: <https://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Resolucion/30031789>

La Ley 1355 de 2009, Ley de obesidad, (2009), Recuperado de: https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_1355_2009.htm#:~:text=Derecho%20del%20Bienestar%20Familiar%20%5BLEY_1355_2009%5D&text=Por%20medio%20de%20Ia%20cual,su%20control%2C%20atenci%C3%B3n%20y%20prevenci%C3%B3n

Ley 2167 del 2021, Operación Programa de Alimentación Escolar – PAE (2021). Recuperado de: https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-400474_recurso_32.pdf



Editorial La República S.A.S. (2022). Un año de desafíos legales para el sector educación. Recuperado de: <https://www.asuntoslegales.com.co/consultorio/un-ano-de-desafios-legales-para-el-sector-educacion-3318586>

Presidente Duque sanciona la Ley 2167 que garantiza la prestación del servicio de alimentación escolar de manera oportuna y de calidad durante el 100 % del calendario académico. (2021). Portal MEN - Presentación. Recuperado de: <https://www.mineducacion.gov.co/portal/salaprensa/Noticias/408481:Presidente-Duque-sanciona-la-Ley-2167-que-garantiza-la-prestacion-del-servicio-de-alimentacion-escolar-de-manera-oportuna-y-de-calidad-durante-el-100-del-calendario-academico#:~:text=El%20Presidente%20Iv%C3%A1n%20Duque%20M%C3%A1rquez,asegura%20la%20concurrancia%20efectiva%2C%20coordinada%2C>

Angrosino, M., Castellano, B. C., & Martín, D. T. A. (2012). Etnografía y observación participante en Investigación Cualitativa (1.a ed.). Recuperado de: https://issuu.com/ediciones_morata/docs/angrosino

Secretaría de Educación Distrital. (2014). Bogotá D.C. caracterización Sector Educativo Año 2013. Centro de Documentación y Memoria. Recuperado de: <https://repositoriosed.educacionbogota.edu.co/handle/001/1354>

Infobae. (2020, 10 noviembre). Estas son localidades de Bogotá que tienen las peores condiciones nutricionales para niños. Recuperado de: <https://www.infobae.com/america/colombia/2020/11/09/estas-son-localidades-de-bogota-que-tienen-las-peores-condiciones-nutricionales-para-ninos/>



Explorable.com Muestreo por conveniencia. (2009). Recuperado de:

<https://explorable.com/es/muestreo-por-conveniencia>

SciELO - Scientific Electronic Library Online. (2007). Recuperado de:

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext

Alvarez-Gayou, J. (2003). Cómo hacer investigación cualitativa: Fundamentos y Metodología. México: Paidós. Recuperado de:

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext

Consultores, B. (2020). Técnicas de recolección de datos para realizar un trabajo de investigación. Online Tesis. Recuperado de: <https://online-tesis.com/tecnicas-de-recoleccion-de-datos-para-realizar-un-trabajo-de-investigacion/>

Sampieri, R. H., Collado, C. F. & Lucio, P. B. (1991). Metodología de la investigación. McGraw-Hill Education. Recuperado de:

https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/Metodologia-de-la-Investigaci%C3%83%C2%B3n_Sampieri.pdf

Lavin, A. (2015). La observación. Técnicas de recolección de información. Recuperado de: <https://recolecciondeinformacion.wordpress.com/2015/11/27/la-observacion/>

Acuerdo 11 de la Resolución 008430 de 1993 del Ministerio de Salud en el Artículo 8 (1993). Recuperado de:

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>



Asamblea General de las Naciones Unidas. (2015). 69/156. Matrimonio infantil, precoz y forzado. Resolución aprobada por la Asamblea General el 18 de diciembre de 2014. Recuperado de: <https://undocs.org/es/A/RES/69/156>

Asamblea General de las Naciones Unidas. (2015). 69/156. Matrimonio infantil, precoz y forzado. Resolución aprobada por la Asamblea General el 18 de diciembre de 2014. Recuperado de: <https://undocs.org/es/A/RES/69/156>

Bronfenbrenner, U. (1987). Ecología del desarrollo humano la (pp. 6-31). Paidós Iberica, Ediciones S. A. Recuperado de: https://proyectos.javerianacali.edu.co/cursos_virtuales/posgrado/maestria_asesoria_familiar/familia_contemporanea/modulo1/la-ecologia-del-desarrollo-humano-bronfenbrenner-copia.pdf

Bronfenbrenner, U. (1979, p. 210b), (1979, p. 211c), (1979, p. 237d), (1979, p. 258e), (1979, p. 259f). The Ecology of Human Development, experiments by nature and design. Recuperado de https://khoerulanwarbk.files.wordpress.com/2015/08/urie_bronfenbrenner_the_ecology_of_human_development_bokos-z1.pdf

Código Civil (2019). Ley 57 de 1887, Diario Oficial No. 2.867 de 31 de mayo de 1873. Departamento Nacional de Planeación (DNP, 2019) Diagnostico matrimonio infantil y uniones tempranas en Colombia. Obtenido de <https://colaboracion.dnp.gov.co/CDT/Desarrollo%20Social/Documentos/Diagnostico-Matrimonio-Infantil-Uniones-Tempranas.pdf>



Dirección de Desarrollo Social Subdirección de Género. (2019). Diagnostico matrimonio infantil uniones tempranas. Departamento Nacional de Planeación.

Recuperado de:

<https://colaboracion.dnp.gov.co/CDT/Desarrollo%20Social/Documentos/Diagnostico-Matrimonio-Infantil-Uniones-Tempranas.pdf>

ANEXOS

Anexo 1 Rejilla de investigación

No.	AÑO	REFERENCIA	TITULO	AUTOR	LINK	BASE
1	2016	Achaval, M. (2016, 17 feb)	Desnutrición y Rendimie	MONICA ACHAVAL	https://www.unitedexplai	United Explanations
2	2019	Alimentación infantil. (20	Alimentación infantil	Alba Caraballo Folgado	https://www.guiainfantil.	Guia Infantil
3	2012	Alva, M. E. U., & Siappo, C	Estado nutricional y rend	Alva, M. E. U., & Siappo, C	https://dialnet.unirioja.es	Universidad de Rioja
4	2017	amcuevas [Bogotá se une	Bogotá se une a la alianz	Ana maria cuevas	https://bogota.gov.co/mi	Bogota educación
5	2018	Anaya-García, S. E., & Álva	Factores asociados a las	Anaya-García, S. E., & Álva	https://investigacion.unin	Universidad del Norte
6	2016	artículooriginalRev Sanid	Prevalencia de obesidad	artículooriginalRev Sanid	https://docplayer.es/7973	Revista
7	2007	Bases sÁlidas para el de	Bases sólidas para el des	Altablero	https://www.mineducac	Ministerio de Educación
8	2009	Bautista, L. (2009). La obs	La observación	Bautista, L.	http://data-collection-and	La recolección de datos
9	1979	Bronfenbrenner, U. (1979)	The ecology of human de	Harvard University Press	https://khoerulanwarbk.f	Harvard University Press
10	2002	Bronfenbrenner, U. (2002)	La Ecología Del Desarroll	Urie Bronfenbrenner	https://proyectos.javeriar	Paidos
11	2007	Cardona, M. G., López, J. P., Acevedo, P. A. & García	DINÁMICA FAMILIAR y su	DINÁMICA FAMILIAR y su	https://www.redalyc.org/	Red de Revistas Científica
12	1991	Constitución Política de C	Artículo 44	Gobierno nacional de Col	https://www.constitucion	Congreso de la republica
13	2020	Consultores, B. (2020, 1 a	TÉCNICAS DE RECOLECCI	Bastis Consultores	https://online-tesis.com/4	Online Tesis
14	2020	Consultores, B. (2022, 1 a	Técnicas de recolección d	Consultores, B.	https://online-tesis.com/4	Online Tesis
15	2012	Cubero Juárez, J., Cañada	La alimentación preesco	Cubero, J., Costillo, E., Fra	https://revistas.um.es/egl	Universidad de Murcia
16	1997	Daza, C. H. (1). Nutrición i	Nutrición infantil y rendi	Daza, C. H.	https://colombiamedica.u	Universidad del Valle
17	2007	Decreto 3039 2007, Plan n	Decreto 3039 2007	Gobierno nacional de Col	https://www.icbf.gov.co/g	Congreso de la republica
18	2007	Díez-Gañán, L., Galán Lab	Ingesta de alimentos, en	Díez-Gañán, L., Galán Lab	https://www.redalyc.org/	Revista Española de Salud
19	2008	Domínguez-Vásquez, P.,	Influencia familiar sobre	Domínguez-Vásquez P., Ol	https://www.alanrevista.d	Archivos Latinoamericano
20	2022	Editorial La República SA	Un año de desafíos legal	Mónica Gutiérrez	https://www.asuntoslega	Asuntos legales
21	2013	Enríquez Guerrero, C. L.,	Factores de riesgo asocia	Enríquez Guerrero, C. L., S	https://repository.uaeh.e	Escuela superior de Huevo
22	2015	ENSIN: Encuesta Nacional	ENSIN: Encuesta Naciona	Instituto Colombiano de E	https://www.icbf.gov.co/l	ICBF
23	2022	Euroinnova Business Schc	¿Qué es la nutrición infan	Euroinnova internacional	https://www.euroinnova	Euroinnova
24	2016	Falconi, R. G. (2016b, junio 7).	Ansiedad, depresión	Renan García (R.G) Falcon	https://www.redalyc.org/	Dialnet
25	2018	Fernández, C. F. & el tiem	HÁBITOS ALIMENTARIOS	Juan carlos rojas	https://www.eltiempo.co	El tiempo
26	2014	Fundación española de n	Hábitos alimentarios	Fundación española de nu	https://www.fen.org.es/b	FEN
27	2011	González, E. M. B. & Ram	Guía pediátrica de la alim	PIPO, Programa de interve	http://www.programapip	Dirección General de Salu
28	2022	Guía de Alimentación y S	La composición de los ali	Universidad Nacional de E	https://www2.uned.es/pe	UNED
29	2021	Guiainfantil.com . (2021,	Buenos hábitos de	Guiainfantil.com	https://www.guiainfantil.	Guia Infantil
30	2022	Guiainfantil.com. (s. f.). N	Nutrición infantil	Guiainfantil.com	https://www.guiainfantil.	Guia Infantil
31	2017	Hábitos de alimentación	Hábitos de la alimentaci	Isapre Banmédica	https://www.banmedica.	BANMEDICA
32	2015	hacerfamilia.com. (2015,	El déficit nutricional en r	Hacerfamilia.com	https://www.hacerfamilia	Hacer Familia
33	2007	Huerta, C. G. & Izquierdo,	Enséñame a comer: Há	Gloria Cabeul Huerta,	https://www.edaf.net/libr	EDAF
34	2012	Instituto Colombiano de	seguridad alimentaria	Instituto Colombiano de E	https://www.icbf.gov.co/h	Bienestar familiar
35	2012	Ivette, A., Macias, M., Gu	Hábitos alimentarios de	Ivette, A., Macias, M., Gua	https://www.scielo.cl/scie	SciELO
36	2017	Jaramillo, M. V. L. & mont	Hábitos alimentarios y es	Jaramillo, M. V. L. & mont	https://dspace.unl.edu.ec	Universidad Nacional de L
37	2017	La importancia de la alim	la importancia de la alim	educo	https://www.educo.org/B	blog de Educo
38	2007	La Ley 1122 de 2007, Refo	Reforma seguridad socia	Gobierno nacional de Col	https://www.minsalud.go	Congreso de la republica
39	2009	La Ley 1355 de 2009, Ley	Artículo 4	Gobierno nacional de Col	https://www.icbf.gov.co/g	Congreso de la republica
40	2021	La pandemia empeoró cri	La pandemia empeoró cr	Nataly Garzón Orjuela	https://periodico.unal.edu	Periodoco
41	2006	Ley 1098, Ley de infancia	Artículo 41	Gobierno nacional de Col	https://www.icbf.gov.co/g	Congreso de la republica
42	2021	Ley 2167 del 2021, OPERA	Artículo 1 y 2	Gobierno nacional de Col	https://www.mineducac	Congreso de la republica
43	2012	M, M. A. I. (2012). Hábito	Hábitos alimentarios de	Adriana Ivette Macias M.,	https://www.mayoclinic.c	Revista chilena de nutrici
44	2018	Malnutrición en niños y n	Malnutrición en niños y n	Comision para las nacione	https://www.cepal.org/es	Naciones Unidas
45	2018	Malnutrición en niños y n	Malnutrición en niños y n	Naciones unidas	https://www.cepal.org/es	Naciones Unidas
46	2015	Marcillo Campuzano, V. S	Influencia de la nutrición	Marcillo Campuzano, V. S	http://200.23.113.51/pdf/	Universidad Pedagógica N
47	1997	Masterpasqua, F., & Pern	The Psychological Meani	Frank Masterpasqua, Phy	https://psycnet.apa.org/r	Amer Psychological Assn
48	1986	Max-Neff, M. Elizalde, A.	Desarrollo a escala huma	Max-Neff, M. Elizalde, A. H	http://habitat.aq.upm.es/	Libro online
49	2022	Ministerio de educación n	Antesedentes	Ministerio de educación n	https://www.mineducac	Mineducación
50	2016	Mosquera Heredia, M. I.	Estado nutricional y hábit	Estado nutricional y hábit	http://www.scielo.org.co/	SCIELO
51	2022	NUTRICIÓN INFANTIL IA	NIÑO GORDITO NO SIGNI	BID Banco interamericano	https://www.iadb.org/es/	BID
52	2022	Nutriendo mi bebé. (2022	Consulta Nutricional	Nutriendo mi bebé	https://www.nutriendom	nutriendomibebé.com
53	2017	Ochoa, R. I. Á. (2017b, no	Hábitos alimentarios, su	Roberto Ivan Alvarez	https://revcmpinar.sld.cu	Revista
54	2022	OEA Banco Mundial. (s. f.	Desarrollo infantil tempr	Oas.org	https://www.oas.org/uds	OEA Banco Mundia
55	2012	Organización Mundial de	Base de datos mundial s	La Organización Mundial	https://extranet.who.int/	Base de datos mundial so
56	2014	Pedraza, D. F. (2004, 1 ma	Estado nutricional como	Daxis Figueroa (D.F.) Pedra	https://revistas.unal.edu	Revista de Salud Publica
57	2018	Por, M. (2018, mayo 11).	Recomendaciones en la	Fundación salud infantil	https://fundacionsaludin	Fundación salud infantil
58	2021	Presidente Duque sancio	Presidente Duque sancio	Ministerio de educación n	https://www.mineducac	Mineducación
59	2022	¿Qué es la nutrición infan	¿Qué es la nutrición infan	Nuval Nutricion vital	https://nuval.com.co/que	Nuval
60	2013	RESOLUCIÓN 1841 DE 201	Artículo 2	Gobierno nacional de Col	https://www.suin-jurisol	Ministerio de salud y prot
61	2005	Restrepo S. L., Maya Galle	La familia y su papel en l	Restrepo S. L., Maya Galle	https://revistas.udea.edu	Revista Universidad de Ar
62	2022	Revista Española de Nutr	Nutricion humana	Revista Española	https://www.renhyd.org/	Revista Española
63	2021	Salazar Vera, S. V., & Sánc	Nutrición infantil en el d	Salazar Vera, S. V., & Sánc	http://repositorio.ug.edu	Repositorio institucional
64	2012	salto, M. (2012). Estudio	Estudio de la incidencia	Marisela Salto Solís	file:///C:/Users/USUARIO	Revista Ciencia UNEMI
65	1991	Sampieri, R. H., Collado, C	Metodología de la invest	Sampieri, R. H., Collado, C	https://www.uv.mx/pers	McGraw-Hill Education.
66	2022	Stanford Medicine Childr	Nutrición para el niño en	Stanford Medicine Childr	https://www.stanfordchil	Stanford Medicine
67	2022	Torres, E. M. & Elñizabet	proyecto primera infanci	Elisabeth Menneses	https://es.slideshare.net/	Sildeshare
68	2018	Torres-Lista, V., Herrera,	Hábitos de vida saludabi	Torres-Lista, V., Herrera, L	https://revista.nutricion.d	Nutrición Clínica y Dieteti
69	2019	Unicef. (2019). Estado Mu	Estado Mundial de la Inf	United Nations Children's	https://www.unicef.org/e	UNICEF
70	2020	Varens, L. (2020, 30 septi	Malos hábitos y sus efect	Lisvany Varens	https://esperanca.org/ma	Esperanca

TIPO	OBJETIVOS	METODO
SITIO WEB	Identificar los procesos alimenticios en los niños y niñas, sus beneficios y dificultades	Cualitativo
SITIO WEB	identificar parametros de una buena nutricion para un buen crecimiento fisico y	Cualitativo
ARTICULO	Establecer la relación entre el estado nutricional y el rendimiento académico del	Cualitativo
SITIO WEB	mejorar la alimentación en los colegios de Bogotá	Cualitativo
ARTICULO	Evaluar la aceptación y el contenido nutricional en el almuerzo escolar con la cor	Cualitativo
ARTICULO	Determinar la prevalencia de sobrepeso y obesidad, conocer los hábitos alimentici	Cualitativo
Periodico	Comprender las dificultades que se presentan en la población a intervenir	Cualitativo
SITIO WEB	Identificar las características de la observación participante	Cualitativo
Libro	Contextualizar como la teoría ecológica inside en la adquisición de hábitos y con	Cualitativo
Libro	Profundizar sobre la teoría ecológica de Urie Bronfenbrenner ya que esta nos ha	Cualitativo
ARTICULO	Analizar la dinámica familiar y alimentaria en relación con las condiciones socioe	Cualitativo
LEY	Identificar las leyes que rigen la normatividad colombiana en cuanto a la salud a	Cualitativo
SITIO WEB	Reconocer los diferentes tipos de investigación y cual se nos ajusta mas	Cualitativo
SITIO WEB	REconocer la importancia de la recolección de la información	Cualitativo
ARTICULO	Recoger de los principales manuales de nutrición españoles, las características, b	Cualitativo
ARTICULO	Reconocer la relación entre la malnutrición y el rendimiento intelectual del niño	Cualitativo
LEY	Identificar las leyes que rigen la normatividad colombiana en cuanto a la salud a	Cualitativo
ARTICULO	Conocer la situación alimentaria y nutricional en la población infantil.	Cualitativo
Revista	Facilitar elementos que nos permitan comprender la nutrición frente a la obesida	Cualitativo
ARTICULO	Identificar como la Ley 2170 de diciembre de 2021 establece nuevas responsabili	Cualitativo
ARTICULO	Identificar los factores que intervienen en el rendimiento académico	Cualitativo
ARTICULO	Reconocer la importancia de el déficit nutricional en la población a consultar	Cualitativo
SITIO WEB	Reconocer como la nutrición es una importante disciplina que cuida del desarrol	Cualitativo
ARTICULO	Analizar el impacto que la ansiedad y depresión tienen en los hábitos alimentari	Cualitativo
ARTICULO	Referenciar los malos hábitos alimentarios	Cualitativo
Blog	Identificar cambios psicológicos y emocionales pueden influir en la dieta, dando	Cualitativo
Libro	Diferenciar como se generan las bases nutricionales adecuadas para el crecimien	Cualitativo
SITIO WEB	trazar líneas donde se observe la transformación de los alimentos a nivel nutrici	Cualitativo
SITIO WEB	Reconocer las pautas en cuanto a los alimentos, al horario y a la conducta que s	Cualitativo
SITIO WEB	Identificar como comer bien no solo afecta a su crecimiento físico sino también a	Cualitativo
SITIO WEB	Generar pautas de la nutrición desde las primeras etapas de la vida hasta la adult	Análisis Documental
SITIO WEB	Identificar las causas y consecuencias del déficit nutricional infantil	Cualitativo
Libro	apropiarse e integrar efectivamente modos y sistemas de nutrición en esta pobla	Cualitativo
SITIO WEB	Reconocer las dificultades en la nutrición en Colombia	Cualitativo
ARTICULO	Establecer a la educación para la salud como una herramienta preventiva	Cualitativo
SITIO WEB	Conocer los hábitos alimentarios para establecer el estado nutricional de los niño	Cualitativo
SITIO WEB	La importancia de la alimentación durante la primera infancia	Cualitativo
LEY	Identificar las leyes que rigen la normatividad colombiana en cuanto a la salud a	Cualitativo
LEY	Identificar las leyes que rigen la normatividad colombiana en cuanto a la salud a	Cualitativo
Articulo	identificar los daños causados por la pandemia en colombia alimentaria	Cualitativo
LEY	Identificar las leyes que rigen la normatividad colombiana en cuanto a la salud a	Cualitativo
LEY	Identificar las leyes que rigen la normatividad colombiana en cuanto a la salud a	Cualitativo
Revista	Identificar la relación entre hábitos alimentarios en niños y el papel que juega la	Cualitativo
SITIO WEB	Comprender como una nutrición adecuada contribuye de manera fundamental a	Cualitativo
SITIO WEB	la mal nutrición en niños y niñas la preocupación del planeta con la población	Cualitativo
ARTICULO	Identificar los diversos elementos que convergen alrededor del aprendizaje y lan	Cualitativo
Libro	Conocer aspectos sociales, culturales y familiares que influyen en la formación in	Cualitativo
Libro	Identificar las diferentes etapas de desarrollo de los niños y niñas de 3 a 6 años	Cualitativo
SITIO WEB	Reconocer la importancia de la niñas y la políticas policiales	Cualitativo
ARTICULO	Determinar el estado nutricional según antropometría y perfil de hierro y su asoc	Cualitativo
Video	Reconocer programas de prevención en la nutrición, que incluyan la familia y el c	Cualitativo
SITIO WEB	Identificar como se promueven hábitos de alimentación saludable luego de inicia	Cualitativo
ARTICULO	Estimar la asociación de los hábitos alimentarios y el estado nutricional de los ni	Cualitativo
SITIO WEB	Analizar como los efectos de la desnutrición en la primera infancia (0 a 8 años) p	Cualitativo
SITIO WEB	IDENTIFICAR Y PLANEAR ESTRATEGIAS PARA MEJORAR LA NUTRICION EN GENERA	Cualitativo
ARTICULO	Analizar el estado nutricional como factor del resultado de la seguridad alimenta	Cualitativo
ARTICULO	Identificar como el aprendizaje de hábitos alimenticios es un proceso de suma in	Cualitativo
ARTICULO	Reconocer como la Ley 2167 de 2021 ordena al Gobierno Nacional, los distritos, c	Cualitativo
SITIO WEB	comprensión de la nutrición humana como eje fundamental en el desarrollo de l	Cualitativo
LEY	Identificar las leyes que rigen la normatividad colombiana en cuanto a la salud a	CualitativoAnálisis Docum
ARTICULO	Analizar las percepciones de padres, profesores y niños acerca de la alimentación	Cualitativo
Articulo	Observar los problemas de nutrición en niños y niñas con obesidad	Cualitativo
ARTICULO	Identificar la influencia de la nutrición infantil dentro del desempeño escolar.	Cualitativo
ARTICULO	Comprender la práctica de inadecuados hábitos alimentarios en la población inf	Cualitativo
ARTICULO	Analizar en que se encuentra fundamentada la observación	Cualitativo
SITIO WEB	Relacionar como los niños en edad preescolar (3 a 5 años) todavía están desarro	Cualitativo
SITIO WEB	proponer un plan de trabajo social y humano dirigido a niños niñas	Cualitativo
ARTICULO	Analizar los hábitos de vida que intervienen en el rendimiento académico	Cualitativo
SITIO WEB	Comprender la relación entre niños, alimentos y nutrición: Crecer bien en un mu	Cualitativo
ARTICULO	Analizar como tomar decisiones saludables nos ayudan a vivir una vida más larga	Cualitativo



RESULTADOS
Visibilizar la importancia de la buena nutrición y los factores alimenticios
alimentación adecuada para tus hijos y, para ello, te damos claves sobre nutrición infantil.
Dado que el estado nutricional de la media recogida fue normal no se puede identificar relación con el rendimiento escolar.
Tener facilidades y materiales alimentarios para mejorar cobertura y inclusión alimentaria en colegios de Bogotá
Aunque la aceptación de los menús de almuerzo escolar es buena, la alta prevalencia de desnutrición en escolares de Yaguarán es alarmante, por lo que se debería garantizar la provisión continua del almuerzo escolar.
La obesidad se relaciona con diversos problemas de salud durante la infancia y es un factor de riesgo de morbilidad y mor-talidad en la edad adulta
El reconocimiento de los pro y contras de la nutrición y desnutrición de los niños y niñas
La observación participante presenta varias modalidades Según los métodos que utilice y la participación en los mismos
El desarrollo del ser humano se da a través de un conjunto en el cual interactúan el individuo y el medio, entendido este como los factores que rodean el crecimiento, formación, transformación que influyen en el ser, de manera tal que podemos ver co
La aplicación del sistema ecológico en identificación y comprensión de las etapas de la nutrición y los hábitos en los niños y niñas
Las costumbres y hábitos se adquieren en el ámbito familiar, su evolución se ve afectada por los cambios que ocurren en el contexto social. D
Son derechos fundamentales de los niños: la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social, la alimentación equilibrada, su nombre y nacionalidad, tener una familia y no ser separados de ella, el cuidado y amor, la educación y la cultura, la recre
Tipo de investigación cualitativa, metodología etnografía rápido tipo observación participante
La selección y elaboración de técnicas e instrumentos es esencial en la etapa de recolección de la información en el proceso investigativo.
La alimentación y nutrición infantil constituye una de las áreas de mayor importancia dentro de la Educación para la Salud.
Se identificaron algunos principios básicos sobre crecimiento y desarrollo infantil y algunos estudios recientes sobre desnutrición y función cognoscitiva según la edad
La nutrición como una de las prioridades nacionales en salud, señalando estrategias entre otras, como, promover acciones de protección de los derechos del consumidor y las condiciones ambientales y de salud que favorezcan el aprovechamiento biol
La ingesta inadecuada de alimentos básicos, exceso de proteínas, grasas saturadas y colesterol y déficit de hidratos de carbono, fibra y algunos micronutrientes afecta la salud de los niños y niñas.
Implica factores de buena nutrición alimentos sanos y nutricionales
Las instituciones se enfrentan a un doble reto, pues además de atender los lineamientos y reglamentos del Gobierno Nacional, deberán complementariamente atender las disposiciones de las secretarías locales de educación, quienes estarán encargada
El estudio denota que la consecuencia de esta importante baja son los factores familiar y económico, factores principales que influyen en el rendimiento académico del universitario.
Permite identificar parámetros de la problemática de la nutrición que facilitan comprender los factores de la misma
La nutrición es conjunto de procesos que influyen en el crecimiento, mantenimiento y reparación del organismo vivo en relación al suministro de alimentos.
La obesidad es un problema de salud pública que incrementa el riesgo de morbi-mortalidad
Nutrición y alimentación sana y adecuada
La infancia es el momento óptimo para adquirir unos buenos hábitos alimentarios.
Los hábitos nutricionales facilitan combinar alimentos como frutas, verduras, cereales con un alto nivel de nutrientes donde al ingerirlo en horarios apropiados permite tener una alimentación adecuada, suficiente, completa, variada y equilibrada.
Mediante esta consulta facilitar el reconocimiento de hábitos y costumbres alimenticias en los niños y niñas
Una nutrición efectiva con hábitos y variada nos da progreso y estabilidad en la salud
Una alimentación sana y equilibrada es vital para que los niños crezcan sanos y fuertes
Dificultad en modificar hábitos errados que ya estén instaurados, especialmente si son conductas que se han adoptado por largo tiempo.
El déficit nutricional en niños El déficit nutricional aparece cuando existen carencias en el aporte diario de calorías, grasas, proteínas, glúcidos, vitaminas y minerales necesarios para cubrir las necesidades que tiene el organismo. Leer más: https://www.h
Resaltar la nutrición como base de la buena salud y el desarrollo social y afectivo
La nutrición como eje de desarrollo social y humano
Implementar programas que contribuyan a la adopción de hábitos alimentarios saludables en los niños y niñas
Los hábitos alimentarios en los niños y niñas que influyen en el crecimiento
Importancia de la buena alimentación en niños, niñas y jóvenes representa un desarrollo social, emocional, mental y físico super necesario se plantean soluciones a la búsqueda de buena alimentación porciones adecuadas para los seres humanos
Créase la Comisión de Regulación en Salud (CREs) como unidad administrativa especial, con personería jurídica, autonomía administrativa, técnica y patrimonial, adscrita al Ministerio de la Protección Social.
Por medio de la cual se define la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles asociadas a esta como una prioridad de salud pública y se adoptan medidas para su control, atención y prevención.
Saber el daño causado por la pandemia en la nutrición en niños, niñas, jóvenes y población en Colombia
El Estado es el contexto institucional en el desarrollo integral de los niños, las niñas y los adolescentes. En cumplimiento de sus funciones en los niveles nacional, departamental, distrital y municipal.
garantiza la prestación del servicio de alimentación escolar de manera oportuna y de calidad durante el 100 % del calendario académico y, además, se asegura la concurrencia efectiva, coordinada, articulada y conjunta de los recursos a cargo de la Nación
Considerando que la alimentación y la nutrición son procesos influenciados por aspectos biológicos, ambientales y socioculturales y que durante la infancia contribuyen a un desarrollo y crecimiento óptimo, así como una maduración biopsicosocial, es i
Generar factores donde se reconozcan las dificultades nutricionales en diferentes poblaciones. La malnutrición, que incluye la desnutrición aguda, global y crónica [2] y el sobrepeso y la obesidad, tiene diversas causas y consecuencias
Mirar la problemática dada a raíz de la desnutrición a nivel global en niños y niñas de distintas regiones del mundo
El aspecto nutricional que permite al niño un desarrollo armonioso de su cuerpo y de su mente, este debe de cuidarse para que el alumno tenga una buena educación.
Facilitar elementos frente al contexto educativo y formativo en costumbres y hábitos que desarrolla los niños y niñas frente a su alimentación a nivel cognitivos, social y físico
Facilitar el reconocimiento de procesos de desarrollo de los niños y niñas de 3 a 6 años
la planeación de políticas públicas de convivencia orientado a la niñez colombiana teniendo en cuenta su edad y calificación humana
La desnutrición es una de las principales causas de deficiencias cognitivas en los niños lo que puede afectar su desarrollo motor y rendimiento escolar; además de que conlleva un mayor riesgo de enfermedades y genera grandes costos en el sistema de
Adquirir conocimiento sobre programas de nutrición en diversos contextos a nivel familiar y social que hayan sido exitosos en América Latina
Después de los 2 años de edad, la alimentación infantil sigue siendo un reto. Poco a poco se van enfrentando a alimentos ultraprocesados, empacados, con alto contenido de sal o azúcar, donde los años previos durante los cuales se enseñaron hábitos
La nutrición influye en la salud a lo largo de la vida del ser humano
Si el niño está o no bien alimentado durante los primeros años de vida, puede tener un efecto profundo en su salud, así como en su habilidad para aprender, comunicarse, pensar analíticamente, socializar efectivamente y adaptarse a nuevos ambientes
Facilitar estrategias para mejorar el hambre y la desnutrición en la comunidad buscando medios para solucionar la desnutrición en el hombre
El estado nutricional es principalmente el resultado del equilibrio entre las necesidades y el gasto de energía alimentaria y otros nutrientes esenciales
Los hábitos nutricionales son un proceso de gran importancia durante los primeros años de vida pues estos perdurarán a lo largo de la misma; los niños y niñas, desde el momento de la gestación y durante las primeras etapas de desarrollo, aprenden a
los entes territoriales deben atender "las condiciones particulares de ubicación e infraestructura de las instituciones educativas, las tradiciones y costumbres alimenticias de cada región".
Adquirir las bases teóricas de la Nutrición
se contempla una dimensión de seguridad alimentaria y nutricional, el cual maneja tres componentes como son la disponibilidad y acceso de los alimentos, el consumo y aprovechamiento biológico, y por último la inocuidad y calidad de los alimentos, e
Tener acceso a alimentos en cantidad, variedad y frecuencia depende de los ingresos que genera un empleo estable y se convierte en un factor determinante que incide en la dieta de la familia y de los escolares, pero esto no es suficiente para explicar:
Formular soluciones para buscar mejores productos, hábitos y elementos que faciliten educar en la forma de comer y manejar la obesidad a tempranas edades.
Los niños y niñas con una adecuada alimentación crean buenos hábitos alimenticios, esto le ayudará a mejorar su desempeño escolar.
La alimentación es un tema de gran relevancia en la educación, ya que en los primeros años de vida del ser humano se adquieren hábitos y costumbres que va acompañar hasta que sean adultos
Se interpreta a través de la lectura del medio, y se debe planear cuidadosamente en: Etapas, aspectos, lugares y personas.
A menudo los niños y niñas imitarán las conductas de alimentación de los adultos, se hace necesaria la supervisión a la hora de la comida ya que están todavía trabajando en las habilidades de masticar y tragar.
plantear un proyecto de fortalecimiento en valores formativos para primera infancia
Una alimentación y nutrición correcta durante la edad escolar permite a los niños(as) adquirir hábitos saludables, siendo uno de los principales objetivos para la familia y comunidad educativa
Es inherente a la consulta realizada frente a la nutrición y los hábitos de los niños y niñas
Decisiones saludables incluyen lo siguiente: comer mejor, mantenerse físicamente activo, dejar de fumar y dormir más (7-9 horas). Tomar estas decisiones y mantenerse firme a lo largo del tiempo no es nada fácil. Sin embargo, las investigaciones nos m



Anexo 2. Consentimiento informado (formato en blanco)

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Investigadores: Juan Carlos Tibavizco Rozo, Alnhy xilena valencia Rodríguez y Viviana Rendón González

Usted ha sido invitado a participar en el proyecto de investigación (como tutor del menor de edad _____ con R.C _____) “Hábitos de la nutrición en niños (as) de 3 a 6 años”, la presente investigación hace parte de un proyecto de investigación vinculado a la Corporación Universitaria Iberoamericana, con sede en Bogotá, D.C. como ejercicio de investigación para optar al título de especialista en DESARROLLO INTEGRAL DE LA INFANCIA Y LA ADOLESCENCIA. Para su desarrollo, se emplearán una ficha de datos sociodemográficos, la Escala Dimensional de Sentido de Vida y la Escala Hospitalaria de Ansiedad y Depresión.

Usted fue seleccionado como posible participante porque nosotros consideramos su experiencia relevante para los fines de este estudio. Lo invitamos a leer este documento y es libre de hacer las preguntas necesarias antes de hacer parte de esta investigación.

Su participación es voluntaria y tiene el derecho de revisar lo observado por los profesionales en cualquier momento. La decisión de participar o no, es completamente voluntaria y no afectaría de ninguna manera sus relaciones laborales, personales y sociales. Si usted decide participar, es libre de suspender en cualquier momento sin futuras afectaciones.

Los documentos arrojados por la investigación serán confidenciales y privados. En el caso de que los resultados de la investigación sean publicados, no se incluirá ninguna información que pueda identificarlo.

Acuerdo del participante:

He leído la información proporcionada previamente. Voluntariamente acepto participar en esta investigación. En constancia, firmo este documento de Consentimiento informado.

Nombre _____ Firma _____

Cédula de Ciudadanía #: _____ de:

Anexo 3. Prototipo de construcción para observación participante.

PARA OBSERVACIÓN PARTICIPANTE		
OBJETIVO GENERAL		
Comprender los comportamientos de los hábitos de la nutrición en niños de 3 a 6 años, en una institución educativa de la ciudad de Bogotá.		
POBLACIÓN (MUESTRA)		
Niños y niñas de 3 a 6 años con dificultades nutricionales en una institución de la ciudad de Bogotá		
LUGAR DE OBSERVACIÓN		
Salón de Transición		
TEMAS (CATEGORIAS)	SUBTEMAS (SUBCATEGORIAS)	PUNTOS PARA OBSERVAR (OBSERVACIÓN)
Hábitos de la nutrición	HABITO	Observar la forma de interactuar con los alimentos Tiempos y modos de alimentación
	INGESTA	Cantidad de alimentos nutritivos consumidos
	SELECCIÓN	Tipos de alimentos preferidos
	TIPO	Alimentos adecuados teniendo en cuenta la edad
	CONTENIDO	Mediante la tabla de contenido, miramos patrones de comida, cantidad y frecuencia.
Niños y niñas de 3 a 6	COSTRUMBRES	Observar las costumbres de los niños y niñas a la hora de ingerir el refrigerio y la comida caliente.
	CONVIVENCIAL	Socialización a la hora de tomar los alimentos frente a sus compañeros.
Hábitos de la nutrición en niños y niñas de 3 a 6 años	PRACTICAS	Conductas de aceptación/rechazo
	INTERACCIÓN	Relación con la comida
Institución educativa de la ciudad de Bogotá.	RECURSOS	Identificar y mirar los recursos que tienen a la hora de consumir sus alimentos.
	CONTEXTO	Observar las condiciones sociales y de infraestructura con la que cuentan el niño y niña al momento de ingerir su alimentación.



Anexo 4. Instrumento de recolección (formato en blanco).

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA IBEROAMERICANA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

ESPECIALIZACIÓN EN DESARROLLO INTEGRAL DE LA INFANCIA Y LA ADOLESCENCIA

Guía de observación

Lugar:
Participantes:
Tema:
Subtema:
Pregunta orientadora:
Objetivos punto de observación:
Fecha:
Observación general:
Observación específica:
Evaluación y seguimiento del proceso:

Anexo 5. Transcripción y codificación de los datos recolectados.



Guía de observación 1

Lugar: Institución Educativa en Bogotá
Participantes: Niños y niñas de transición de 3 a 6 años
Tema: Hábitos de la nutrición
Subtema: Habito
Pregunta orientadora: Observar la forma de interactuar con los alimentos.
Objetivos punto de observación: Vislumbrar aspectos como el consumo de alimentos con mayor facilidad y que alimentos no consumen y no le gustan.
Fecha: Septiembre 05 de 2022
Observación general: Se observan dificultades al comer alimentos variados (inconveniente alimenticio), no saben manejar implementos como cuchara y plato (método), cuando no gustan de algún alimento lo bota, produciendo desorden y mal ejemplo para sus pares (vinculación), se ve lo contrario cuando los alimentos son de su agrado, se consumen con facilidad de ahí se muestra el poco gusto por Las verduras, las frutas, la falta de variar los productos alimenticios que consume con frecuencia, en el desayuno, comida y cena (inconveniente alimenticio), también se manifiesta la influencia de la familia en gran parte de los gustos y preferencias alimentarias de los niños y niñas en estas edades (interrelación).
Observación específica: La dificultad al consumir y comer ciertos alimentos como verduras y frutas, toman la comida con la mano (costumbres de ingesta), se ve descuido y falta de respeto entre pares (vinculación), lo cual dificulta el consumo de alimento, se observa abandono consigo mismo al lanzar la comida contra otros (Comportamiento) y a sí mismos, al compartir y ver alimentos variados los niños y niñas presentan mayor dificultad al reconocer y comer alimentos verdes, frutas y ensaladas, resaltando que los alimentos con dulce y azucarados gustan más, esto genera en los educandos malos hábitos y costumbres inadecuadas en su alimentación (comida chatarra), los tiempos son variados, los espacios pertinentes para una buena nutrición se dan de forma inadecuada y sin variantes alimentarias (método).
Evaluación y seguimiento del proceso.
La observación arroja una visualización frente a los alimentos preferidos y más arraigados en esta muestra, teniendo como dificultad la baja nutrición y costumbres, con desorden horaria al consumir alimentación (costumbres de ingesta), (uso de cubiertos, plato, ingesta de alimentos variados), estos elementos permiten un parámetro de observación donde la mayor dificultad observable es la falta de participación, colaboración y educación por parte de la familia al general hábitos saludables (interrelación). La familia y el entorno también generan malos hábitos nutricionales (comportamiento). También se visualiza complejidad en los horarios de ingesta, lo cual se reconoce en un aspecto complejo de manejar ya que algunos educandos no reciben desayuno en casa y el colegio se convierte en el único espacio que tienen para



consumir alimentos (entorno). Presentando así alimentación inadecuada, problemas digestivos, dificultades de deglución, enfermedades crónicas tempranas como anemia, diabetes, bajo peso o sobrepeso, lo cual dificulta en los niños poder tener una adecuada concentración en los procesos de aprendizaje.

Guía de observación 2

Lugar: Institución Educativa en Bogotá
Participantes: Niños niñas de transición de 3 a 6 años
Tema: Hábitos
Subtema: Hábito
Pregunta orientadora: Tiempos y modos de alimentación
Objetivos punto de observación: Analizar que alimentos consumen los niños de 3 a 6 años, y los hábitos que traen de casa, hora y tiempo de ingesta
Fecha: Septiembre 12 de 2022
Observación general: Se observan los tiempos, horarios de ingesta de los alimentos, la hora de consumo (método) y la forma de consumirlos al manejo de los cubiertos, el plato, que prefiere comer al inicio de su ingesta, la presentación del plato el agrado que produce en el estudiante a la hora de recibir su alimento y las normas de comportamiento en la mesa (Interrelación). La inclusión social y pedagógica en el proceso de aprendizaje de valores y principios como el respeto a la comida, las buenas normas de comportamiento en la mesa, los tiempos y espacios para comer, masticar y procesar los alimentos que sean adecuados para una buena digestión y la importancia de consumir alimentos variados (costumbres de ingesta), como frutas, verduras, leguminosas, cereales, entre otros, para generar una dieta adecuada y constante que permite un desarrollo físico y mental óptimo.
Observación específica: Los parámetros que se desarrollan en los espacios dados para la alimentación equilibrada y adecuada permite observar estadios de comportamiento como agrado al comer, desagrado por algunos alimentos, el buen uso de los utensilios, la masticación y el cuidado de los alimentos (implementos) en el desarrollo de los tiempos al consumir alimentos se destaca la falta de cumplimiento, desorganización alimenticio y poco control a la hora de comer (interrelación), los educandos demuestran malos hábitos en el espacio, (a la mesa, la silla, los cubiertos y el plato) no hay respeto con el alimento, vomitan y devuelven

la comida que no es de su agrado lo cual indica que no comen las verduras (comportamiento). Con parámetros como (lavado de manos y boca antes y después de consumir alimentos).

Evaluación y seguimiento del proceso: Frente a la situación se genera en ocasiones una baja nutrición de la cual se desprenden conflictos sociales, familiares, convivenciales al interior de la institución, lo cual indica la dificultad de la necesidad de nuestra comunidad al observar que el educando no desayuna, no come adecuadamente y genera problemas en su desarrollo físico y cognitivo (entorno).

El tiempo de la duración durante la alimentación varían según las costumbres que el niño (a) tienen en casa, la masticación (inconveniente alimenticio), el uso de cubiertos y la ingesta de alimentos variados se dificulta ya que varios de ellos no están acostumbrados a comer verduras frutas entre otras, ocasionando dificultades en su nutrición y buena alimentación.

Guía de observación 3

Lugar: Institución Educativa en Bogotá
Participantes: Niños niñas de transición de 3 a 6 años
Tema: Hábitos de la nutrición
Subtema: INGESTA
Pregunta orientadora: Cantidad de alimentos nutritivos consumidos.
Objetivos punto de observación: Identificar mediante la información observada el tipo de alimento más consumido y los rechazados, en el momento de alimentarse el cómo afectan el aprovechamiento de los alimentos y su relación entre los niños y las niñas.
Fecha: Septiembre 19 de 2022
Observación general: Se visualiza problemas a la hora de consumir alimentos teniendo en cuenta los gustos y preferencias de los niños y niñas, la forma de tomar los cubiertos, la masticación, la relación con cada alimento y la complejidad, al no gustar de algún alimento como verduras o ensaladas (comida chatarra). Las malas costumbres y hábitos que se tienen desde casa generan un problema al momento de consumir alimentos (costumbres de ingesta) que conlleven legumbres, verduras, cárnicos, jugos que son desconocidos para ellos.
Observación específica: Dentro de los aspectos nutricionales los alimentos dados en el colegio a los educandos vienen con porción, volumen y nutrientes (porciones) adecuados para la edad asignada, lo cual asegura un proceso acorde con la nutrición y nutrientes establecidos para estos rangos de edades de 3 a 6 años (porciones) en la ingesta del alimento se visualiza desorden, falta de orden a la hora de consumir alimentos, poca masticación, hábitos de aseo muy preocupantes, los estudiantes no guardan normas de comportamiento en la mesa, al comer entero los alimentos, los botan, los desperdician y untan en la ropa (inconveniente alimenticio),



se observa el esfuerzo del docente al dar orientaciones con ejemplo para que los educandos sigan las indicaciones (información), lo cual pocos lo hacen, lo cual ocasiona que el docente termina cuchareando a los niños que no comen o votan la comida. Por ello se dan talleres de apoyo para educar a los educandos a la hora de ingerir sus alimentos.

Esto marca una forma de mejorar los hábitos y costumbres a la hora de consumir alimentos, tiempo para ingerir la comida, las normas de aseo y cuidado del alimento en los educandos (vinculación).

Evaluación y seguimiento del proceso.

Teniendo en cuenta las porciones, variaciones y complementos alimentarios, se establece buena relación de estos, para el consumo en esta población, lo que preocupa es los gustos de los comensales, al ver el rechazo de las verduras, frutas (comida chatarra) lo cual genera la necesidad constante de crear hábitos alimenticios en los estudiantes y los proceso que se desarrollan en la institución, teniendo en cuenta los aspectos nutricionales y costumbres de los estudiantes y familia, en algunos casos.

Buscando ampliar la variedad de gustos y preferencias por algunos alimentos, (interrelación) el buen uso de los implementos usados para comer, masticar bien los alimentos para una buena digestión y el trabajo orientado a ampliar la diversidad de alimentos (información) para la ingesta de los niños y las niñas. La familia y el entorno son determinantes fundamentales en el proceso de alimentación e ingesta de varios alimentos que sean nutritivos teniendo en cuenta edad, talla y peso para un desarrollo físico y mental adecuado.

Guía de observación 4

Lugar: Institución Educativa en Bogotá
Participantes: Niños niñas de transición de 3 a 6 años
Tema: Hábitos de la nutrición
Subtema: SELECCIÓN
Pregunta orientadora: Tipos de alimentos preferidos.
Objetivos punto de observación: Observar alimentos que consumen cotidianamente teniendo en cuenta gusto, y cuales rechaza, en los niños y niñas de 3 a 6 años los cuales son soportes alimentarios y nutricionales que adquiere el estudiante.
Fecha: septiembre 26 de 2022

Observación general: Se observa en los educandos preferencias por alimentos dulces, azucarados (método) por lo cual se dificulta su consumo de verduras, frutas y jugos, ocasionando déficits alimenticios que con lleva al bajo consumo de proteínas y nutrientes adecuados para el desarrollo sostenible del niño y niña (buenos alimentos), en estas edades, prefieren comer comida chatarra y empaquetadas y dulce. La necesidad de implementar hábitos alimenticios adecuados donde el niño y la niña coman diferentes tipos de comida, esto parte de la transformación de hábitos en casa y en el colegio.

Observación específica: La falta de desarrollo de hábitos de consumo, teniendo en cuenta al comer verduras, frutas, jugos, se ven los agrados y desagradados al comer estos productos, los cuales no gustan por los educandos (comportamiento). También se observó que el no consumo de algunos alimentos por motivos sociales y económicos se convierten en factores complejos de manejo al interior de las familias (implementos), asimismo él no conocer ciertos productos alimenticios dificulta su consumo por primera vez por parte de los estudiantes. Teniendo en cuenta los alimentos dados por secretaría de educación vienen balanceados y por porciones dadas para los educandos (buenos alimentos) por edad, esto facilita mejorar la alimentación y la selección de alimento. Ya que los niños y niñas presentan problemas al consumir alimentos como lechuga, verdura, zanahoria y coliflor entre otros (inconveniente alimenticio) se trabaja con los estudiantes ya que estos poco comen estos alimentos en casa y no traen hábitos al comer alimentos sanos y variados, se ve en su lonchera papas en bolsa, exceso de yogures, galletas de dulce, dulces, chitos entre otros (comida chatarra). Por ello los educandos en el plato apartan los alimentos o los botan y simplemente no los comen, esto dificultando una alimentación equilibrada para su desarrollo físico y mental. Desde el colegio se impulsaron alternativas y se solicitó variar el contenido del plato por ensaladas, verduras, legumbres, lo cual ha ayudado, para que los estudiantes consuman alimentos variados y alteren sus platos, esto permite generar costumbres alimentarias (vinculación) que coadyuvan en las prácticas nutricionales y alimentarios.

Evaluación y seguimiento del proceso.

Mediante la observación podemos mirar que se presentan dificultades al comer verduras, ensaladas y jugos. También se ve el alto consumo de refrigerios, dulces y comida frita, la cual es llevada por los estudiantes al colegio (comida chatarra).

Esto ocasiona malos hábitos alimentarios frente a los consumos y preferencias, lo cual se maneja de forma asociativa y gustativa, frente a las costumbres traídas de casa (inconveniente alimenticio). La variación de alimentos es poca y la relación nutrición de crecimiento y edad se ve trastocada por no llevar un nivel de consumo de alimentos adecuados para el desarrollo físico y mental de los niños y niñas en estas edades de 3 a 6 años.

Lugar: Institución Educativa en Bogotá
Participantes: niños niñas de transición de 3 a 6 años
Tema: Hábitos de la nutrición
Subtema: TIPO
Pregunta orientadora: ¿Los alimentos suministrados son adecuados para niños y niñas de 3 a 6 años?
Objetivos punto de observación: Identificar si los alimentos suministrados son adecuados teniendo en cuenta la edad
Fecha: Octubre 04 2022
Observación general: Se observa durante los diferentes momentos de alimentación que las porciones son adecuadas para el consumo de los niños y niñas (método), se ve diversidad de alimentos, variedad de verduras y de los colores de estas, variedad de frutas en los platos y de leguminosas (buenos alimentos), para el momento del almuerzo se cuenta con cereales y una porción de carne/proteína de buen tamaño, y para el momento de la media mañana cuentan con lácteos ya sea en presentación saborizada o en leche entera (porciones). El emplatado y la presentación de alimentos benefician a su consumo (implementos) pues se presenta en variedad de colores y texturas y proveen de implementos adecuados para el consumo alimentario. La institución educativa no brinda alimentos altos en azúcares, altos en grasas ni frituras (buenos alimentos).
Observación específica: Las porciones, la diversidad, los tipos y la presentación hace que los niños y niñas esperen estos momentos de alimentación con felicidad (comportamiento), sumando que hay algunos alimentos que permiten hacer uso de su elección y preferencias, como lo es el elegir la fruta que desean entre dos o tres opciones (interrelación). Frente a lo observado se destaca la implementación de frutas como mandarinas, manzanas y peras, verduras como habichuela, zanahorita y acelgas, también se consume bebidas naturales de mora, piña y otros (porciones) que ayudan a mejorar la aceptación de diferentes alimentos que van adaptando el paladar de los niños y niñas, siendo esto un referente para que en casa implementen diversos tipos de comida en su dieta diaria.
Evaluación y seguimiento del proceso.
Se realiza la observación para la identificación de si los alimentos suministrados son adecuados teniendo en cuenta la edad de los niños y niñas (buenos alimentos), los diversos colores, texturas y buena presentación de los platos hace que los comensales los reciban con agrado (comportamiento), se hace evidente la necesidad de analizar el contenido nutricional de los alimentos suministrados en pro de garantizar el proceso y seguimiento.



Lugar: Institución Educativa en Bogotá
Participantes: niños niñas de transición de 3 a 6 años
Tema: Hábitos de la nutrición
Subtema: CONTENIDO
Pregunta orientadora: ¿Qué patrones de alimentos, cantidad y frecuencia podemos identificar mediante la tabla de contenido?
Objetivos punto de observación: identificar mediante la tabla de contenido, patrones de alimentos, cantidad y frecuencia.
Fecha: Octubre 11 de 2022
Observación general: La alimentación en la institución se encuentra diferenciada por días y por dos momentos refrigerio, almuerzo o comida caliente (método). En la minuta se puede observar variedad de alimentos distribuidos en toda la pirámide alimenticia (información), que son de gran contenido calórico y nutricional, la tabla o minuta incluye a diario leche y derivados; carnes, pescados, mariscos, frutas, verduras y legumbres garantizando así seguridad alimentaria (buenos alimentos) y nutricional de los niños y niñas de 3 a 6 años.
Observación específica: La Tabla de Composición de Alimentos garantiza que el contenido calórico y nutricional de cada uno de los momentos de alimentación de la institución (información). Buscando fortalecer mecanismos nutricionales equilibrados donde las porciones y los componentes alimenticios sean los adecuados para la población, se observa la importancia de variar los platos día a día, donde se complementan con carne en diferentes presentación, harinas como arroz, papá, yuca; verduras presentadas en guisos y ensaladas, esto ayuda a adquirir nuevos gustos y fortalecer en los niños y niñas la alimentación en estas edades (interrelación).
Evaluación y seguimiento del proceso.
Esta observación y análisis fue importante ya que se contrasto la minuta con lo entregado a la mesa y se pudo observar que el contenido fuera el adecuado para los niños y niñas (información). También se pudo observar que la alimentación de daba en un estado adecuado el cual permitía el consumo de los alimentos de manera óptima (porciones), la línea de manipulación de alimentos también se realiza de manera correcta evitando así la contaminación cruzada entre alimentos crudos y alimentos listos durante la preparación (información), cocción y consumo de los mismos, así como la limpieza de las superficies y utensilios para preparar los alimentos y de manera que estén protegidos del ambiente una vez estén listos. La distribución de macronutrientes en la dieta del niño suministrada por la institución es la adecuada para el consumo de calorías diarias esperadas para el consumo por día (información).

Guía de observación 7

Lugar: Institución Educativa en Bogotá



Participantes: niños niñas de transición de 3 a 6 años
Tema: Niños y niñas de 3 a 6 años
Subtema: COSTUMBRES
Pregunta orientadora: ¿Cómo son las costumbres de los niños y niñas a la hora de ingerir el refrigerio y la comida caliente?
Objetivos punto de observación: Observar las costumbres de los niños y niñas a la hora de ingerir el refrigerio y la comida caliente.
Fecha: Octubre 17 de 2022
Observación general: A los niños y niñas de 3 a 6 años en la institución se les dificulta, en mayor cantidad a los más pequeños, el uso adecuado de cubiertos (inconveniente alimenticio), lo cual contribuye a desperdicios de comida, También se hace notorio que estos prefieren los dulces sobre los alimentos entregados (inconveniente alimenticio), ya que algunos niños y niñas llevan fritos, gaseosas o dulces. A lo largo de la observación también se pudo evidenciar que hay una predilección por el consumo de alimentos conocidos y muchas veces repudio a aquellos que no se conocen rechazando la incorporación de estos a su dieta (comportamiento), incluso se identifican algunos alimentos que ya se encontraban establecidos y ahora los rechazan.
Observación específica: Hay una preferencia notoria por los alimentos con más contenido de azúcares (comida chatarra), al igual que por los alimentos que ya son familiares para ellos, muchas veces negándose a nuevas experiencias con texturas y sabores. El alto contenido de azúcar ocasiona en los niños y las niñas comportamientos frente a actitudes hiperactivas, de convivencia y de mal comportamiento, lo cual genera un ambiente al interior del salón al momento de comer donde se desperdician alimentos, juegan con estos, crean desorden e influyen en sus compañeros negativamente al desprestigiar los diferentes alimentos que contiene el plato de comida que van consumir en el momento (comportamiento).
Evaluación y seguimiento del proceso.
El uso no adecuado de los elementos para el consumo de alimentos como son los cubiertos y el que los niños esperen que los docentes terminen de repartir los alimentos para que les suministren la comida (cucharear) (costumbres de ingesta), a la vez de que haya un rechazo frente a los alimentos nuevos y pocos conocidos nos hablan de unas costumbres y hábitos del hogar que no son los adecuados para niños de estas edades (costumbres de ingesta), también de una etapa en la cual su interés por los nuevos alimentos se ve mermado. De igual manera se identificó que algunos niños por problemas o dificultades al interior de sus hogares no desayunan antes de ingresar a la institución y su primer alimento es el refrigerio (inconveniente alimenticio), que aunque es de muy buen contenido calórico y nutricional no suplente o sustituye un alimento completo como lo es el desayuno, provocando así una instauración del ayuno como práctica diaria.



Guía de observación 8

Lugar: Institución Educativa en Bogotá
Participantes: niños niñas de transición de 3 a 6 años
Tema: Hábitos de la nutrición
Subtema: CONVIVENCIAL
Pregunta orientadora: ¿De qué manera socializan los niños y niñas a la hora de tomar los alimentos frente a sus compañeros?
Objetivos punto de observación: Socialización a la hora de tomar los alimentos frente a sus compañeros
Fecha: Octubre 24 de 2022
Observación general: Muchos de los niños y las niñas de la institución ingieren de manera rápida los alimentos para tener más tiempo de jugar y compartir con otros compañeros el momento del recreo; mientras que otros esperan que los docentes se desocupen para suministrarles la alimentación (costumbres de ingesta), lo cual genera dos alternativas, una es que no deseen terminar sus alimentos y la otra es que no disfruten del recreo o momento de juego por tanto tiempo como sus otros compañeros. También se evidencia cómo a través del momento de alimentación con pares se dan momentos de aprendizaje de destrezas sociales como es el comportamiento en la mesa (vinculación), el uso de utensilios y el saber tomar turnos, mostrando que este no es solo un momento de alimentación sino también de convivencia, en el cual se afianzan vínculos y se construyen memorias.
Observación específica: Partiendo de la necesidad de identificar hábitos y comportamientos en la combinación y variación de los alimentos se observa una mala orientación adquirida desde casa que genera dificultades en su adaptación y complementación nutricional (comportamiento). Esto también se manifiesta en el desorden en horarios, modos de consumo alimentario, uso de cubiertos, desperdicio de alimentos e inadecuadas normas básicas a la hora de consumir y tomar alimentos, entre estas tenemos el irrespeto entre compañeros y hacia los docentes, desobediencia, agresividad (vinculación). Teniendo en cuenta lo observado en esta etapa del proceso se detallan algunos elementos importantes como la adaptación de la gran mayoría de educandos a los momentos del servicio complementario de atención alimentaria, lo cual contribuye a una aceptación de este servicio a esta etapa de sus vidas; esto hace que los niños y niñas se tomen de manera tranquila y con gran disposición este momento (costumbres de ingesta).
Evaluación y seguimiento del proceso.
La adaptación a los momentos de alimentación generada a lo largo del año hace de este momento algo que ya se encuentra normalizado, lo cual posibilita y beneficia la interacción entre pares, aunque la ingesta de los alimentos y el tiempo que se toma entre uno y otro educando hace que se observen presionados de terminarlos para comenzar con la siguiente actividad (interrelación). Se resalta la importancia de la tabla nutricional y la variación de esta para mejorar la adquisición y reconocimiento de nuevos alimentos para mejorar los hábitos y costumbres de los niños y niñas



(información) a la hora de comer, fortaleciendo así su capacidad de aceptación y gusto por los alimentos.

Guía de observación 9

Lugar: Institución Educativa en Bogotá
Participantes: Niños niñas de transición de 3 a 6 años
Tema: Hábitos de la nutrición
Subtema: Practicas
Pregunta orientadora: Conductas de aceptación/rechazo
Objetivos punto de observación: Observar la conducta de los niños y niñas de 3 a 6 años a la hora de ingerir la alimentación.
Fecha: Octubre 31 de 2022
Observación general: Se observa en los niños y niñas la aceptación de los diferentes alimentos teniendo en cuenta gustos y preferencias, manifestando su desagrado por algunos tipos de alimentos que no están acostumbrados a consumir como las verduras (lechuga, coliflor, alverjas entre otras (comportamiento). La importancia de que el niño y la niña reconozcan los diferentes tipos de alimentos posibilita la aceptación complementaria de diferentes alimentos en su nutrición diaria, se genera la posibilidad de prácticas alimentarias sugeridas por la institución para la implementación de alimentos al interior del hogar (implementos) y así contribuir a la adquisición de mejores hábitos nutricionales y alimenticios en los niños y niñas de estas edades.
Observación específica: Teniendo en cuenta lo observado, los niños y niñas presentan dificultades al ingerir alimentos que no consumen con frecuencia, esto indica las malas costumbres alimenticias que traen desde los hogares (costumbres de ingesta), constituyéndose en un problema nutricional que conlleva a problemas en el crecimiento y en la capacidad de concentración y aprendizaje, en el colegio; (inconveniente alimenticio) tienen el servicio de alimentación (comida caliente y refrigerio), el refrigerio lo consumen con más facilidad que la comida caliente (Comida chatarra).
Evaluación y seguimiento del proceso.
Mediante la observación se pudo determinar la falta de costumbres al ingerir verduras, legumbres, frijoles y ensaladas de cebolla, los cuales lo consumen con dificultad por no reconócelos y la falta de hábitos a la hora de consumir comida variada en dichos alimentos (método). La institución implementa un programa nutricional en el cual se suministran refrigerios, los cuales contienen fruta, leche saborizada, yogurt y galleta, la cual es variada semana a semana, plato caliente



“almuerzo” (buenos alimentos) donde se observa arroz, lenteja, verdura, ensalada, pollo, carne, papa y jugo, este plato también cambia semana a semana para así ir mejorando la practica nutricional y alimentaria de los educandos.

Guía de observación 10

Lugar: Institución Educativa en Bogotá
Participantes: Niños niñas de transición de 3 a 6 años
Tema: Hábitos de la nutrición
Subtema: Interacción
Pregunta orientadora: Relación con la comida
Objetivos punto de observación: Visualizar los comportamientos que tiene los niños y niñas al consumir los alimentos que se les brinda en el colegio.
Fecha: Noviembre 07 de 2022
Observación general: Se evidencia la interacción que tienen los niños y niñas a la hora de consumir los alimentos como, los gestos corporales, el vocabulario, la satisfacción (vinculación) o disgusto por algunos alimentos, el reconocer los alimentos saludables que consumen y el comportamiento que presentan al ingerir los alimentos (comportamiento). En los estudiantes se observan las malas costumbres a la hora de comer, utilizando las manos y generando desperdicios de comida (comportamiento), por correlación la familia juega un papel importante en la adquisición de gustos de los niños y niñas frente a la comida donde la comida de paquete, dulces y galguerías crean en el niño y la niña una mala relación con la comida (comida chatarra), presentando dificultades en el momento de variar alimentos y/o el exceso de dulces e las dietas diarias dificultando así la adquisición de nuevos hábitos alimentarios.
Observación específica: Mediante la observación podemos identificar gestos corporales al tomar los alimentos, al usar los cubiertos y al masticar la comida, si toman actitudes de juego con la comida y/o la vomitan, esto dificulta generar hábitos para comer alimentos variados y nutricionales (comportamiento). Un objetivo que se da como elemento fundamental para la transformación de costumbres, hábitos y relación con el alimento se genera a partir del apoyo de los padres de familias y el entorno (entorno) donde se desarrolla la vida cotidiana de los niños y niñas, por ello desde la institución se pusieron actividades enfocada en concientizar, sensibilizar y socializar la importancia de una buena relación con los alimentos, ingesta adecuada, masticación y tomar alimentos variados tanto solidos como líquidos (información).

Evaluación y seguimiento del proceso.

Mediante lo observado los comportamientos de los niños y las niñas a la hora de comer son variados algunos gustan de los alimentos y otros no; teniendo en cuenta la edad y el tipo de alimento (comportamiento). Por ello es importante generar en los educandos costumbres y hábitos alimenticios para que empiecen a degustar alimentos variados para mejorar su nutrición (buenos alimentos). En el desarrollo de los talleres de sensibilización y toma de conciencia realizados por parte de la institución se hace énfasis en la transformación de hábitos (información) que permitan al niño y la niña consumir alimentos como verduras, ensaladas, lato frio, jugos, frutas, entre otros, en busca de mejorar los hábitos en casa y en la institución.

Guía de observación 11

Lugar: Institución Educativa en Bogotá
Participantes: Niños niñas de transición de 3 a 6 años
Tema: Hábitos de la nutrición
Subtema: Recursos
Pregunta orientadora: Identificar y mirar los recursos que tienen a la hora de consumir sus alimentos.
Objetivos punto de observación: Conocer los recursos que tienen los niños y niñas en el colegio a la hora de consumir los alimentos.
Fecha: Noviembre 15 de 2022
Observación general: Se identifica la realidad, al observar que en el colegio no se cuenta con un restaurante, ni con un salón apropiado para el consumo de los alimentos, los cuales son ingeridos en los mismos salones de clase de cada grado (entorno). Esto genera problemas de convivencia, atención y aceptación de los diferentes platos suministrados, también se ven dificultades a la hora de atender la población, ya que esta es variada y los espacios, mesas y sillas no son aptas para un desarrollo óptimo a la hora de consumir los alimentos (implementos), produciendo en los niños y niñas malas conductas al desperdiciar la comida, jugar con ella y no consumirla.
Observación específica: Mediante el análisis podemos concluir que los niños y niñas comen en los mismos salones donde reciben clase, lo cual dificulta en gran parte la labor del docente encargado (entorno) y se utiliza las misma mesas y sillas para tomar los suministros (implementos), dado que la institución no cuenta con un espacio acto para el consumo de los alimentos (entorno), el colegio tiene el servicio de comida caliente y refrigerios, los cuales son servidos en envases desechables.
Evaluación y seguimiento del proceso.

Partiendo del análisis visualizado de la problemática la, falta de un espacio adecuado para el suministro de alimentos y el contar con docentes encargados en cada grado para servir y dar los alimentos a los estudiantes. Se problematiza la falta de un espacio acto y adecuado para el consumo de los alimentos, donde se observa problemas de higiene, aseo y manejo de la comida caliente (entorno). La problemática que presenta la institución más grave es la falta de espacio físico para construir un restaurante y/o comedor que permita los espacios apropiados para que los niños y las niñas consuman sus alimentos de manera adecuada (entorno), también se observa la falta de higiene y cuidado con los utensilios por la falta de los recursos necesarios para esta labor.

Guía de observación 12

Lugar: Institución Educativa en Bogotá
Participantes: Niños niñas de transición de 3 a 6 años
Tema: Hábitos de la nutrición
Subtema: Contexto
Pregunta orientadora: Percibir las condiciones sociales y de infraestructura con la que cuentan el niño y niña al momento de ingerir su alimentación.
Objetivos punto de observación: Reconocer las condiciones sociales y de infraestructura con la que cuentan el colegio a la hora de consumir los estudiantes sus alimentos.
Fecha: Noviembre 28 de 2022
Observación general: Teniendo en cuenta la observación podemos determinar en los educandos comportamientos, integración normas y hábitos frente al momento de consumir los alimentos (interrelación), en algunos casos son inapropiados, desperdiciando la comida por lo que el encargado debe enfatizar en el cuidado y respeto de la comida (comportamiento), los salones no cuentan con buenos espacios ni implementos de apoyo para el consumo de los alimentos (cubiertos, servilletas, mesas, sillas) (implementos).
Observación específica: Se observan a la hora de consumir los alimentos la buena relación con los compañeros, respeto y apoyo al manejo del uso de los cubiertos (vinculación). Los niños y niñas manifiestan su gusto por los alimentos, (comportamiento) el contexto familia es de gran importancia ya que los niños traen hábitos al consumir algunos alimentos y al rechazar otros (costumbres de ingestas). Los estadios sociales y culturales que rodean el entorno de los niños y las niñas dificulta el acceso a la adquisición de alimentos como verduras, cárnicos, lácteos, harinas y frutas, ya sea por malas costumbres alimenticias, dificultades económicas y sociales del sector, lo cual conlleva a un déficit alimenticio y nutricional en los estudiantes en estas etapas del desarrollo de su vida, ocasionando problemas como bajo rendimiento académico, mala convivencia, dificultades en el desarrollo psicomotriz y emocional (comportamiento).



Evaluación y seguimiento del proceso.

Se observa parámetros de buenas relaciones entre compañeros sin embargo la falta de respeto tolerancia frente a la diferencia entre los pares generan mala convivencia (interrelación), los espacios para ingerir los alimentos son insuficientes, lo cual dificulta el buen comportamiento las normas de aseo y el manejo de cubiertos (entorno). Tenemos como factores de riesgo en el sector donde se encuentra ubicada la institución la falta de recursos económicos por parte de la familia, la costumbres alimentarias, delincuencia, drogadicción, alcoholismo y tabaquismo (entorno) que conllevan a una mala relación social, emocional y mental, ya que las familias no poseen condiciones económicas adecuadas para la compra de una alimentación variada y adecuada para los niños y las niñas (costumbres de ingesta).

Anexo 6.

Sustentación trabajo de grado.

Enlace link-

<https://youtu.be/qAZpmHKXy4o>