



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

MODALIDAD DE ESTUDIOS A DISTANCIA

CARRERA DE PSICOLOGÍA INFANTIL

Y EDUCACIÓN PARVULARIA

TÍTULO:

“NUTRICIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL NIVEL INICIAL DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA “13 DE JULIO”, DE LA CIUDAD DE PACCHA, CANTÓN ATAHUALPA, PROVINCIA DE EL ORO, PERÍODO LECTIVO 2014-2015” LINEAMIENTOS ALTERNATIVOS.

Tesis, previa a la obtención del Grado de Licenciada en Ciencias de la Educación. Mención Psicología Infantil y Educación Parvularia.

AUTORA:

PAOLA KATHERINE AÑAZCO AÑAZCO

DIRECTORA:

MGS. ISABEL MARIA ENRRIQUEZ JAYA

LOJA – ECUADOR

2016

CERTIFICACIÓN

Magíster

Isabel María Enríquez Jaya.

DOCENTE DE LA MODALIDAD A DISTANCIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

C E R T I F I C A:

Haber asesorado, revisado y orientado el desarrollo de la investigación de tesis titulado: **“NUTRICIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL NIVEL INICIAL DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA “13 DE JULIO”, DE LA CIUDAD DE PACCHA, CANTÓN ATAHUALPA, PROVINCIA DE EL ORO, PERIODO LECTIVO 2014-2015” LINEAMIENTOS ALTERNATIVOS**, de autoría de la señora egresada **Paola Katherine Añazco Añazco**.

Por reunir las condiciones establecidas en el Reglamento de Régimen Académico de la Universidad Nacional de Loja, autorizo proseguir con los trámites legales pertinentes para su presentación y defensa.

Loja, enero de 2016



.....
Mgs. Isabel María Enríquez Jaya
DIRECTORA DE TESIS

AUTORÍA

Yo, **Paola Katherine Añezco Añezco**, declaro ser la autora del presente trabajo de tesis y eximo expresamente a la Universidad Nacional De Loja y a sus representantes jurídicos de posibles reclamos o acciones legales, por el contenido de la misma.

Adicionalmente acepto y autorizo a la Universidad Nacional De Loja, la publicación de mi tesis en el repositorio institucional-biblioteca virtual.

Autora: Paola Katherine Añezco Añezco

Firma:


Cédula: 0703753897

Fecha: enero de 2016

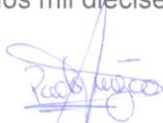
CARTA DE AUTORIZACIÓN DE TESIS POR PARTE DE LA AUTORIA, PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TEXTO COMPLETO.

Yo, **Paola Katherine Añezco Añezco**, declaro ser la autora de la tesis titulada: **“NUTRICIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL NIVEL INICIAL DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA “13 DE JULIO”, DE LA CIUDAD DE PACCHA, CANTÓN ATAHUALPA, PROVINCIA DE EL ORO, PERIODO LECTIVO 2014-2015” LINEAMIENTOS ALTERNATIVOS.** Como requisito para optar el grado de **Licenciada en Ciencias de la Educación. Mención Psicología Infantil y Educación Parvularia**, autorizo al Sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos, muestre al mundo la producción intelectual de la universidad a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el Repositorio Digital Institucional:

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el RDI, en las redes de información del país y del exterior, con las cuales tenga convenio la Universidad. La Universidad Nacional de Loja, no se responsabiliza por el plagio o copia de la tesis que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Loja a los 07 días del mes de enero del dos mil dieciséis, firma la autora.

Firma:



Autora: Paola Katherine Añezco Añezco

Cédula: 0703753897

Dirección: 10 de Agosto (Paccha – El Oro)

Correo electrónico: pao_aries90@hotmail.com

Teléfono: 072958-399

celular: 0985010025

DATOS COMPLEMENTARIOS

DIRECTORA DE TESIS: Mgs. Isabel María Enríquez Jaya.

TRIBUNAL DE GRADO:

Mgs. María del Cisne Suárez Enríquez	(Presidenta)
Ing. Jaime Chillogallo Ordóñez Mg. Sc.	(Vocal)
Dr. Danilo Charchabal Pérez PhD.	(Vocal)

AGRADECIMIENTO

A las autoridades de la Universidad Nacional de Loja, Modalidad de Estudios a Distancia. A los Docentes de la Carrera de Psicología Infantil, por su colaboración y eficiencia durante el proceso de formación profesional.

A la Mg. Isabel María Enríquez Jaya, Directora de Tesis, quien con sus orientaciones hizo posible llevar a cabo el presente trabajo de investigación.

A la Directora, personal docente, padres de familia, niños y niñas del Nivel Inicial de la Escuela “13 de Julio”, de la ciudad de Paccha, por darme la apertura necesaria para la realización del presente trabajo.

Paola Katherine

DEDICATORIA

A Dios por darme la sabiduría y fortaleza, para tratar de ser mejor cada día.

A mis padres, mi hijo y esposo por su amor y apoyo incondicional, los cuales han sido un pilar fundamental para mí, y poder seguir adelante.

La Autora

MATRIZ DE ÁMBITO GEOGRÁFICO

ÁMBITO GEOGRÁFICO DE LA INVESTIGACIÓN												
BIBLIOTECA: ÁREA DE LA EDUCACIÓN, EL ARTE Y LA COMUNICACIÓN												
TIPO DE DOCUMENTO	NOMBRE DEL DE LA TESIS	FUENTE	FECHA - AÑO	ÁMBITO GEOGRÁFICO						OTRAS DESAGREGACIONES	OTRAS OBSERVACIONES	
				NACIONAL	REGIONAL	PROVINCIAL	CANTÓN	PARROQUIA	BARRIO COMUNIDAD			
TESIS	“NUTRICIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL NIVEL INICIAL DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA “13 DE JULIO”, DE LA CIUDAD DE PACCHA, CANTÓN ATAHUALPA, PROVINCIA DE EL ORO, PERIODO LECTIVO 2014-2015” LINEAMIENTOS ALTERNATIVOS	UNL	2015	ECUADOR	ZONAL 7	EL ORO	ATAHUALPA	PACCHA	CENTRAL	CD	Licenciada en Ciencias de la Educación, mención Psicología Infantil y Educación Parvularia	

MAPA GEOGRÁFICO

UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL CANTÓN ATAHUALPA



FUENTE: GOOGLE MAPS

Responsable: Paola Katherine Añazco Añazco

ESQUEMA

- PORTADA.
- CERTIFICADO.
- AUTORÍA.
- CARTA DE AUTORIZACIÓN.
- AGRADECIMIENTO.
- DEDICATORIA.
- ESQUEMA DE CONTENIDOS.
 - a. Título.
 - b. Resumen (summary).
 - c. Introducción.
 - d. Revisión de literatura.
 - e. Materiales y métodos.
 - f. Resultados.
 - g. Discusión.
 - h. Conclusiones.
 - i. Recomendaciones.
 - Lineamientos Alternativos.
 - j. Bibliografía.
 - k. Anexos.
 - Proyecto de Tesis.
 - Índice.

a. TÍTULO

**“NUTRICIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE
LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL NIVEL INICIAL DE LA ESCUELA FISCAL
MIXTA “13 DE JULIO”, DE LA CIUDAD DE PACCHA, CANTÓN
ATAHUALPA, PROVINCIA DE EL ORO, PERIODO LECTIVO 2014-2015”
LINEAMIENTOS ALTERNATIVOS.**

b. RESUMEN

El presente trabajo de investigación titulado: **NUTRICIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL NIVEL INICIAL DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA “13 DE JULIO”, DE LA CIUDAD DE PACCHA, CANTÓN ATAHUALPA, PROVINCIA DE EL ORO, PERIODO LECTIVO 2014-2015” LINEAMIENTOS ALTERNATIVOS.**

El problema central de esta investigación es: La falta de una nutrición adecuada en los niños y niñas de la escuela investigada, hace que nos formulemos la siguiente interrogante. ¿De qué manera incide la nutrición en el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas de la escuela Fiscal Mixta “13 de Julio”?

El objetivo general de este trabajo de investigación es determinar la Nutrición y su incidencia en el Desarrollo Psicomotriz de los niños y niñas del Nivel Inicial de la Escuela Fiscal Mixta “13 de Julio”, de la ciudad de Paccha, cantón Atahualpa, provincia de El Oro, periodo lectivo 2014-2015.

Los principales métodos utilizados en esta investigación fueron: científico, inductivo, deductivo y estadístico. De la misma manera se utilizaron las técnicas e instrumentos como la encuesta realizada a los padres de familia del Nivel Inicial de la Escuela “13 de julio”, para establecer el tipo de alimentación diaria que tienen los niños y niñas, así como el Test de Dexterímetro de Gooddard, aplicado a los mismos niños, para valorar el desarrollo psicomotriz. Los mismos que nos ayudaron a obtener datos exactos para poder concluir el siguiente trabajo.

De los resultados obtenidos en el presente trabajo se concluye que el 100% de los padres de familia encuestados, consideran que la nutrición de alimentos en cantidad y calidad de forma adecuada, ayuda a que los niños tengan un buen desarrollo psicomotriz, siendo la base para su desempeño en las diferentes actividades físicas e intelectuales.

De acuerdo a los resultados del Test Dexterímetro de Gooddard, se determinó el nivel de desarrollo psicomotriz en los niños, con los siguientes porcentajes: 9% de niños y niñas obtuvieron un nivel de desarrollo psicomotriz superior; el 11% muy bueno; el 26% bueno; el 17% regular; el 14% deficiente; y el 23% muy deficiente con lo que se puede determinar que existe un nivel muy deficiente de desarrollo psicomotriz, el cual requiere mayor estimulación en esta área.

SUMMARY

This RESEARCH titled: **NUTRITION AND ITS IMPACT ON THE PSYCHOMOTOR DEVELOPMENT OF CHILDREN FROM PRESCHOOL OF “13 DE JULIO” SCHOOL IN THE CITY OF PACCHA, ATHAHUALPA CANTON, EL ORO PROVINCE, DURING THE SCHOOL YEAR 2014-2015. ALTERNATIVE GUIDELINES.**

The main problem of this research is: lack of appropriate nutrition in children from the evaluated school, this leads us to ask the following question. How does nutrition affect the psychomotor development of the children from “13 of July” public school?

The overall objective of this research is to determine Nutrition and Its Impact on the Psychomotor Development of children from preschool of “13 of July” school in the city of Paccha, Atahualpa canton, El Oro province, during the school year 2014 – 2015.

The main methods used in this research are: scientific, inductive, deductive and statistics. Besides, another instruments and techniques were used, such us surveys to the parents, in order to define the type of daily food their children have; and Dexterimetro De Gooddard Test applied to the children FROM PRESCHOOL OF “13 DE JULIO” SCHOOL to value Their PSYCHOMOTOR DEVELOPMENT. Through these resources we gathered accurate information to fulfill our research.

In the results of this study, 100% of parents surveyed believe that nutrition in an adequately quantity and quality helps children to have a good psychomotor development, being the basis for their performance in different physical and intellectual activities.

According to the results of Dexterimetro De Gooddard Test, the level of psychomotor development was assessed in children; with the following percentages 9% of children achieved a higher level of psychomotor development; very good 11%; good 26%; Regular 17%; 14% poor; and 23% very poor, so it is possible to determine that there is a very low level of psychomotor development which requires greater stimulation in this area.

c. INTRODUCCIÓN

La presente investigación posee la particularidad de que su objeto de análisis “Nutrición y su incidencia en el desarrollo Psicomotriz de los niños y niñas del Nivel Inicial de la escuela fiscal mixta “13 de Julio”, de la ciudad de Paccha, cantón Atahualpa, provincia de El Oro, periodo lectivo 2014-2015”, no ha sido abordado anteriormente.

La nutrición es la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo. Una buena nutrición con una dieta suficiente y equilibrada combinada con el ejercicio físico regular es un elemento fundamental de la buena salud de los niños y niñas.

Madrigal (2005) expresa que la nutrición “Es el conjunto de procesos fisiológicos por los cuales el organismo recibe, trasforma y utiliza las sustancias químicas contenidas en los alimentos” (p.33).

El desarrollo psicomotriz por su parte, es la adquisición de habilidades que se observan en el niño de forma continua durante su infancia.

El desarrollo psicomotor es diferente en cada niño, sin embargo se presenta en el mismo orden. La meta del desarrollo psicomotriz es el control y dominio del propio cuerpo hasta ser capaz de sacar todas las posibilidades de acción y expresión que a cada uno le sea posible, para así ir construyendo su propia identidad.

El problema central de esta investigación es: La falta de una nutrición adecuada en los niños y niñas de la escuela investigada, hace que nos formulemos la siguiente interrogante. ¿De qué manera incide la nutrición en el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas de la escuela Fiscal Mixta “13 de Julio”?

Para el presente trabajo de investigación tiene como objetivo general: Determinar la nutrición y su incidencia en el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas del nivel inicial de la escuela fiscal Mixta “13 de Julio”, de la ciudad de Paccha, cantón Atahualpa, Provincia de El Oro. Asimismo se plantearon los siguientes objetivos como: determinar la nutrición y su incidencia en el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas de nivel inicial de la Escuela “13 de Julio”, de la ciudad de Paccha, cantón Atahualpa, provincia de El Oro; así como establecer el tipo de alimentación que tienen los niños y niñas y valorar el Desarrollo Psicomotriz que tienen los niños y niñas del nivel Inicial de la Escuela “13 de Julio” de la ciudad de Paccha, cantón Atahualpa, provincia de El Oro, Periodo Lectivo 2014-2015.

Entre los métodos que se utilizaron para elaborar esta investigación se destacan: científico, inductivo, deductivo y estadístico; de la misma manera se usaron técnicas e instrumentos como la encuesta, dirigida a padres de familia del nivel inicial de la Escuela “13 de Julio,” para establecer el tipo de alimentación diaria que tienen los niños; y, el TEST DE DEXTERIMETRO DE GOODDARD que se aplicó a todos los niños y niñas del nivel inicial para valorar su desarrollo psicomotriz.

Finalmente se hace referencia a los contenidos teóricos correspondientes al primer capítulo: La nutrición: concepto, características, diferencias, tipos, historia, nutrición y salud, pirámide de alimentos, nutrición recomendada para niños de 3 a 4 años. El segundo capítulo se refiere al desarrollo psicomotor: definición, importancia, dimensiones, factores, etapas, áreas evolutivas, evolución, el desarrollo psicomotor y su relación con la nutrición.

d. REVISIÓN DE LITERATURA

CAPITULO I: LA NUTRICIÓN

DEFINICION

La nutrición en pocas palabras, es el estudio de la relación entre los alimentos y la salud. Como la define el Food and Nutrition Council (de la American Medical Association), la nutrición es la “ciencia de los alimentos, los nutrientes y otras sustancias semejantes; su acción, interacción y equilibrio en relación con la salud, la enfermedad y los procesos por los cuales el organismo ingiere, digiere, absorbe, transporta, utiliza y excreta las sustancias alimenticias” (Lagua, R. Claudio, V. 2007. p. 199).

Vega, L. Iñarritu, M. (2010: 3) citan a Bourges, H. (2001: 24), quien indica que el concepto de nutrición va más allá de la química, la fisiología y la biología:

Es el conjunto de procesos biológicos, psicológicos y sociológicos, involucrados en la obtención, asimilación y metabolismo de los nutrimentos por el organismo. La nutrición es fundamentalmente un proceso celular que ocurre en forma continua, y está determinado por la interacción de factores genéticos y ambientales.

Por su parte la enciclopedia futura sostiene que “Mediante la nutrición, los organismos captan materia del mundo exterior para utilizarla en su provecho, ya sea para crecer y desarrollarse o para mantener su estructura y poder seguir realizando el resto de funciones vitales” (Futura, la enciclopedia del conocimiento. 2005. p. 6).

Planteadas estas importantes definiciones podremos manifestar que la nutrición se da de forma involuntaria, inconsciente y no educable, puesto que depende de un conjunto de procesos biológicos, psicológicos y sociológicos que transforman los alimentos para obtener la energía que necesita el organismo para el crecimiento, funcionamiento y mantenimiento de sus funciones vitales.

LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN

Para Saravi, A., Britos, S., Vilella, F., y Senesi, (2010: 5), la alimentación

Consiste en incorporar los nutrientes esenciales en un justo balance, a través de alimentos seguros y de buena calidad; teniendo una alimentación variada en cantidades y proporciones adecuadas se favorecerá el crecimiento, y el organismo tendrá energías para ponerse en movimiento y los nutrientes necesarios para el desarrollo, para el aprendizaje y para defenderse frente a las enfermedades.

Espasa (2003), por su parte señala que:

La alimentación es una de las necesidades más urgentes que toda criatura manifiesta, desde los primerísimos instantes de su vida, es la de encontrar inmediatamente una fuente de sustento adecuada a su naturaleza y constitución. La alimentación es precisa para la vida, y si bien no se vive para comer, sí es en todo caso indispensable comer para vivir (pág. 137).

En la Enciclopedia de la Psicopedagogía (1998: 726), señala que la alimentación es el “intercambio constante con el medio ambiente que todo ser vivo precisa para el mantenimiento de la existencia y del equilibrio vital”.

“La alimentación es algo básico e inherente a la naturaleza humana...”, “...tenemos hambre cuando hace bastante tiempo que no ingerimos ningún alimento y nos sentimos saciados cuando comemos” (Enciclopedia de la Psicología. 2006. p. 60).

En conclusión, podemos decir que la alimentación es el acto de proporcionar al cuerpo alimentos e ingerirlos, siendo un proceso consciente y voluntario, y por lo tanto está en nuestras manos consumir e ingerir alimentos que contribuyan a nuestro desarrollo físico, psicológico e intelectual de forma adecuada y saludable.

CLASIFICACIÓN DE LOS NUTRIENTES QUE SE ENCUENTRAN EN LOS ALIMENTOS:

Como hemos visto los alimentos contienen los nutrientes que el organismo necesita, según López, C. (2005: 3-9) encontramos aporte de energía y nutrientes: proteínas, hidratos de carbono, grasas, vitaminas y minerales.

Energía.- Todos los alimentos, en función de su contenido en nutrientes, aportan calorías, en mayor o menor grado.

Los alimentos al consumirse liberan estas calorías –energía– que nos permiten crecer, trabajar, practicar un deporte, etc.

Los aportes de energía –calorías– deben cubrir los gastos del organismo:

- ✓ Energéticos, ligados al mantenimiento de la temperatura corporal (37 ° C);
- ✓ De crecimiento, muy elevados durante el primer año de vida, y que bajan sensiblemente después para ir aumentando de forma progresiva hasta alcanzar la adolescencia;
- ✓ Ligados a la actividad física, que en este periodo, es elevada (muy especialmente en los escolares que practican deportes). Es

necesario luchar contra la vida sedentaria para mantener un peso adecuado, pues no basta reducir el aporte calórico si la actividad es escasa (López, C. 2005. p. 3).

Comprendemos que todos los alimentos aportan diferentes cantidades de calorías o energía que nos permite desarrollar las diferentes actividades de la cotidianidad, que genera desastre en el organismo, siendo estos de tipo energético, de crecimiento y ligados a la actividad física.

Proteínas.- “Las necesidades de proteínas se expresan en relación con el peso corporal correcto, el que corresponda a la estatura y desarrollo. Son muy altas en los lactantes, disminuyen posteriormente y se elevan de nuevo en la pubertad” (López, C. 2005. p. 4).



Fuente: López, C. (2005). La alimentación de tus niños. p. 4.

Alimentos ricos en proteínas de origen animal, están la leche y derivados, carnes de pollo, cerdo, vacuno, cordero, conejo, etc., carnes transformadas en salchichas, embutidos/charcutería, huevos, pescados, mariscos, entre otros; y, las de alimentos ricos en proteínas de origen

vegetal, se encuentran las legumbres como los garbanzos, alubias, lentejas; frutos secos como las nueces, almendras, avellanas; cereales como el trigo, arroz, maíz; patata, zanahoria, judías verdes, guisantes, pimiento, tomate (López, C. 2005. p. 4).

Se deduce entonces que las proteínas son de dos tipos: de origen animal y vegetal; aportando al desarrollo del ser humano. Importante conocer que al consumir los dos tipos de proteínas con legumbres, arroz y verduras, éstas se complementan y son de gran calidad.

Hidratos de carbono.- López, C. (2005: 5), indica que la presencia de hidratos de carbono en la dieta es esencial para cubrir las necesidades energéticas, por lo que hay que estimular el consumo de los alimentos que los contienen. Hay dos modalidades de hidratos de carbono: los complejos, como los que se encuentran en los cereales; y los simples, como el azúcar.



Fuente: López, C. (2005). La alimentación de tus niños. p. 5.

Alimentos ricos en hidratos de carbono. Son de dos tipos: complejos como el arroz, pan, pastas, papas, legumbres. Y simples como el azúcar, mermelada, miel, frutas, dulces en general; con predominio de los primeros.

La fibra dietética, es una sustancia que se encuentra en los alimentos de origen vegetal. La fibra es necesaria en la alimentación porque constituye una forma de prevenir y combatir el estreñimiento, reduce el colesterol total y mejora el control glucémico de los diabéticos. Se calcula que la dieta debe contener, al menos, unos 25 gramos de fibra diaria.



Fuente: López, C. (2005). La alimentación de tus niños. p. 5.

Alimentos que aportan fibra: cereales integrales, legumbres, verduras, ensaladas, frutas y frutos secos (López, C. 2005. p. 5).

Vemos como la fibra ayuda a la correcta digestión y evita enfermedades relacionadas con la diabetes y cardiovasculares.

Grasas.- La cantidad de grasas consumida en los países del mundo occidental es superior a la aconsejada. Se recomienda disminuir el contenido de este nutriente en la dieta, muy especialmente las grasas de origen animal

(saturadas). Por el contrario, se aconseja el consumo de grasas de origen vegetal (monoinsaturadas) sobre todo el aceite de oliva.



Fuente: López, C. (2005). La alimentación de tus niños. p. 6.

Alimentos ricos en grasa vegetal, se encuentran los aceites (de oliva, girasol), frutos secos: nueces, almendras, avellanas y maní, aguacate. Mientras que los alimentos ricos en grasa animal, está la mantequilla, tocino, panceta, manteca de cerdo (López, C. 2005. p. 6).

Debemos ser conscientes de que el abuso de alimentos ricos en grasa y los fritos como forma habitual en la cocina, incrementa el valor calórico de la dieta y contribuyen a la obesidad, perjudicando la salud de las personas.

Vitaminas.- López, C. (2005: 6), señala que las vitaminas son sustancias nutritivas esenciales para la vida, que se encuentran disueltas en los alimentos, en el agua o grasa de composición. La expresión “5 al día” sintetiza el número de raciones de frutas y verduras que hay que tomar. Las

vitaminas se deben comprar “en el mercado”, al adquirir alimentos que las contengan, y sólo se debe recurrir a la farmacia cuando el médico lo aconseje.



Fuente: López, C. (2005). La alimentación de tus niños. p. 7.

Alimentos ricos en vitamina A y C: verduras: zanahoria, pimiento rojo y verde, tomate, coliflor, col. Frutas: naranja, kiwi, fresa, fresón, albaricoque, melocotón, pera, manzana, melón. Alimentos con vitaminas del complejo B: carnes y pescados variados, huevos y productos lácteos. Merece una especial mención el folato o ácido fólico, que se encuentra en las verduras y frutas.

En conclusión, las vitaminas al ser esenciales para la vida deben ser consumidas diariamente a través de frutas y verduras. El mejor medio para asegurar un aporte adecuado de todas las vitaminas es proporcionar al niño una alimentación variada, rica en frutas y verduras. Debemos recordar que

su consumo coadyuva en la defensa de infecciones que se pueden presentar en los niños y niñas.

Minerales: López, C. (2005: 7), señala que igualmente los minerales son esenciales para la vida. Algunos se requieren en cantidades superiores a 100 miligramos por día (calcio, fósforo, sodio y potasio) y otros se necesitan en cantidades menores (hierro, flúor, yodo, cobre, zinc, selenio, etc.).

La autora nos indica que los minerales son elementos químicos imprescindibles no solo en la dieta de los niños y niñas, sino también en la de cualquier ser humano, puesto que nos ayudan con nuestro funcionamiento metabólico, crecimiento y el correcto funcionamiento del sistema inmunológico que nos protege de enfermedades.

Las necesidades de calcio son altas en este período de la vida, por lo que la alimentación debe ser rica en productos que lo contengan de la forma más asimilable. El calcio es esencial para la formación del esqueleto y, finalizada la adolescencia, hay que mantener buenos niveles de este mineral en la dieta, para reparar las pérdidas que se producen a medida que se alcanza la edad adulta (López, C. 2005. p. 7).



Fuente: López, C. (2005). La alimentación de tus niños. p. 8.

Señala además la autora que los alimentos ricos en calcio, los encontramos en los lácteos como la leche, queso, yogur, batidos, entre otros; sin embargo, también lo hayamos en el pescado, como el boquerón y la, sardina, entre otros (p.8).

Entonces podemos decir que el calcio también es un mineral indispensable, puesto que ayuda en el desarrollo del sistema óseo y de los dientes, razón por la cual su ingesta es más que necesaria en la edad infantil.

El hierro, sus necesidades son muy elevadas durante los períodos de crecimiento rápido, por lo que el aporte de este mineral es esencial en la edad escolar (López, C. 2005. p. 8).



Fuente: López, C. (2005). La alimentación de tus niños. p. 8

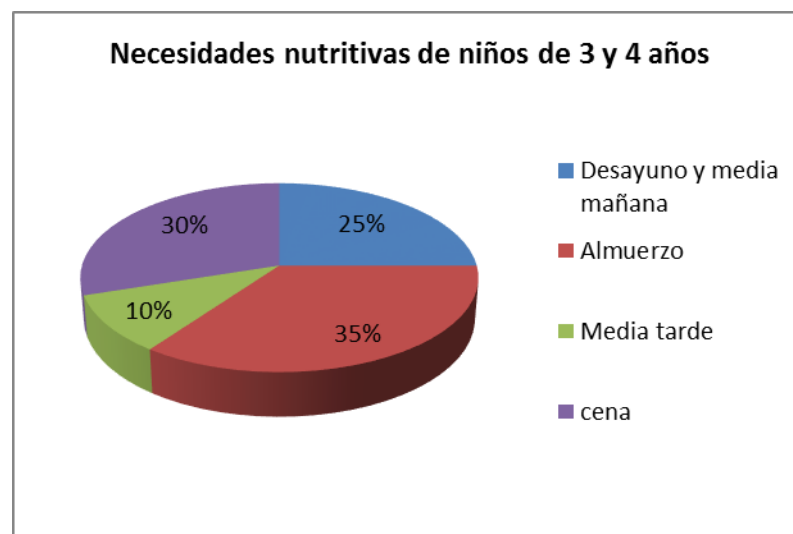
Alimentos ricos en hierro: hígado, riñones, carne de res en general, yema de huevo, moluscos, legumbres, frutos secos, pasas, ciruelas secas, cereales de desayuno.

Al igual que el calcio, el hierro que proviene de alimentos de origen animal se absorbe mejor en el organismo, puesto que su deficiencia produce anemia, enfermedad que provoca en los niños cansancio, falta de atención y claro está se lo expone a las infecciones y enfermedades.

En Definitiva, el agua se encuentra no solo en la naturaleza, sino también en alimentos como las frutas y verduras; carne e inclusive el pan, que ayudan al mantenimiento de nuestro organismo, por eso es recomendable ingerir de 1,5 a 2,5 litros diarios de agua.

NUTRICIÓN RECOMENDADA PARA LOS NIÑOS DE TRES A CUATRO AÑOS

López, C. (2005:10), indica que con carácter orientativo, se propone que las necesidades nutritivas del escolar se distribuyan a lo largo del día en la proporción siguiente:



Fuente: López, C. (2005). La alimentación de tus niños. p. 10.

Dice la autora que el desayuno es la comida más importante y que debe cubrir, al menos, el 25% de las necesidades nutritivas del escolar.

A mitad de la mañana se puede consumir una fruta, un yogur o un bocadillo de pan con queso, se debe evitar ingerir golosinas, colas y alimento chatarra. No se debe sustituir las frutas por este tipo de alimentos.

El almuerzo nos indica la autora, ha de cubrir del 35% de las necesidades nutricionales diarias debiendo ser equilibrada y estar

acompañada de una fruta como postre, solo así, brindará a los niños los nutrientes que necesitan para crecer sanamente.

A media tarde se puede complementar con alimentos de gran valor nutricional como lácteos, frutas naturales, bocadillos diversos... siendo su complemento nutricional del 10%.

La merienda, debe complementar la dieta con valor nutricional del 30%, además nos señala López, C. (2005: 11), que ésta debe ser elegida en función de los alimentos ya tomados en la otras comidas del día y que debe ser consumida en horas no tardías, pudiendo ser puré, sopa o ensaladas, y, como complemento, carnes, huevos y pescados dependiendo de lo que se haya tomado en la comida del mediodía y siempre como postre una fruta y lácteos.

En conclusión podemos manifestar que las tres comidas y los dos refrigerios deben ser de alto valor nutritivo, y el rol de los padres es que este acto sea normal y placentero para los niños.

Por otra parte, el Ministerio de Salud Pública del Ecuador (2011: 51), señala la alimentación del niño o niña a partir de los dos a cinco años de edad:

ALIMENTACIÓN FAMILIAR DEL NIÑOS DE DOS A CINCO AÑOS	
Consistencia	Brindar comidas sólidas y variadas que contengan alimentos que sean consumidos por el resto de la familia.
Alimentos	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Consumir diariamente alimentos ricos en proteínas de alto valor biológico (lácteos, vísceras, huevos, leguminosas y cereales integrales). ✓ Frutas y vegetales. ✓ Alimentos ricos en omega 3 y 6 (aceites vegetales, nueces, semillas y pescado). <p>Evitar el consumo de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Dulces, gaseosas, gelatina y alimentos muy azucarados. ✓ Alimentos procesados, embutidos, snacks, enlatados. ✓ Moderar el consumo de sal. ✓ Evitar alimentos fritos.
Cantidad	✓ Brindar un plato de acuerdo con la edad, actividad física y estado nutricional.
Frecuencia	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dar tres comidas principales y dos refrigerios que incluyan lácteos descremados. ✓ Si al niño o niña no le gusta un alimento, motivarlo a comer o reemplazarlo por otro de igual valor nutritivo.
Vitamina A	✓ Llevar al niño o niña al centro de salud para el control semestral y para que reciba la suplementación de vitamina A, hasta que cumpla treinta y seis meses de vida.

Tomado de: Ministerio de Salud Pública del Ecuador (2011: 51). Referencia: UNICEF, 2008. MSP, 2006.

La UNICEF (2008), señala algunas recomendaciones que se debe tener en cuenta (citado por el Ministerio de Salud Pública del Ecuador. 2011: 45):

- ✓ Sugerir una dieta equilibrada en carbohidratos, grasas, proteínas, vitaminas y minerales.
- ✓ Lavar los alimentos con abundante agua segura: hervida, purificada, filtrada o clorada.

- ✓ Lavar las manos de la niña o niño, padres o cuidadores con agua segura y jabón: antes de preparar y servir la comida, antes de alimentar a la niña o niño, antes y después de ir al baño o del cambio de pañal.
- ✓ Lavar los platos, cubiertos y otros utensilios empleados para cocinar y comer, con agua segura (UNICEF, 2008).

Como se puede observar, las necesidades y los procesos biológicos, psicológicos y sociológicos, de los niños son diferentes, por lo tanto, la alimentación también lo es; sin embargo, es importante siempre incluir en la dieta de nuestros niños alimentos ricos en nutrientes (dieta equilibrada en carbohidratos, grasas, proteínas, vitaminas y minerales) que ayuden al niños a su correcto desarrollo, evitando las comidas nocivas o chatarra y bebidas ricas en azúcar que perjudican la salud de nuestra niñez.

Dice el Ministerio de Salud Pública (2008: 113) que se recomienda 5 comidas al día: desayuno, colación a la media mañana, almuerzo, colación a la media tarde y merienda. Además sostiene que en esta etapa de la vida es importante la adecuada selección de alimentos con un alto valor nutritivo, como: alimentos que le proporcionan proteínas de origen animal: leche, carne huevos, pescados y de origen vegetal (quinua, chocho, fréjol, garbanzo, entre otros.

CAPÍTULO II: DESARROLLO PSICOMOTOR

DEFINICION

Al iniciar este capítulo es necesario hacerlo con algunos conceptos y dediciones que nos brinda la literatura especializada, al respecto:

En el diccionario de la Enciclopedia de la Psicopedagogía (1998), se señala que el desarrollo motor, “es la maduración progresiva de los centros nerviosos que intervienen en la motricidad por los que el niño tiene acceso a la conquista espacial y a unas posibilidades de relación que condicionarán sus futuras actividades sociales y constructivas” (p. 787).

Pérez, R. (2004), define a la psicomotricidad como aquella ciencia que, considerando al individuo, psique-soma, pretende desarrollar al máximo las capacidades individuales, valiéndose de la experimentación y la ejercitación consiente del propio cuerpo, para conseguir un mayor conocimiento de sus habilidades en relación consigo mismo y con el medio en que se desenvuelve (p. 2).

Maganto, C. y Cruz, S. (s/f), citan a Thelen (1989), quien indica que el desarrollo proviene de factores genéticos, considerados con frecuencia los responsables últimos del potencial biológico, así como de factores del medio ambiente, es decir, factores sociales, emocionales y culturales que

interactúan entre sí de forma dinámica y modifican de forma significativa el potencial del crecimiento y desarrollo (3).

De igual forma señalan las autoras que el concepto de desarrollo físico se refiere a los cambios corporales que experimenta el ser humano, especialmente en peso y altura, y en los que están implicados el desarrollo cerebral, como ya se ha indicado, el desarrollo óseo y muscular (Maganto, C. y Cruz, S. s/f. p. 5).

En este contexto indican que el desarrollo motor de los niños depende principalmente de la maduración global física, del desarrollo esquelético y neuromuscular. Los logros motores que los niños van realizando son muy importantes en el desarrollo debido a que las sucesivas habilidades motoras que se van a ir adquiriendo hacen posible un mayor dominio del cuerpo y el entorno (Maganto, C. y Cruz, S. s/f. p. 7).

Podemos concluir diciendo que el desarrollo psicomotor y la psicomotricidad han ido adquiriendo nuevas concepciones con el paso del tiempo, sin embargo, con la posición con la que nos identificamos es aquella que la ve de forma integral, como una totalidad en la que la parte psíquica y motriz están vinculada entre sí en interacción permanente entre el individuo y el entorno en el que se desarrolla.

DESARROLLO PSICOMOTOR

Como se citó anteriormente, Maganto, C. y Cruz, S. (s/f), señalan que el desarrollo motor de los niños se los puede establecer en dos grandes categorías:

- 1) **Motricidad gruesa (locomoción y desarrollo postural).**- El desarrollo motor grueso se refiere al control sobre acciones musculares más globales, como gatear, levantarse y andar.
- 2) **Motricidad fina (prensión).**- Las habilidades motoras finas implican a los músculos más pequeños del cuerpo utilizados para alcanzar, asir, manipular, hacer movimientos de tenazas, aplaudir, virar, abrir, torcer, garabatear. Por lo que las habilidades motoras finas incluyen un mayor grado de coordinación de músculos pequeños y entre ojo y mano. Al ir desarrollando el control de los músculos pequeños, los niños ganan en competencia e independencia porque pueden hacer muchas cosas por sí mismos (p.7).

Como se puede observar las autoras señalan dos tipos de motricidad la gruesa que se refiere a los movimientos de todo el cuerpo; y, la motricidad fina en cambio a la acción de movimientos precisos de las manos, pies y cara.

Por otra parte Papalia, D. Wendkos, S. y Duskin, R. (2009), indican que “los niños de tres y cuatro años logran grandes avances en habilidades motoras gruesas y finas. También comienzan a mostrar una preferencia por utilizar la mano derecha o izquierda”.

Habilidades motoras en la segunda infancia

Tres años de edad	Cuatro años de edad
No puede girar o detenerse de pronto o con rapidez.	Tiene control más eficiente al detenerse, iniciar la marcha y girar.
Puede saltar una distancia de 38 a 61 centímetros.	Puede saltar una distancia de 61 a 84 centímetros.
Puede subir por una escalera alternando los pies, sin ayuda.	Puede descender por una larga escalera alternando los pies, con apoyo.
Puede brincar, utilizando principalmente series irregulares de saltos con adición de ciertas variaciones.	Puede brincar en un pie cuatro a seis pasos

Fuente: Corbin, 1973. Disponible en Psicología del desarrollo. (2009: 282).

En conclusión, las habilidades motoras gruesas involucran a los grandes músculos, mientras que las habilidades motoras finas son las que involucran músculos pequeños y coordinación óculo-manual.

ELEMENTOS DEL DESARROLLO PSICOMOTOR

Pérez, R. e Ideas Propias (2004), señalan algunos elementos de base de la educación psicomotriz, entre ellos:

- ✓ **El esquema corporal: la propia imagen.-** El concepto de integralidad es esencial para el ser humano. El hombre se concibe como un todo, lo que se pone de manifiesto en cualquier actividad que realice, y trasciende la conciencia individual. Es fácil verlo con un ejemplo: para beber un vaso de agua, primero hemos de coger el vaso que acabamos de ver en la alacena (vista, movimiento, equilibrio, fuerza, tonicidad, etc.). Pues bien, el concepto fundamental de tal integralidad es el de "esquema corporal" (p. 15).

Podemos entender que el esquema corporal es de vital importancia, ya que a través de las influencias del entorno y los procesos mentales nos sirve para reconocernos como personas y tener conciencia de nosotros mismos.

- ✓ **La coordinación motriz: control postural, función tónica, coordinación dinámica general y coordinación visomotriz.-** La coordinación motriz conlleva el correcto control tónico de la musculatura implicada en cada movimiento, tanto de la musculatura agonista como de la antagonista, y de la musculatura

fijadora, además de la capacidad de secuenciar todas las contracciones musculares, de forma que el gesto realizado sea lo más eficaz posible. La evolución de la coordinación pasa por la adquisición de patrones sencillos de movimiento, como la marcha o la carrera, que irán automatizándose para formar parte de patrones más complejos que permitan al individuo adaptarse a infinitas situaciones motrices (como las que se presentan durante el desarrollo de los juegos de equipo, la conducción de un vehículo o durante un partido de tenis) de una forma armoniosa a la vez que eficaz (Pérez, R. e Ideas Propias. 2004. p. 18).

- ✓ **El control postural.**- Las posturas que adoptan los niños y la forma en la que realizan los movimientos dependen de su control postural, que a su vez depende de:
 - Las capacidades físicas básicas de cada individuo (fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad).
 - La capacidad neuromuscular de respuesta a los estímulos.
 - El grado de satisfacción obtenido en experiencias similares anteriormente vivenciadas.
 - Su capacidad de expresión verbal y corporal, en definitiva, de las características propias que le identifican (Pérez, R. e Ideas Propias. 2004. p. 19).

En definitiva, cada persona adopta una postura concreta que la diferencia de los demás así, hombros caídos, actitud escoliótica, excesiva tensión en la musculatura maxilar, entre otras.

- **La función tónica.**- Tiene como referentes el grado de tensión muscular y las variaciones que se pueden producir en él y que conllevarán respuestas diferentes según se produzcan acortamientos (aumento de la tensión) o elongamientos (disminución de la tensión) en la longitud del músculo. Todas estas acciones son influenciadas de manera directa por la acción de la musculatura antagonista, es decir, la que se opone al movimiento realizado (Pérez, R. e Ideas Propias. 2004. pp. 19-20).

La función tónica la entendemos la capacidad de controlar la tensión muscular producida en cada acción motora voluntaria del individuo.

- **La coordinación dinámica general.**- Es la referida a la intervención de grandes grupos musculares. Sus conductas de actuación son la marcha, la carrera, el salto, la reptación, etc. (Pérez, R. e Ideas Propias. 2004. p. 20).

En conclusión la coordinación dinámica general se refiere al movimiento de grandes grupos musculares como la actividad física.

- **La coordinación visomotriz (óculo-manual y óculo podal), audiomotriz.-** Conlleva la intervención de un mayor número de músculos más pequeños y, por lo tanto, también de un mayor número de transmisiones nerviosas. Significa pues un mayor grado de precisión en la ejecución y se observa en acciones tales como enhebrar una aguja, rellenar una botella de agua sin que se produzca un derrame, manejar una cámara fotográfica o utilizar la cubertería a la hora de comer (Pérez, R. e Ideas Propias. 2004. p. 20).

Concluimos que la coordinación visomotriz (óculo-manual y óculo podal), audiomotriz, se refiere al manejo muscular de mayor precisión, es decir, está relacionada con las actividades de la motricidad fina.

- ✓ **La lateralidad.-** Es la predominancia de uno de los dos lados, el derecho o el izquierdo, para la ejecución de acciones. Empleamos el término lateralidad para referirnos al predominio o a la dominancia de un hemisferio cerebral sobre otro (Pérez, R. e Ideas Propias. 2004. p. 20).

La lateralidad nos da mejor manejo de una de las extremidades inferiores y superiores, de tal suerte que si se emplea más la mano derecha el hemisferio dominante será el izquierdo y viceversa.

- ✓ **La orientación espacial.-** Pérez, R. e Ideas Propias. (2004: 22).

Señalan que la orientación espacial es el conocimiento de los otros y de los elementos del entorno a través del referente del yo.

Esta orientación hace referencia a la identificación de objetos y de sí mismo que se encuentra en el entorno donde se desarrolla el individuo, no se debe confundirla con el esquema corporal.

DESARROLLO FÍSICO Y SALUD

Niños en edad preescolar (3-4 años)	Habilidades motoras en los niños de edad preescolar.	¿Qué puede hacer usted en casa para ayudarle a su niño en edad preescolar pequeño a desarrollar estas habilidades?
	Los niños en edad preescolar pequeños desarrollan suficiente coordinación de brazos y piernas para poder utilizar un columpio sin necesidad de ser empujados.	Pase mucho tiempo al aire libre con su niño para que tenga la oportunidad de realizar la actividad física necesaria como correr, saltar y brincar.
	Comienzan a probar tijeras infantiles, rompecabezas, bloques y arcilla.	Proporciónese tijeras especiales para niños y papel grueso para que practique cortar. Esto le ayudará a desarrollar los músculos en los dedos que se necesitan para escribir.
	Pueden sostener más fácilmente lápices y pinceles.	Aliente a su niño para que pase tiempo dibujando, pintando y tratando de escribir.
	Son a menudo capaces de usar el baño por sí mismos.	Si su niño utiliza el baño por sí mismo, enséñele cómo limpiarse correctamente y cómo lavarse las manos luego de usarlo.

	Pueden seguir reglas de seguridad si tienen recordatorios.	Asegúrese de repasar las reglas de seguridad con su niño, pero nunca asuma que va a acordarse de todas las reglas sin recordatorios o ayuda.
	Usan movimientos corporales para mostrar lo que sienten al escuchar música.	Póngale diferentes tipos de música y anímelo a que se mueva expresando lo que esta le hace sentir.

Fuente: Subsidio de mejoramiento del estado de Tennessee. Cómo ayudarle a su niño a crecer. Guía para los padres sobre los niños. Desde los tres hasta los cinco años. (s/f). p.10

CONDUCTAS MOTORAS EN NIÑOS DE TRES AÑOS

En el Libro de la Educadora de LEXUS (2002: 61-63), señala que a esta edad el niño regularmente alcanza un “peso de 13,5 Kg., una talla de 91 cm.; y, un perímetro cefálico de 49,4 cm”. Por otra parte, “corre con mucha agilidad, trepa y salta; camina en punta de pies y talones, sube y baja escaleras, alternando”. Además desarrolla las siguientes conductas motoras: Destapa objetos, salta a dos pies juntos hacia adelante, camina en puntas de pies, cuclillas y talones, ayuda a guardar cosas, se para en un sólo pie, momentáneamente, con la otra pierna flexionada, salta de una silla pequeña, come con tenedor, se mantiene de rodillas y se levanta sin caminar, encaja rápidamente tres figuras planas, realiza movimientos rítmicos con palma y pies, consigue el dominio del lápiz o pincel, construye torres de 6, 7, 8, 9 y 10 cubos, entre otras.

CONDUCTAS MOTORAS EN NIÑOS DE CUATRO AÑOS

En el Libro de la Educadora de LEXUS (2002: 71-72), señala que a esta edad el niño regularmente alcanza un “peso de 15,5 Kg., una talla de 100 cm.; y, un perímetro cefálico de 51 cm”. Por otra parte, “presenta mayor equilibrio y coordinación”. Además desarrolla las siguientes conductas motoras: sube y baja escaleras corriendo, pero salta con torpeza dos escalones, tiene mayor fuerza, resistencia y coordinación, utiliza bloques para construir casas, estaciones o granjas, flexiona el tronco en ángulo recto y mantiene esta posición, teniendo ojos abiertos, pies juntos y manos en la espalda, se lava la cara, manos y se cepilla los dientes, se viste y desviste solo, perfecciona la posición erguida, usa el lápiz con presión correcta y manejo torpe, dobla servilletas, pañuelos o hace barcos, por imitación, modela figuras completas sugeridas, colocándolas de pie, ensarta una aguja, selecciona objetos pequeños con movimiento de pinza, realiza "Romberg" simple (se le pide al niño que junte los pies, se ponga firme y extienda los brazos adelante; debe guardar la posición por unos segundos), entre otras.

Como se puede observar el desarrollo psicomotor del niño es holístico, integral, y avanza paulatinamente conforme se desarrolla evolutivamente y de acuerdo a la influencia externa del entorno y de quienes interactúan en él, sean padres, escuela o sociedad.

TRASTORNOS DE LA ACTIVIDAD MOTORA

En el libro de Integración escolar, Narvarte, M. (2003: 18), explica que los trastornos motores que están vinculados a las dificultades de aprendizaje son:

- ✓ Hiperactividad.
- ✓ Hipoactividad.
- ✓ Falta de coordinación visomotora.

HIPERACTIVIDAD: Es una de las más comunes; el niño se presenta como muy inquieto, está siempre en movimiento; es incapaz de estar quieto un breve tiempo sin mover los pies, las manos, levantarse, golpear la regla o el lápiz; está siempre distraído y es muy charlatán; toda esta situación perturba las condiciones y predisposición para el aprendizaje, pero los procesos esenciales para el aprendizaje no presentan dificultad. En la escuela subyace el desaprovechamiento de sus capacidades, la inestabilidad de la conducta y falta de adaptación (Narvarte, M. 2003. p. 18).

En conclusión, la hiperactividad presenta características únicas como: es muy inquieto, pasa en constante movimiento, se levanta constantemente, es distraído, molesta a los compañeritos, es conversón, perturba la clase y claro su aprendizaje siempre se ve alterado.

HIPOACTIVIDAD: “No es tan frecuente en la escuela; el niño es sumamente tranquilo (hasta pasa inadvertido) y cuando realiza alguna actividad, sea recreativa o pedagógica, es lento y sus reacciones ante una respuesta siempre llegan a destiempo” (Narvarte, M. 2003. p. 19).

Se puede entender que este trastorno es contrario a la hiperactividad, por eso es que pasa inadvertido en muchos casos, el niño presenta una actitud de inhibición, lo cual retrasa el aprendizaje y su rendimiento es lento y retrasado, razón por la cual, no siempre es el mejor.

FALTA DE COORDINACIÓN VISOMOTORA: Narvarte, M. (2003: 19), sostiene que esta dificultad se observa desde el primer año del ciclo escolar, ante las alteraciones de espacio, motricidad fina y gruesa, y torpeza motora. Otra conducta muy común en niños con déficit de coordinación es la perseverancia, que consiste en repetir o continuar una conducta a nivel verbal, esto, en la lectura y en la expresión corporal.

Así nos encontramos con niños que les cuesta pasar de un tema a otro, o que preguntan reiteradas veces lo mismo y siempre contestan o hablan de lo mismo; les sucede en la escritura donde cometen errores perseverantes en plano gráfico y a pesar de la corrección vuelven a hacerlo mal, pintan toda hoja sin cesar y del mismo color; dibujan el mismo dibujo siempre, usan la plasticola sin límite, etc.

En conclusión, los niños con falta de coordinación motora, presentan dificultad para las actividades de coordinación, como correr, agarrar objetos, saltar, entre otras actividades; es decir, se presentan alteraciones en el manejo espacio y motricidad, se presenta torpeza motora y su lectoescritura es deficiente.

e. MATERIALES Y MÉTODOS

El diseño del trabajo sobre la nutrición y su incidencia en el desarrollo psicomotriz es de tipo no experimental, ya que se circunscribe en el ámbito socio–educativo, con tendencia descriptiva explicativa, puesto que describe y explica cómo las categorías de investigación interactúan una con otra.

De acuerdo a lo diseñado en el proyecto de tesis, se utilizó los siguientes métodos:

CIENTÍFICO: fue utilizado como eje transversal, puesto que su aplicación orientó la construcción de toda la investigación, tanto la bibliográfica como la de campo y el informe final; además dio paso a la solución del problema central de investigación que fue: ¿De qué manera incide la nutrición en el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas del Nivel Inicial de la Escuela Fiscal Mixta “13 de Julio” de la ciudad de Paccha, cantón Atahualpa, provincia de El Oro, periodo lectivo 2014-2015?

INDUCTIVO-DEDUCTIVO: permitió el planteamiento de objetivos que fueron comprobados en la investigación de campo, lo que permitió afianzar nuevas concepciones sobre la nutrición infantil y el desarrollo psicomotor en los niños de tres y cuatro años, de igual forma en la construcción de la revisión de bibliografía y en el planteamiento de conclusiones y recomendaciones

generales del trabajo investigativo que motivaron la construcción de los lineamientos alternativos.

ANALÍTICO-SINTÉTICO: con la ayuda de este método se facilitó el tratamiento de la problemática planteada; es decir, cómo incide la nutrición en el desarrollo psicomotriz de los niños investigados; así como la descripción del estudio teórico-práctico de los principales aspectos relacionados con las categorías de investigación.

DESCRIPTIVO: Fue de mucha utilidad para evidenciar la problemática planteada y para describir en qué condiciones nutricionales y de desarrollo motor se encuentran los niños y niñas del nivel inicial de la Escuela Fiscal Mixta “13 de Julio” de la ciudad de Paccha, Cantón Atahualpa, provincia de El Oro, período 2014-2015.

ESTADÍSTICO: necesario para la interpretación y análisis de la información recogida a través de la técnica de la encuesta aplicada a padres de familia y el instrumento: Test de Dexterímetro de Gooddard, aplicado a las niñas y niños del centro educativo, de igual forma se lo utilizó para la construcción de cuadros y gráficos estadísticos, así como el análisis e interpretación.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

ENCUESTA: Para la aplicación de la encuesta se aprovechó la convocatoria que la maestra hiciera a los padres de familia de las niñas y niños del nivel

inicial de la Escuela Fiscal Mixta “13 de Julio”, para tratar asuntos relacionados con la marcha académica y administrativa de la institución. A esta sesión únicamente asistieron 16 de los 35 padres de familia, a pesar de ello se envió al resto de padres con los niños pero lastimosamente no regresó la información solicitada. La información recabada sirvió para establecer el tipo de alimentación que tienen los niños y niñas investigados y sí esta incide en el desarrollo psicomotriz.

TEST DE DEXTERÍMETRO DE GOODDARD.- Se aplicó a las 20 niñas y 15 niños del nivel inicial de la Escuela Fiscal Mixta “13 de Julio” de la ciudad de Paccha, con la finalidad de valorar su desarrollo psicomotriz.

POBLACIÓN: La población investigada estuvo constituida por 16 padres de familia, 20 niñas y 15 niños del Nivel Inicial de la Escuela Fiscal Mixta “13 de Julio”, de acuerdo al siguiente detalle:

CUADRO REPRESENTATIVO DE LA POBLACIÓN

ESCUELA FISCAL MIXTA “13 DE JULIO”				
	NIVEL INICIAL		PADRES DE FAMILIA	TOTAL
	Mujer	Hombre		
Población prevista	20	15	35	70
Población real	20	15	16	51

Fuente: registro de la maestra de nivel Inicial de los niños y niñas de la Escuela “13 de Julio”
Investigadora: Paola Katherine Añazco Añazco

f. RESULTADOS

ENCUESTA APLICADA A LOS PADRES DE FAMILIA DEL NIVEL INICIAL DE LA ESCUELA "13 DE JULIO", PARA ESTABLECER EL TIPO DE ALIMENTACION DIARIA.

1. ¿Seleccione el concepto de Nutrición?

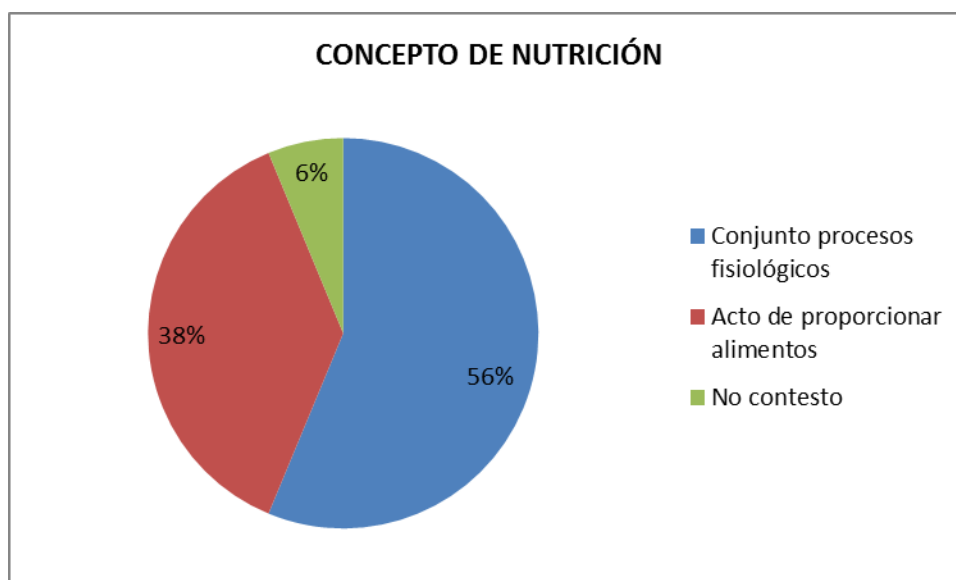
CUADRO N° 1

Variables	f	%
Conjunto procesos fisiológicos	9	56 %
Acto de proporcionar alimentos	6	38 %
No contesto	1	6 %
TOTAL	16	100%

Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".

Responsable: Paola Katherine Añezco Añezco.

GRÁFICO N° 1



Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".

Responsable: Paola Katherine Añezco Añezco

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

De acuerdo con la primera pregunta el 56% de padres de familia encuestados, el 56% manifiestan que la nutrición es conjunto procesos fisiológicos; mientras que el 38% indican que es el acto de proporcionar alimentos; y, un 6% no respondió a la interrogante planteada.

Se establece que la mayoría de padres de familia sí conocen lo que es la nutrición; sin embargo, un porcentaje muy significativo no lo sabe, lo que posiblemente conlleva a que los niños y niñas tengan una alimentación inadecuada.

En conclusión, es importante que los padres de familia se empapen más a fondo de lo que es la nutrición con la finalidad de que brinden a sus hijos e hijas una alimentación rica en nutrientes para el correcto desarrollo de los párvulos.

Razón por la cual se recomienda que los padres de familia se empapen detenidamente de esta temática tan importante para el desarrollo integral de sus hijos e hijas.

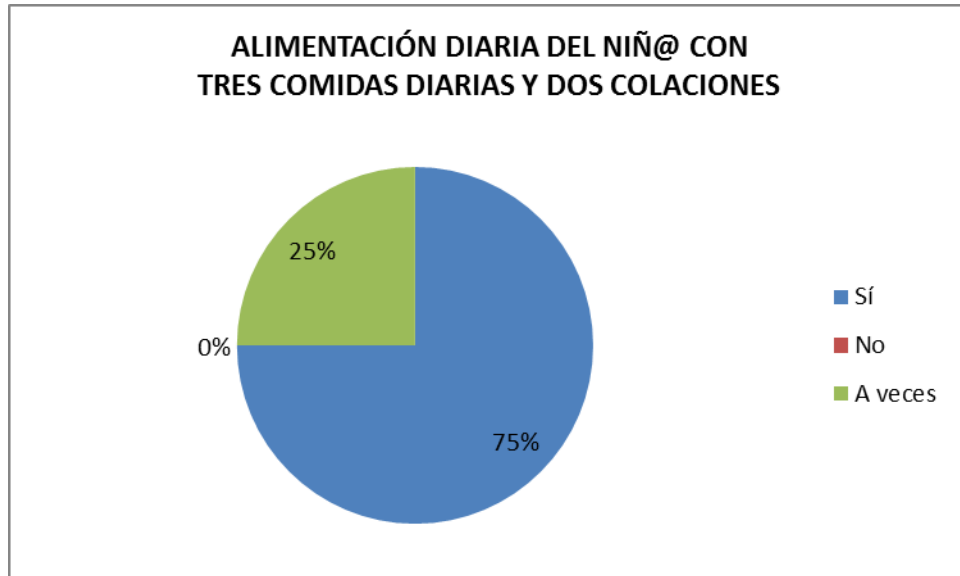
2. ¿Alimenta a su hijo (a) con tres comidas diarias y dos colaciones con alimentos variados y en cantidad suficiente.

CUADRO N° 1

Variables	f	%
Sí	12	75%
No	0	0
A veces	4	4%
TOTAL	16	100%

Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".
Responsable: Paola Katherine Añezco Añezco

GRÁFICO N° 2



Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".
Responsable: Paola Katherine Añazco Añazco

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

En esta interrogante el 75% de padres de familia encuestados señalan que alimentan a sus hijos con tres comidas diarias y dos colaciones con alimentos variados y en cantidad suficiente, el 25% manifiestan que lo hacen a veces. Ningún padre de familia marca la variable No.

Se establece que la mayoría de padres de familia sí brindan a sus hijos e hijas las tres comidas y los dos refrigerios con alimentos variados y en cantidad suficiente; sin embargo, un porcentaje muy importante no lo hace, lo que puede ocasionar que los niños no tengan un adecuado desarrollo. Además las maestras deben inculcar el hábito de consumir alimentos sanos y nutritivos en los niños desde temprana edad.

En conclusión podemos manifestar que las tres comidas y los dos refrigerios deben ser de alto valor nutritivo, con alimentos variados y en cantidad

suficiente, con la finalidad de que párvulos tengan un adecuado desarrollo psicomotriz.

Por tal motivo, se recomienda a los padres de familia hacer los esfuerzos suficientes para que puedan brindar a sus hijos e hijas este tipo de alimentación

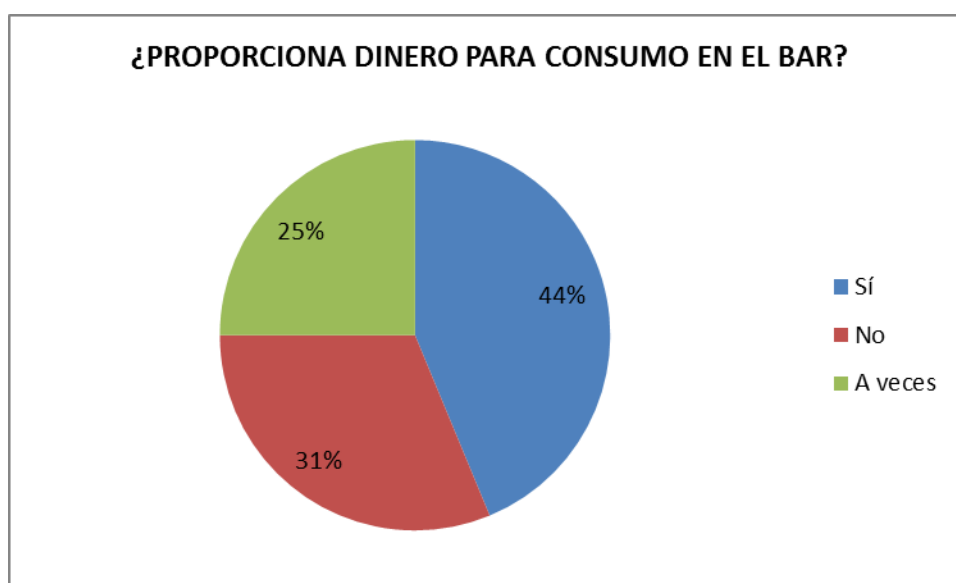
3. ¿Proporciona dinero para que su hijo/a consuma productos en el bar de la escuela?

CUADRO N° 3

Variables	f	%
Sí	7	44%
No	5	31%
A veces	4	25%
TOTAL	16	100%

Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".
Responsable: Paola Katherine Añezco Añezco

GRÁFICO N° 3



Fuente: Encuesta a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".
Responsable: Paola Katherine Añezco Añezco

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

De acuerdo a los criterios vertidos por los padres de familia, el 44% señalan si proporciona dinero a sus hijos para que consuman productos en el bar de la escuela; el 31% responde que no envían dinero a sus hijos y el 25% afirma que lo hacen a veces.

Las respuestas se contradicen con la pregunta 2, puesto que ahí el 75% responde que alimentan a sus hijos con tres comidas y dos colaciones diarias; sin embargo, solo el 31% de padres no envían dinero a sus hijos para que consuman en el bar.

En conclusión, es muy importante recordar a los integrantes de la comunidad educativa: autoridades, docentes y padres de familia que se educa a través del ejemplo y la práctica.

Por tal razón, se recomienda al personal que labora en el bar de la escuela expendan alimentos ricos en nutrientes que el párvulo necesita para su desarrollo integral. De igual forma a las autoridades verifiquen que se venda frutas, cereales, entre otros alimentos ricos en nutrientes.

4. Seleccione los alimentos que consumen en casa, en las siguientes comidas y en las cantidades que se indican:

a.- Carne de res, pescado o pollo una presa como mínimo cuatro veces a la semana.

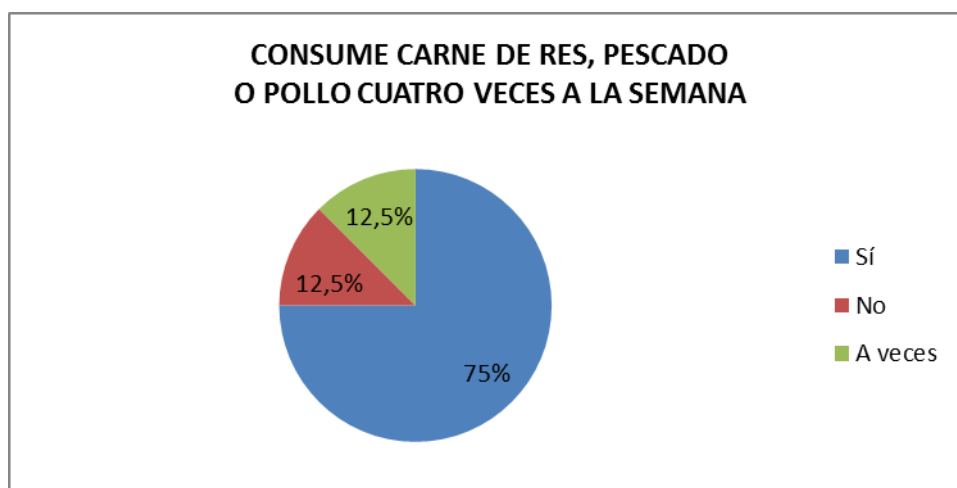
CUADRO N° 4

Variables	f	%
Sí	12	75%
No	2	12,5%
A veces	2	12,5%
TOTAL	16	100%

Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".

Responsable: Paola Katherine Añezco Añezco

GRÁFICO N° 4



Fuente: Encuesta a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".

Responsable: Paola Katherine Añezco Añezco

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

En relación a esta pregunta, el 75% de padres de familia señalan que alimentan a sus hijos e hijas cuatro veces a la semana con carne de res, pescado y pollo; el 12,5% indican que no lo hacen; y, el 12,5% sostienen que los hacen a veces.

En esta etapa de la vida es importante la adecuada selección de alimentos con un alto valor nutritivo, alimentos que les proporcionen a los niños y niñas proteínas que se encuentran en la carne de pollo o pescado.

En conclusión, se debe alimentar a los niños con proteínas de origen animal y vegetal, puesto que estos alimentos ayudan al crecimiento y desarrollo del párvulo.

Se recomienda a los padres de familia estimular el apetito de los niños y niñas sirviendo alimentos diferentes y variados para lograr una adecuada nutrición y desarrollo motriz, puesto que se puede sustituir la carne por un huevo o una taza de leguminosas (granos) como fréjol, arveja, lenteja, soya, habas, combinándolas con un cereal como el arroz.

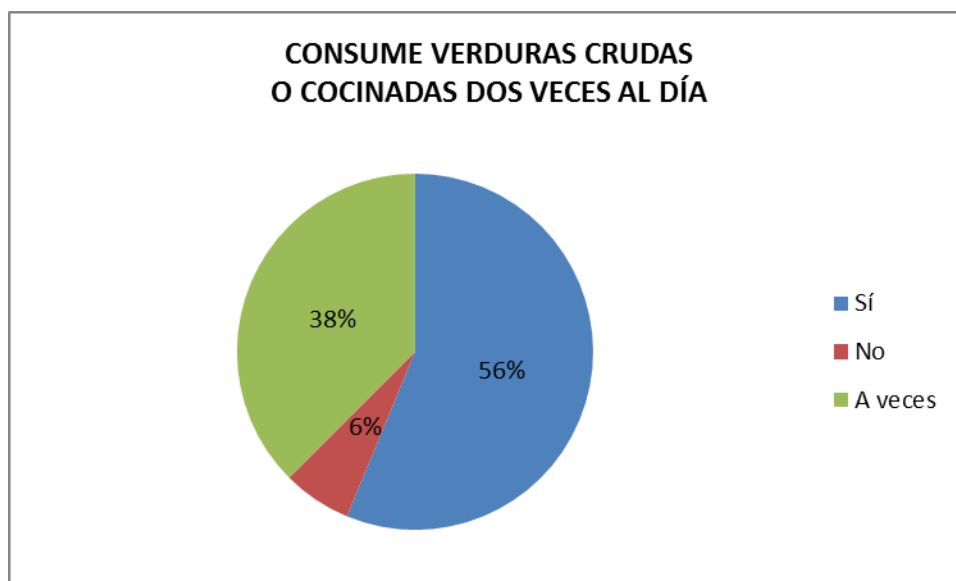
b.- Verduras crudas o cocinadas (acelga, rábano, brócoli, lechuga, tomate, zanahoria: medio plato dos veces al día).

CUADRO N° 5

Variables	f	%
Sí	9	56%
No	1	6%
A veces	6	38%
TOTAL	16	100%

Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".
Responsable: Paola Katherine Añezco Añezco

GRÁFICO N° 5



Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".
Responsable: Paola Katherine Añezco Añezco

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

Respecto de la alimentación con verduras crudas o cocinadas dos veces al día, el 56% de padres de familia señalan que si los alimentan de esta manera, el 6%, indica que no; y, el 38% los hace a veces.

Es importante recordar que los niños y niñas se les debe brindar una adecuada selección de alimentos con un alto valor nutritivo, verduras, crudas o cocinadas, ya que son alimentos que le proporcionan energía.

En conclusión, se debe propender a la alimentación de nutrientes que proporcionen energía y vitalidad al párvulo, coadyuvando así a su desarrollo integral.

A los padres de familia se les recomienda dar una alimentación sana evitando alimentos que no contribuyen con el desarrollo de sus hijos, además porque las verduras resulta fácil encontrarlas y su precio es muy módico.

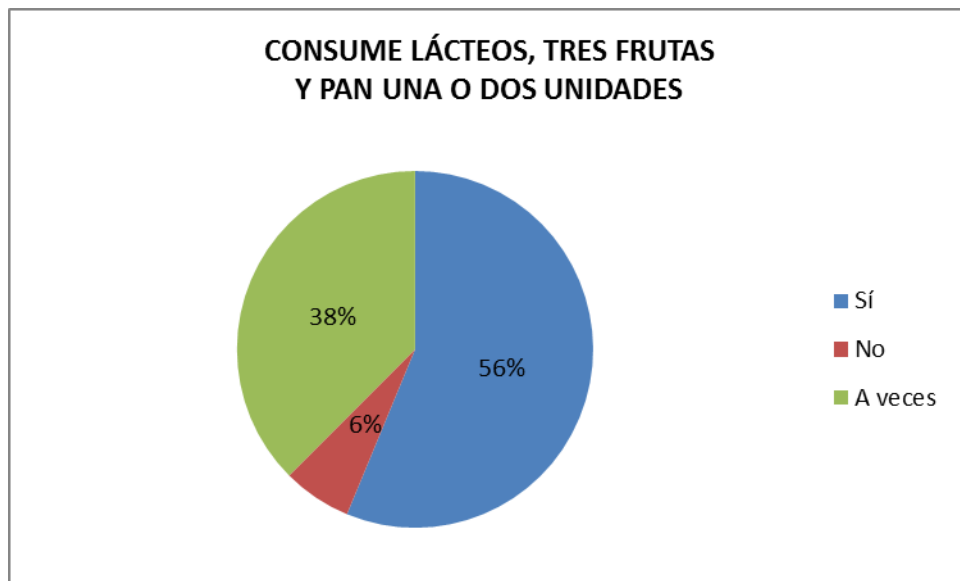
c.- Leche o yogur tres tazas, un pedazo de queso, tres frutas, pan una o dos unidades.

CUADRO N° 6

Variables	f	%
Sí	9	56%
No	1	6%
A veces	6	38%
TOTAL	16	100%

Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".
Responsable: Paola Katherine Añezco Añezco

GRÁFICO N° 6



Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela “13 de Julio”.
Responsable: Paola Katherine Añezco Añezco

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

En relación con esta interrogante, el 56% de padres de familia señalan que si los alimentan con leche, queso, tres frutas y uno o dos panes al día, el 6%, indica que no; y, el 38% los hace a veces.

Si queremos que nuestra niñez crezca sana y saludable, se debe dar a consumir alimentos con proteínas: leche, yogurt, queso; que les proporcionan energía: cereales, vitaminas y minerales como las frutas.

En conclusión, la alimentación es un factor fundamental que permite a las niñas y niños crecer y desarrollarse saludablemente, por eso es necesario educar a nivel familiar para incentivar el consumo de alimentos de alto valor nutritivo.

A los padres de familia se les recomienda indagar sobre los alimentos que tienen proteínas, energía, vitaminas y minerales para que su hijo se desarrolle saludable e integralmente.

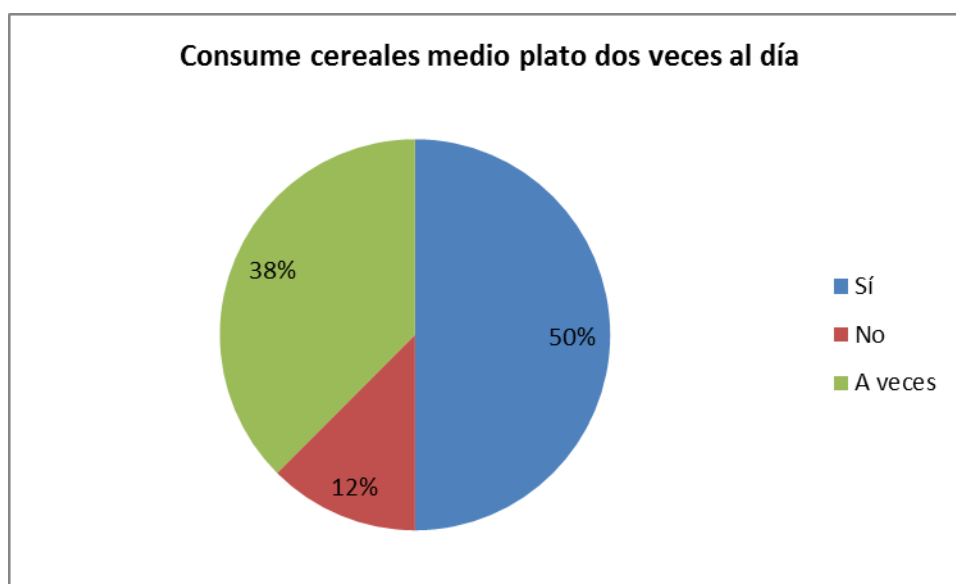
d.- Cereales como avena, quinua, arroz, fideos, papas: medio plato dos veces al día.

CUADRO N° 7

Variables	f	%
Sí	8	50%
No	2	12%
A veces	6	38%
TOTAL	16	100%

Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".
Responsable: Paola Katherine Añazco Añazco

GRÁFICO N° 7



Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".
Responsable: Paola Katherine Añazco Añazco

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

El 50% de padre de familia indican que sus hijos si consumen cereales medio palto dos veces al día; el 12% manifiesta que no; y el 38% señala que a veces.

Los cereales como avena, quinua, arroz, fideos, papas, entre otros, son fuente de carbohidratos que se transforman en energía y son necesarios para el fortalecimiento de los niños, sino se brinda esta alimentación se corre el riesgo de que aparezcan enfermedades.

En conclusión, se debe dar alimentos ricos en energía que proporcionan la principal fuente de energía en nuestro organismo y que en los niños el desgaste es mayor.

A los padres de familia recomendarles este tipo de alimentación para sus hijos e hijas, puesto que para el cumplimiento de sus actividades escolares necesitan ir con un desayuno que le proporcione la energía necesaria para afrontar el proceso educativo, además de que ayudan a incrementar la memoria e inteligencia.

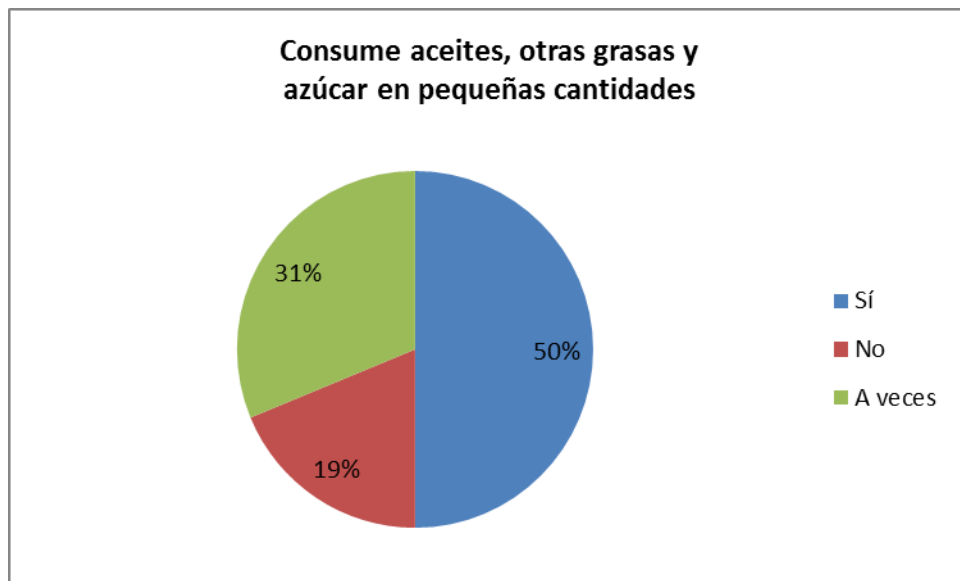
e.- Aceites, otras grasas y azúcar en pequeñas cantidades.

CUADRO N° 8

Variables	f	%
Sí	8	50%
No	3	19%
A veces	5	31%
TOTAL	16	100%

Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".
Responsable: Paola Katherine Añazco Añazco

GRÁFICO N° 8



Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela “13 de Julio”.
Responsable: Paola Katherine Añezco Añezco

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

En relación a esta pregunta el 50% de los padres de familia responde que sus hijos si consumen aceites, otras grasas y azúcar en pequeñas cantidades; el 19% consumen a veces; y, el 19% no consume este tipo de alimentos.

En esta época de la información y la comunicación la alimentación está influenciada por la publicidad a través de los medios de comunicación que favorecen la ingesta de comida rápida y variedad de dulces que contienen gran cantidad de azúcar, colorantes y grasas saturadas.

Concluimos que este tipo de alimentación no permite un adecuado desarrollo del párvulo. En caso de dar este tipo de alimentación se debe brindar en cantidades pequeñas, ya que pueden provocar alergias, malnutrición y caries dental en nuestros pequeños.

Por esta razón recomendamos a los padres, autoridades y maestros supervisar en casa y el centro escolar la ingesta de este tipo de alimentos que en grandes cantidades perjudicará la salud de las niñas y niños.

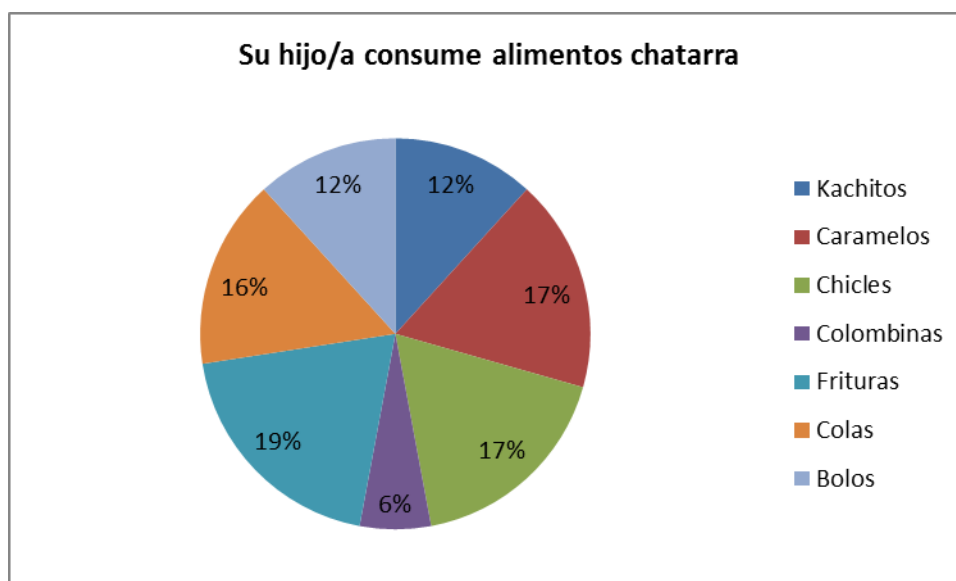
5. Seleccione los alimentos chatarra que consume su hijo/a

CUADRO N° 9

Variables	f	%
Kachitos	6	12%
Caramelos	9	17%
Chicles	9	17%
Colombinas	3	6%
Frituras	10	20
Colas	8	16
Bolos	6	12
TOTAL	51	100%

Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".
Responsable: Paola Katherine Añezco Añezco

GRÁFICO N° 9



Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".
Responsable: Paola Katherine Añezco Añezco

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

El 12% de niños consumen kachitos; el 17% caramelos; el 17% chicles; el 6% colombinas; el 19% frituras; el 16 % ingiere cola; y, el 12 % bolos. Estos criterios son brindados por los padres de familia.

Los resultados de esta pregunta se contraponen con lo que plantean los padres de familia en la pregunta 2, puesto que allí nos indican que dan tres comidas y dos colaciones. Si bien en la pregunta 3 los padres indican en un 75% que no dan dinero a sus hijos e hijas.

En conclusión los niños y niñas investigados si consumen alimentos que perjudican su salud, ya que contienen gran cantidad de azúcar, grasas saturadas, colorantes, entre otras.

Los porcentajes del consumo de este tipo de alimentos son elevados, razón por la cual recomendamos a los padres de familia empaparse de los daños que ocasiona a la salud de sus hijos este tipo de alimentación, inconscientemente estamos perjudicando la salud de nuestros niños y niñas, lo que puede provocar enfermedades, alergias, caries y mal nutrición.

6. Considera que la Nutrición incide en el Desarrollo Psicomotriz de las Niñas y Niños del centro educativo “13 de julio” nivel inicial.

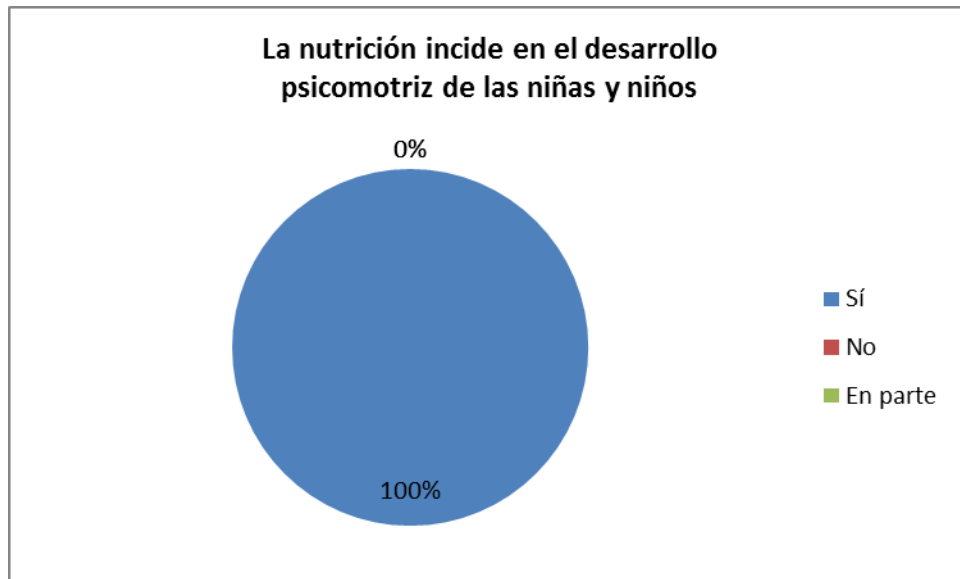
CUADRO N° 10

Variables	f	%
Sí	16	100%
No	0	0
En parte	0	0
TOTAL	16	100%

Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela “13 de Julio”.

Responsable: Paola Katherine Añezco Añezco

GRÁFICO N° 10



Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".
Responsable: Paola Katherine Añazco Añazco

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

El 100% de padres de familia considera que la nutrición incide en el desarrollo psicomotriz de las niñas y niños de Nivel Inicial de la Escuela de Educación Básica "13 de Julio".

Debemos recordar que la alimentación es un factor fundamental que permite a los niños y niñas desarrollarse saludablemente. Esto permitirá entonces que el desarrollo psicomotriz también se desarrolle adecuadamente.

En conclusión a los niños y niñas se los debe alimentar nutritivamente, con cereales, legumbres, frutas, hortalizas, lácteos, carne de pollo y pescado, para que su desarrollo psicomotriz sea el más idóneo.

Se recomienda educar a los padres de familia y maestros en estos dos aspectos: nutrición y desarrollo psicomotriz, incentivando el consumo de alimentos de alto valor nutritivo.

RESULTADOS DEL TEST DE DEXTERÍMETRO DE GOODDARD

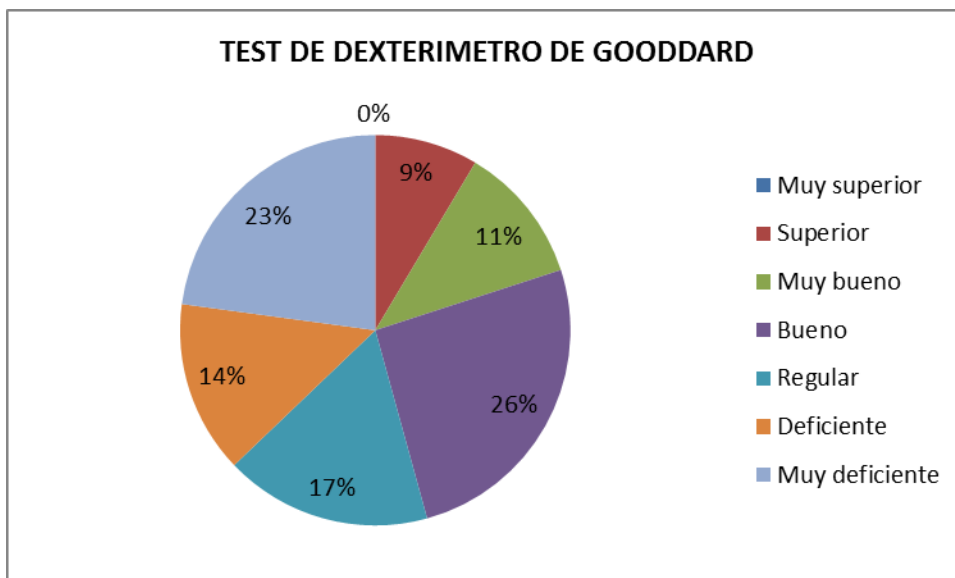
CUADRO N° 11

Variables	f	%
Muy superior	0	0%
Superior	3	9%
Muy bueno	4	11%
Bueno	9	26%
Regular	6	17%
Deficiente	5	14%
Muy deficiente	8	23%
TOTAL	35	100%

Fuente: Test Dexterímetro de Gooddard aplicado a niñas y niños del nivel Inicial.

Responsable: Paola Katherine Añezco Añezco

GRÁFICO N° 11



Fuente: Encuesta aplicada a padres de familia del nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio".

Responsable: Paola Katherine Añezco Añezco

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:

La totalidad de los niños de nivel inicial evaluados con el Test Dexterímetro De Gooddard, determinó el nivel de desarrollo psicomotriz que tienen los niños, el 9% es superior; el 11% muy bueno; el 26% bueno; el 17% regular; el 14% deficiente, y el 23% muy deficiente. Esto nos indica que sumando los porcentajes de la escala de bueno, regular, deficiente y muy deficiente nos da mayor porcentaje de la población de los niños encuestados.

Para Pérez, R. (2004: 2), la psicomotricidad es aquella ciencia que, considerando al individuo, psique-soma, pretende desarrollar al máximo las capacidades individuales, valiéndose de la experimentación y la ejercitación consiente del propio cuerpo, para conseguir un mayor conocimiento de sus habilidades en relación consigo mismo y con el medio en que se desenvuelve.

Por otra parte, Thelen (1989: 3), indica que el desarrollo proviene de factores genéticos, considerados con frecuencia los responsables últimos del potencial biológico, así como de factores del medio ambiente, es decir, factores sociales, emocionales y culturales que interactúan entre sí de forma dinámica y modifican de forma significativa el potencial del crecimiento y desarrollo (p. 3)..

Compartimos las definiciones brindadas por las autoras, ya que el desarrollo psicomotor y la psicomotricidad han ido adquiriendo nuevas concepciones con el paso del tiempo, sin embargo, con la posición con la que nos identificamos es aquella que la ve de forma integral, como una totalidad en la que la parte psíquica y motriz están vinculada entre sí en interacción permanente entre el individuo y el entorno en el que se desarrolla.

En conclusión podríamos manifestar que tanto la nutrición como el desarrollo psicomotriz, tienen una relación muy fuerte, ya que si bien es cierto que no

vivimos para comer, pero si es indispensable el comer para vivir, pero de una forma nutritiva y saludable, que permita en nuestros el correcto desarrollo psicomotriz, tanto de la motricidad gruesa como de la motricidad fina.

Por tal razón es recomendable educar principalmente a los padres de familia en estas dos importantes áreas que estrechamente unidas: nutrición y desarrollo psicomotriz.

g. DISCUSIÓN

El trabajo de fin de titulación permitió determinar la incidencia de la nutrición en el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas de Nivel Inicial de la Escuela de Educación Básica “13 de Julio” de la ciudad de Paccha, cantón Atahualpa, Provincia de El Oro.

Para lograr este cometido se aplicó una encuesta a los padres de familia y el Test: de Dexterímetro de Gooddard.

Para la verificación del objetivo específico No. 1: establecer el tipo de alimentación que tienen los niños y niñas del nivel inicial de la Escuela “13 de Julio” de la ciudad de Paccha, cantón Atahualpa, provincia de El Oro, periodo lectivo 2014-2015.

Los resultados muestran que un porcentaje mayoritario saben lo que es la nutrición, sin embargo, no todos alimentan (con comidas ricas en proteínas, cereales, lácteos, frutas, legumbres y hortalizas) a sus hijos con tres comidas diarias y dos colaciones. Otro grupo de padres brindan a sus hijos alimentos chatarra y bebidas altas en azúcar, que perjudican la salud de los niños y niñas y no permite tener un desarrollo saludable, sin infecciones y enfermedades.

Respecto del objetivo específico No. 2: valorar el desarrollo psicomotriz que tienen los niños y niñas del nivel inicial de la escuela “13 de Julio” de la

ciudad de Paccha, cantón Atahualpa, provincia de El Oro, periodo lectivo 2014-2015.

Este trabajo tuvo como finalidad, investigar el tipo de alimentación diaria que tienen los niños y niñas del nivel inicial, ya que una buena nutrición en los niños permite un mejor desempeño y capacidad de aprendizaje, así como un óptimo desarrollo intelectual, razón por la cual deben tener una alimentación variada, que sea nutritiva y balanceada de acuerdo a su edad, para que así puedan crecer sanos y fuertes.

Es importante recordar que son los padres de familia los responsables de una adecuada alimentación en los niños y niñas, con la finalidad de que su desarrollo psicomotriz sea adecuado y alcance los niveles muy superiores del Test aplicado.

Como tercer objetivo específico y sobre la base de los resultados obtenidos, se construyó lineamientos alternativos que consisten en una guía de alimentación para los niños y niñas del Nivel Inicial de la Escuela "13 de Julio", que les permita tener una adecuada nutrición.

h. CONCLUSIONES

Luego de haber culminado la investigación, se arribó a las siguientes conclusiones:

- ✓ Se pudo establecer que no todos los niños son alimentados con tres comidas y dos refrigerios, y en sus alimentos son pobres en proteínas, vitaminas, minerales, lo que sí consumen alimentos comida rápida, variedad de dulces, bebidas ricas en azúcar.
- ✓ Los padres de familia y encargados de la educación de los niños deben capacitarse con la finalidad de brindarles comida saludable y nutritiva que les permita desarrollarse integralmente.
- ✓ los niños y niñas no alcanzan el nivel muy superior en desarrollo motriz y la mayoría se encuentra en los rangos de bueno hasta muy deficiente, por lo que requieren una mayor estimulación para su desarrollo psicomotriz.
- ✓ Se determina que la nutrición incide muy significativamente en el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas de Nivel Inicial de la Escuela de Educación Básica “13 de Julio” de la ciudad de Paccha, cantón Atahualpa, Provincia de El Oro.
- ✓ Como premisa central de la investigación se verificó cada uno de los objetivos, tanto general como específicos y de los resultados obtenidos se construyó lineamientos alternativos que coadyuvarán para que los niños y niñas tengan una sana y nutritiva alimentación; éstos serán entregados al señor Director de la Escuela de Educación Básica “13 de Julio”, para su socialización y aplicación.

i. RECOMENDACIONES

De concordancia con las conclusiones expresadas, se plantean las siguientes recomendaciones:

- ✓ A la comunidad educativa: autoridades, personal docente y padres de familia, velar por que la ingesta de alimentos de los niños y niñas de la Escuela Fiscal Mixta “13 de Julio”, sea rica en nutrientes, minerales, proteínas y vitaminas, para que su desarrollo sea el más adecuado.
- ✓ A los padres de familia y responsables de la educación de las niñas y niños, promover la formación de hábitos alimentarios saludables en el hogar y la escuela, para que sean aplicados a lo largo de la vida, ya que en esta edad se debe inculcar el rechazo de alimentos de bajo valor nutritivo como las golosinas, jugos artificiales, colas, entre otros.
- ✓ A los padres de familia hacer lo posible por brindar cinco comidas al día: desayuno, colación a la media mañana, almuerzo, colación a la media tarde y merienda. Además, el desayuno es una comida importante que le proporciona al niño la energía necesaria para el cumplimiento de sus actividades escolares; por lo tanto, no debe faltar antes de ir a la escuela.
- ✓ A los padres de familia y maestros motivar a que los niños y niñas mantengan una actividad física permanente, para que exista un buen intercambio de energía entre lo que se consume y lo que gasta, ayudándole de esta manera a su crecimiento y a un mejor desarrollo psicomotriz.

- ✓ Aplicar los lineamientos alternativos propuestos, con la finalidad de educar a nivel familiar y escolar para incentivar el consumo de alimentos de alto valor nutritivo, solo así se evitará problemas de malnutrición, como el déficit y exceso de peso, alergias, caries dental y enfermedades.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
MODALIDAD DE ESTUDIOS A DISTANCIA
CARRERA DE PSICOLOGÍA INFANTIL
Y EDUCACIÓN PARVULRIA

LINEAMIENTOS ALTERNATIVOS

TEMA

GUÍA DE ALIMENTACIÓN PARA UNA ADECUADA
NUTRICIÓN DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL NIVEL INICIAL

AUTORA:

PAOLA KATHERINE AÑAZCO AÑAZCO

DIRECTORA:

MG. Sc. ISABEL MARÍA ENRRIQUEZ JAYA

LOJA – ECUADOR

2015

a. TEMA.

GUÍA DE ALIMENTACIÓN PARA UNA ADECUADA NUTRICIÓN DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL NIVEL INICIAL.

b. INTRODUCCIÓN.

La génesis de los Lineamientos Alternativos propuestos nacen del trabajo sobre la nutrición y su incidencia en el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas del nivel inicial de la Escuela Fiscal Mixta “13 de julio”, de la ciudad de Paccha, cantón Atahualpa, provincia de El Oro, período lectivo 2014-2015, trajo consigo resultados los siguientes resultados: un grupo importante de padres brindan a sus hijos alimentos chatarra y bebidas altas en azúcar, que perjudican la salud de los niños y niñas y no permite tener un desarrollo saludable, sin infecciones y enfermedades. Por otra parte, el nivel más alto de desarrollo psicomotriz que tienen los niños está en los rango de bueno a muy deficiente. Lo que permitió determinar que realmente la nutrición si incide significativamente en el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas investigados.

Como ente universitario y comprometida con la sociedad de la cual provengo, es que se presenta esta propuesta alimenticia que coadyuvará para la educación a nivel familiar y escolar para incentivar el consumo de

alimentos de alto valor nutritivo; y, que consiste en una Guía de alimentación para una adecuada nutrición de los niños y niñas del nivel inicial.

c. FUNDAMENTACIÓN.

Los lineamientos alternativos propuestos a través de la Guía de alimentación para una adecuada nutrición de los niños y niñas del nivel inicial, tiene como finalidad corregir los malos hábitos alimenticios que presentan debido principalmente a una dieta inadecuada y el consumo de alimentos que perjudican su desarrollo y salud.

Es importante recordar que existen muchas formas de alimentarse, pero solo una forma de nutrirse, por esta razón son importantes los alimentos que consumimos, puesto que contienen las diferentes sustancias que el organismo necesita para crecer y desarrollarse saludablemente.

Esta Guía alimenticia propuesta es un elemento importante de ayuda a los padres de familia, dada el valor que una alimentación sana tiene durante la infancia y disponiendo de recomendaciones viables sobre nutrición que les ayudará a elaborar una alimentación variada, equilibrada y a su gusto, haciendo de la comida no sólo una necesidad sino un placer, aportando de esta manera salud para muchos años y evitando una serie de enfermedades que se presentan en la edad adulta.

d. OBJETIVOS.

GENERAL:

Educar a nivel familiar y escolar para incentivar el consumo de alimentos de alto valor nutritivo.

ESPECÍFICOS:

- a. Promover la formación de hábitos alimentarios saludables en el hogar y en la escuela, para que sean aplicados a lo largo de su vida.
- b. Brindar un ambiente sano, tranquilo, adecuado, agradable, cómodo y el tiempo suficiente para la ingesta de alimentos.
- c. Motivar a que el niño y niña mantenga una actividad física permanente para que exista un buen intercambio de energía entre lo que se consume y lo que gasta ayudándole de esta manera a su crecimiento y desarrollo psicomotriz adecuado.

e. DESARROLLO

La propuesta de aplicación de la Guía de alimentación para una adecuada nutrición de los niños y niñas del nivel inicial; y, en un proceso de vinculación con la colectividad –cumpliendo así con uno de los postulados de la universidad ecuatoriana y particularmente de la Universidad Nacional de Loja-, se realizará la entrega del material tanto en físico como en digital a las

autoridades de la Escuela “13 de Julio”, en quienes se deposita la responsabilidad de su aplicación con los padres de familia de los niños y niñas del Nivel Inicial.

La matriz de la Guía de alimentación para una adecuada nutrición de los niños y niñas del Nivel Inicial, consta en la sección Anexos.

f. BENEFICIARIOS

El impacto social que tendrá la propuesta alimenticia, tiene dos sectores muy bien identificados: la familia y la escuela. Por una parte los padres de familia identificarán los alimentos que les proporcionan proteínas, energía, vitaminas y minerales, necesarios para el desarrollo y crecimiento; así como aquellos que provocan alergias, caries dental, malnutrición (déficit y exceso); y, enfermedades en general. Por otro lado, las maestras encargadas de la educación de los niños y niñas en este nivel, coadyuvarán con este proceso y verificarán que los alimentos que ingieren los infantes sean los adecuados.

En conclusión, los beneficiarios directos son los niños y niñas, pues en esta etapa, los niños se encuentran en un período de rápido crecimiento. Por tanto, necesitan consumir alimentos con alta concentración de nutrientes, lo cual se logra con la combinación cinco comidas al día: desayuno, refrigerio a media mañana, almuerzo, refrigerio a media tarde y cena.

g. CRONOGRAMA

De acuerdo con lo previsto serán las autoridades de la escuela “13 de Julio”, quienes decidan las fechas tentativas de su aplicación; sin embargo, por los pronósticos climatológicos por la llegada de la corriente de El Niño, el Ministerio de Educación dispuso ajustes en el cronograma escolar del régimen costa y el año lectivo culminará el 30 de enero. Por esta razón se recomienda hacer su socialización a inicios del siguiente año lectivo, en el mes de abril de 2016, para que los padres de familia brinden a sus hijos una alimentación saludable y rica en nutrientes.

MES	FECHA				OBSERVACIONES
Enero	30 de enero de 2016				Culminación del año lectivo 2015 – 2016.
Abril	SEMANAS				Socialización de la Guía de alimentación con padres de familia y docentes de niños y niñas de Nivel Inicial de la Escuela “13 de Julio”.
	1	2	3	4	

Elaboración: Paola Katherine Añazco Añazco

h. CONCLUSIONES

Luego de haber concluido el trabajo, nos sentimos satisfechos y comprometidos con la población de la ciudad de Paccha, cantón Atahualpa, provincia de El Oro, al haber coadyuvado a la posible solución de uno de los problemas que aquejan a la niñez de la Escuela Fiscal Mixta “13 de Julio”, como es la nutrición infantil y el desarrollo psicomotriz.

Es evidente que nos involucraremos en el proceso de socialización de la Guía, entregando a los padres de familia información donde conste la alimentación diaria que pueden brindar a sus hijos para una adecuada nutrición, crecimiento y desarrollo.

i. RECOMENDACIONES

A las autoridades de la Escuela Fiscal Mixta “13 de Julio”, incluir en su planificación anual (Proyecto Operativo Anual), la socialización y difusión de la Guía de alimentación para una adecuada nutrición de los niños y niñas del Nivel Inicial.

Realizar un seguimiento y evaluación de este trabajo, con la finalidad de que los verdaderos beneficiarios de este proceso sean los niños y niñas que se educan en la Escuela “13 de Julio”.

j. BIBLIOGRAFÍA

Saravi, A., Britos, S., Vilella, F., y Senesi, (2010). *Del Campo a la mesa*. Una herramienta práctica para aprender a comer y entender qué comemos. Manual para Docentes. Buenos Aires: Grupo InterCole S.A.

López, C. (2005). *La alimentación de tus niños*. Nutrición saludable de la infancia a la adolescencia. Agencia Española de Seguridad

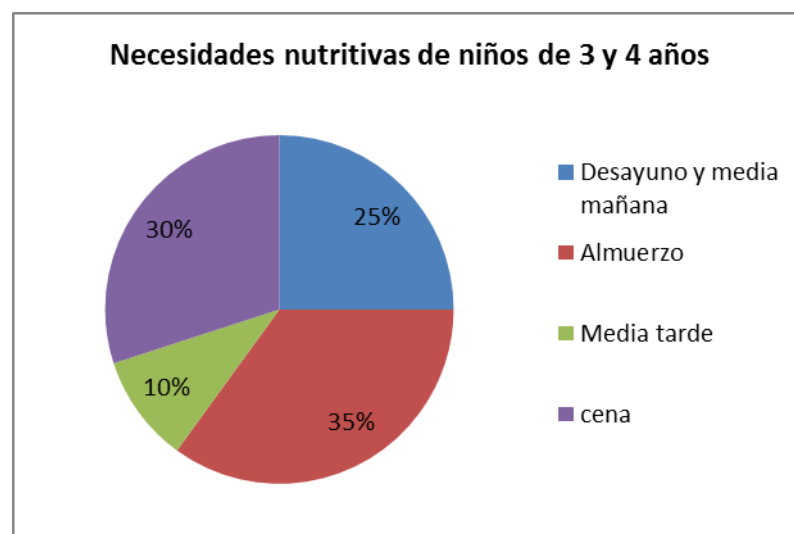
Alimentaria. Ministerio de Sanidad y Consumo. Madrid. Fiselgraf, S.L.

Ministerio de Salud Pública. Ministerio de Educación del Ecuador. (2008). *Guía de Salud*. Para personal auxiliar y de salud, maestros, maestras y promotores. Distrito Metropolitano de Quito: Zona Centro.

Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2011). *Manual de Consejería Nutricional, para el crecimiento y alimentación de niños y niñas menores de cinco años y de cinco a nueve años*. Quito: Diseñado e Impreso en Quito-Ecuador.

k. ANEXOS

López, C. (2005:10), indica que con carácter orientativo, se propone que las necesidades nutritivas del escolar se distribuyan a lo largo del día en la proporción siguiente:



Fuente: López, C. (2005). La alimentación de tus niños. p. 10.

A continuación se presenta a manera de sugerencia un plan semanal de comidas para los niños y niñas de tres a cinco años, tomando en cuenta las siguientes consideraciones:

- ✓ La planificación de dietas propuestas puede ser modificada en función de la organización familiar y los hábitos alimentarios de los padres.
- ✓ La propuesta, con carácter general, puede aplicarse en cualquier época del año, aunque se recomienda hacer las adaptaciones necesarias para utilizar alimentos “de temporada”, en especial en lo que respecta a las frutas y verduras.
- ✓ Para facilitar la comprensión y aplicación de este plan de alimentación, el cuadro recoge alimentos comunes a todas las regiones. Pero hay que tener en cuenta que las diferentes comunidades autónomas tienen una gastronomía propia que debe ser respetada, en la medida de lo posible, porque forma parte de su patrón cultural alimentario.
- ✓ Con las sugerencias de este cuadro se trata de estimular el consumo de productos de una guía alimentaria saludable, cocinados o aliñados con aceite de oliva si es posible.
- ✓ Se potencian los denominados “guisos de cuchara” como primeros platos, con el fin de que los productos de origen vegetal tengan una presencia determinante en la dieta (López, C. 2005. p. 13).

GUÍA SEMANAL DE ALIMENTACIÓN PARA UNA ADECUADA NUTRICIÓN DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE NIVEL INICIAL							
COMIDA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Desayuno	Leche, pan integral con miel o mermelada y zumo de naranja.	Leche. Pan con tomate, aceite de oliva y jamón. Zumo de frutas.	Leche. Galletas integrales con queso derretido. Zumo de frutas.	Leche. Tostadas de pan con mermelada y mantequilla. Zumo de frutas.	Leche con cereal. Zumo de frutas.	Leche con tostadas de pan con aceite de oliva. Zumo de frutas.	Chocolate con pan tostado. Zumo de frutas.
Media mañana	Fruta o frutos secos o bocadillos bajos en grasa.	Fruta o frutos secos o bocadillos bajos en grasa.	Fruta o frutos secos o bocadillos bajos en grasa.	Fruta o frutos secos o bocadillos bajos en grasa.	Fruta o frutos secos o bocadillos bajos en grasa.	Fruta o frutos secos o bocadillos bajos en grasa.	Fruta o frutos secos o bocadillos bajos en grasa.
Almuerzo	Guiso de carne de res con papas, zanahoria y guisantes, queso y manzana.	Canelones de carne picada. Ensalada de lechuga, tomate, cebolla, zanahoria y pimiento. Naranja.	Potaje de legumbres con verdura: garbanzos, espinacas, papas y zanahorias. Filetes con ensalada. Yogur	Crema de verduras. Arroz con huevo frito y salsa de tomate. Ensalada de frutas.	Lentejas guisadas con arroz, papas y zanahorias. Ensalada de pollo. Come y bebe de frutas.	Sopa de fideos, verdura, legumbres, carne, chorizo... Pera.	Carne asada con porción de papas fritas, champiñones y guisantes. Ensalada de lechuga, tomate y espárragos. Manzana en almivar.
Media tarde	Yogur y pera	Bocadillo de queso.	Bizcocho y manzana.	Frutos secos (almendras) y un plátano.	Bocadillo de jamón. Pera.	Yogur y uvas.	Yogur de frutas.
Merienda	Sopa de verduras. Tortilla con ensalada. Plátano. Leche.	Puré de verduras. Pescado a la plancha con rodajas de tomate. Pera. Batido de leche con cacao.	Tortilla de patata con salsa de tomate. Mandarinas. Leche	Pescado al horno con papas. Pera. Yogur.	Espaguetis con salsa de tomate. Filete de pescado con ensalada. Manzana. Leche.	Fritura de pescado con porción de lechuga, tomate y zanahoria. Plátano.	Pescado en salsa. Ensalada de frutas. Quesillo con miel.

NOTA: adaptada a nuestra realidad. Tomado de (López, C. 2005. pp. 14-15) y <http://www.bebesymas.com/menu-para-niños-de-cuatro-a-cinco-años>

j. BIBLIOGRAFÍA

- ✓ Alonso, M^a. Castellano, G. (2007). *Manual práctico de Nutrición en Pediatría*. Conceptos generales de nutrición. Requerimientos nutricionales. Madrid: Ergon.

- ✓ Bonet, A. (2000). *Biblioteca Práctica de Consulta del Nuevo Milenio*. Literatura. Biología I. Biología II. (Volumen 7). Zamora Editores Ltda. 2000. Colombia: Printer Colombiana S. A.

- ✓ Espasa Calpe S. A. (2003). *Biología I*. Biología celular – Biología de los organismos. Enciclopedia del Conocimiento. Colombia: Imprelibros S. A.

- ✓ Enciclopedia de la Psicopedagogía. (1998). *Pedagogía y Psicología*. España: Océano Grupo Editorial S. A.

- ✓ Enciclopedia de la Psicología. 2006. *Psicología para Todos*. Guía completa de crecimiento personal. (Volumen 1). España: GLOBUS COMUNICACIÓN, S. A.

- ✓ Futura, la Enciclopedia del Conocimiento. (2005). *Ciencias Naturales*. Los seres vivos. (Volumen 1). Barcelona: Editorial Sol 90.
- ✓ Laguna, R. Claudio, V. (2007). *Diccionario de Nutrición y Dietoterapia*. (5^{ta} ed.) México D. F.: MCGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES, S. A. DE C.V.
- ✓ LEXUS. (2002). *Libro de la Educadora*. (ed. 2002). Barcelona: I. Gráficas Marmol, S. L. LEXUS.
- ✓ López, C. (2005). *La alimentación de tus niños*. Nutrición saludable de la infancia a la adolescencia. Agencia Española de Seguridad Alimentaria. Ministerio de Sanidad y Consumo. Madrid. Fiselgraf, S.L.
- ✓ Manual de Publicaciones de la American Psychological Association. (2010): versión abreviada / tr. Miroslava Guerra Frías. – 2^a ed. – México: Editorial El Manual Moderno.
- ✓ Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2011). *Manual de Consejería Nutricional, para el crecimiento y alimentación de niños y niñas menores de cinco años y de cinco a nueve años*. Quito: Diseñado e Impreso en Quito-Ecuador.

- ✓ Ministerio de Salud Pública. Ministerio de Educación del Ecuador. (2008). *Guía de Salud*. Para personal auxiliar y de salud, maestros, maestras y promotores. Distrito Metropolitano de Quito: Zona Centro.

- ✓ Narvarte, M. (2003). *Integración Escolar*. Atención en el aula de los trastornos escolares. Integración escolar de niños con discapacidad. Comobia: D`VINNI LTDA. LEXUS EDITORES.

- ✓ Papalia, D. Wendkos, S. y Duskin, R. (2009). *Psicología del Desarrollo*. De la infancia a la adolescencia. (Undécima Edición). México D. F.: McGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.

- ✓ Pérez, R. e Ideas Propias. (2004). *Psicomotricidad*. Teoría y Praxis del Desarrollo Psicomotor en la Infancia. (1ª ed.) España: Josman Press.

- ✓ Saravi, A., Britos, S., Vilella, F., y Senesi, (2010). *Del Campo a la mesa*. Una herramienta práctica para aprender a comer y entender qué comemos. Manual para Docentes. Buenos Aires: Grupo InterCole S.A.

- ✓ Vega, L. Iñarritu, M. (2010). *Fundamentos de nutrición y dietética*. (1^{ra} ed.) México D. F.: Pearson Educación de México, S. A. de C. V.

WEBGRAFÍA:

Arguelles, P. (2006). *Desarrollo Psicomotor: características evolutivas de 0-3 años, signos de alerta. Manejo Terapéutico. Resúmenes de la V reunión Anual de la Sociedad de pediatría de Atención Primaria. Oviedo: sociedad Asturiana de Pediatría de Atención Primaria. Descargado el 31 de octubre de 2015. Disponible en: http://www.aepap.org/sites/default/files/ponencias_v_curso.pdf#page=49.*

Maganto, C. y Cruz, S. (s/f). *Desarrollo Físico y Psicomotor en la etapa Infantil. Descargado el 01 de noviembre de 2015. Disponible en: http://www.sc.ehu.es/ptwmamac/Capi_libro/38c.pdf*

Subsidio de mejoramiento del estado de Tennessee. (s/f). *Cómo ayudarle a su niño a crecer. Guía para los padres sobre los niños. Desde los tres hasta los cinco años. Descargado el 5 de noviembre de 2015. Disponible en: <http://www.tnspdg.com/resources/products/HYCG3-5-spanish.pdf>*

k. ANEXOS:



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

MODALIDAD DE ESTUDIOS A DISTANCIA

CARRERA DE PSICOLOGÍA INFANTIL Y EDUCACIÓN PARVULARIA

TEMA

“NUTRICIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL NIVEL INICIAL DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA “13 DE JULIO”, DE LA CIUDAD DE PACCHA, CANTÓN ATAHUALPA, PROVINCIA DE EL ORO, PERIODO LECTIVO 2014-2015” LINEAMIENTOS ALTERNATIVOS.

Proyecto de Tesis previo a optar el título de Licenciada en Psicología Infantil y Educación Parvularia.

AUTORA: PAOLA KATHERINE AÑAZCO AÑAZCO

LOJA – ECUADOR

2014

a.- TEMA

“NUTRICIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL NIVEL INICIAL DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA “13 DE JULIO”, DE LA CIUDAD DE PACCHA, CANTÓN ATAHUALPA, PROVINCIA DE EL ORO, PERIODO LECTIVO 2014-2015” LINEAMIENTOS ALTERNATIVOS.

b. PROBLEMÁTICA

Se define a la nutrición como el proceso a través del cual el organismo obtiene de los alimentos la energía, por tal motivo es vital e indispensable en el desarrollo físico, psicológico e intelectual de la persona.

Es especialmente perjudicial para los niños no contar con una buena nutrición en los primeros años de su desarrollo. Según investigadores de la Universidad del Sur de California, la mala alimentación en los primeros años de vida provoca comportamientos destructivos, como rasgos agresivos y antisociales durante la infancia hasta finales de la adolescencia. Además, la mala alimentación puede incidir en el desarrollo neuronal del niño, lo que conduce a un coeficiente intelectual bajo.

Un gran porcentaje de niños en países en desarrollo sí tienen problemas de aprendizaje y desarrollo, los niños de todo el mundo necesitan una nutrición adecuada para sustentar su crecimiento y desempeño escolar. Los padres y las escuelas tienen una función importante en este asunto y asegurarse de que los niños tengan acceso a comidas saludables en intervalos regulares aumenta las posibilidades de éxito en el aula.

Los niños y niñas de la escuela objeto de estudio, no son la excepción ya que la mayor parte de ellos provienen de familias de escasos recursos económicos o que por su desconocimiento nutricional dan a sus hijos una inadecuada alimentación, lo cual influye en su desarrollo psicomotriz y capacidad intelectual. Por lo expuesto se plantea el problema de investigación en los siguientes términos: **¿DE QUÉ MANERA INCIDE LA NUTRICIÓN EN EL DESARROLLO PSICOMOTRIZ DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL NIVEL INICIAL DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA “13 DE JULIO” DE LA CIUDAD DE PACCHA, CANTÓN ATAHUALPA, PROVINCIA DE EL ORO, PERIODO LECTIVO 2014-2015?**

c. JUSTIFICACIÓN

La presente investigación tendrá como propósito conocer la importancia de la nutrición y su incidencia en el desarrollo psicomotriz de los niños(as) del nivel inicial de la escuela fiscal mixta "13 de julio" de la ciudad de Paccha, cantón Atahualpa, provincia de El Oro, periodo lectivo 2014 -2015.

Para una buena nutrición de la familia hacia sus hijos, es necesario que exista la disponibilidad diaria de alimentos en cantidad y calidad, lo cual permitirá cubrir con las necesidades nutricionales de las personas o miembros de la familia.

Así mismo con la ejecución de la presente investigación se estará aplicando una serie de acciones en los hogares de los niños y niñas tendientes a mejorar sus hábitos alimenticios y en la manipulación correcta de los mismos.

Una buena nutrición en los niños permite un mejor desempeño y eleva la capacidad de aprendizaje y un óptimo desarrollo intelectual, razón por la cual se justifica la realización de la presente investigación enfocada en determinar si los niños y niñas de la institución educativa tienen una alimentación balanceada y nutritiva de acuerdo a su edad y si esto influye en su desarrollo psicomotriz.

d. OBJETIVOS

GENERAL:

Determinar la Nutrición y su incidencia en el Desarrollo Psicomotriz de los niños y niñas de nivel inicial de la Escuela fiscal Mixta “13 de Julio”, de la ciudad de Paccha, cantón Atahualpa, Provincia de El Oro.

ESPECÍFICOS:

- ✓ Establecer el tipo de alimentación que tienen los niños y niñas del nivel inicial de la Escuela Fiscal Mixta “13 de Julio” de la ciudad de Paccha, cantón Atahualpa, Provincia de El Oro. Periodo Lectivo 2014-2015.
- ✓ Valorar el Desarrollo Psicomotriz que tienen los niños y niñas del nivel inicial de la Escuela Fiscal Mixta “13 de Julio” de la ciudad de Paccha, cantón Atahualpa, Provincia de El Oro. Periodo Lectivo 2014-2015.
- ✓ Elaborar y socializar lineamientos alternativos.

ESQUEMA MARCO TEÓRICO

CAPÍTULO I:

NUTRICIÓN

- ✓ Concepto de Nutrición
- ✓ Diferencias entre alimentación, nutrición, dietética, dieta y dietoterapia.
- ✓ Características de la Nutrición
- ✓ Tipos de Nutrición
- ✓ Historia de la Nutrición
- ✓ Nutrición y salud
- ✓ Pirámide de alimentos
- ✓ Nutrición recomendada para niños de 3-4 años

CAPÍTULO II:

DESARROLLO PSICOMOTOR

- ✓ Definición de Desarrollo Psicomotor
- ✓ Importancia del Desarrollo Psicomotor en los niños
- ✓ Dimensiones del Desarrollo Psicomotor
- ✓ Factores que influyen Desarrollo Psicomotor
- ✓ Etapas del Desarrollo Psicomotor
- ✓ Áreas evolutivas Desarrollo Psicomotor
- ✓ Evolución de los niños primera infancia
- ✓ El Desarrollo Psicomotor y su relación con la Nutrición

e. MARCO TEÓRICO

CAPÍTULO I:

LA NUTRICIÓN

“Se entiende por nutrición al conjunto de procesos fisiológicos por los cuales el organismo recibe, transforma y utiliza las sustancias químicas contenidas en los alimentos; y la alimentación es tan sólo el acto de proporcionar al cuerpo los alimentos” (Madrigal, 2005, p.5).

La nutrición es principalmente el aprovechamiento de los nutrientes manteniendo el equilibrio homeostático del organismo a nivel molecular y macro sistémico.

La nutrición es el proceso biológico en el que los organismos asimilan los alimentos y los líquidos necesarios para el funcionamiento, el crecimiento y el mantenimiento de sus funciones vitales. La nutrición también es el estudio de la relación que existe entre los alimentos y la salud, especialmente en la determinación de una dieta.

Los procesos macro sistémicos están relacionados a la absorción, digestión, metabolismo y eliminación. Los procesos moleculares o micro sistémicos están relacionados al equilibrio de elementos como enzimas, vitaminas, minerales, aminoácidos, glucosa, transportadores químicos, mediadores bioquímicos, hormonas, etc.

Como ciencia, la nutrición estudia todos los procesos bioquímicos y fisiológicos que suceden en el organismo para la asimilación del alimento y su transformación en energía y diversas sustancias. Lo que también implica el estudio sobre el efecto de los nutrientes sobre la salud y enfermedad de las personas.

Diferencias entre alimentación, nutrición, dietética, dieta y dieto terapia

Aunque alimentación y nutrición se utilizan frecuentemente como sinónimos son en realidad términos diferentes, ya que:

- La nutrición hace referencia a los nutrientes que componen los alimentos y comprende un conjunto de fenómenos involuntarios que suceden tras la ingesta de los alimentos, es decir: la digestión, la absorción o paso a la sangre desde el tubo digestivo de sus componentes o nutrientes, y su asimilación en las células del organismo. Los nutricionistas son profesionales de la salud que se especializan en esta área de estudio, y están entrenados para el tratamiento nutricional de enfermedades o la adecuación de la alimentación a diversas situaciones fisiológicas.

Por eso, al tratarse la nutrición de un acto orgánico involuntario, es incorrecto hablar de una buena o mala nutrición, cuando se habla de una ingesta adecuada o inadecuada de alimentos. El término correcto sería, una buena o mala alimentación.

- La alimentación comprende un conjunto de actos voluntarios y conscientes que van dirigidos a la elección, preparación e ingestión de los alimentos, fenómenos muy relacionados con el medio sociocultural y económico (medio ambiente) y determinan, al menos en gran parte, los hábitos dietéticos y estilos de vida.

Los términos dieta, dietética, dieto terapia, también son confundidos frecuentemente y tampoco son lo mismo:

- La dieta son los hábitos alimenticios de un individuo, esta no tiene por qué estar enfocada al tratamiento de ninguna patología, como la obesidad o ni siquiera a la reducción de peso.

Simplemente es lo que come el individuo, por lo tanto todas las personas llevan a cabo una dieta. La dieta se puede modificar para conseguir diversos objetivos, como por ejemplo el tratamiento de enfermedades como la obesidad, caso más usual en que se utiliza la expresión «estar a dieta», aunque no el único.

- ✓ La dietética es la ciencia que utiliza los conocimientos de la nutrición para proporcionar una alimentación saludable que se adecue al individuo y a las diversas situaciones de su vida, como embarazo, lactancia y ejercicio físico, previniendo así posibles patologías y mejorando su calidad de vida y su rendimiento.

- ✓ La dieta terapia es la ciencia que utiliza los conocimientos de la nutrición y la fisiopatología para el tratamiento dietético de diversas enfermedades.

Características de la nutrición

La nutrición es la ciencia que estudia los procesos fisiológicos y metabólicos que ocurren en el organismo con la ingesta de alimentos.

Muchas enfermedades comunes y sus síntomas frecuentemente pueden ser prevenidas o aliviadas con una determinada alimentación; por esto, la ciencia de la nutrición intenta entender cuáles son los aspectos dietéticos específicos que influyen en la salud.

El propósito de la ciencia de la nutrición es explicar la respuesta metabólica y fisiológica del cuerpo ante la dieta. Con los avances en biología molecular, bioquímica y genética, la ciencia de la nutrición está profundizando en el estudio del metabolismo, investigando la relación entre

la dieta y la salud desde el punto de vista de los procesos bioquímicos. El cuerpo humano está hecho de compuestos químicos tales como agua, aminoácidos (proteínas), ácidos grasos (lípidos), ácidos nucleicos (ADN/ARN) y carbohidratos (por ejemplo azúcares y fibra).

Una alimentación adecuada es la que cubre:

- ✓ Los requisitos de energía a través de la metabolización de nutrientes como los carbohidratos, proteínas y grasas.
- ✓ Estos requisitos energéticos están relacionados con el gasto metabólico basal, el gasto por la actividad física y el gasto inducido por la dieta.
- ✓ Las necesidades de micro-nutrientes no energéticos como las vitaminas y minerales.
- ✓ La correcta hidratación basada en el consumo de bebidas, en especial el agua.
- ✓ La ingesta suficiente de fibra dietética.

Tipos de nutrición en los seres vivos

Nutrición autótrofa es la que llevan a cabo los organismos que producen su propio alimento. Los seres autótrofos son organismos capaces de sintetizar sustancias esenciales para su metabolismo a partir de sustancias inorgánicas. El término autótrofo procede del griego y significa (que se alimenta por sí mismo).

Los organismos autótrofos producen su masa celular y materia orgánica, a partir del dióxido de carbono, como única fuente de carbono, usando la luz o sustancias químicas como fuente de energía. Las plantas y otros organismos que usan la fotosíntesis son fotolito autótrofo; las bacterias que utilizan la oxidación de compuestos inorgánicos como el anhídrido sulfuroso o compuestos ferrosos como producción de energía se llaman quimiolitotróficos.

Nutrición heterótrofa es la que llevan a cabo aquellos organismos que necesitan de otros para vivir. Los organismos heterótrofos (del griego "hetero", otro, desigual, diferente y "trofo", que se alimenta), en contraste con los autótrofos, son aquellos que deben alimentarse con las sustancias orgánicas sintetizadas por otros organismos, bien autótrofos o heterótrofos a su vez. Entre los organismos heterótrofos se encuentra multitud de bacterias y los animales.

Los seres heterótrofos como los animales, los hongos, y la mayoría de bacterias y protozoos, dependen de los autótrofos ya que aprovechan su energía y la de la materia que contienen para fabricar moléculas orgánicas complejas. Los heterótrofos obtienen la energía rompiendo las moléculas de los seres autótrofos que han comido. Incluso los animales carnívoros dependen de los seres autótrofos porque la energía y su composición orgánica obtenida de sus presas proceden en última instancia de los seres autótrofos que comieron sus presas.

Según el origen de la energía que utilizan los organismos heterótrofos, pueden dividirse en:

Fotoorganotrofos: estos organismos fijan la energía de la luz. Constituyen un grupo muy reducido de organismos que comprenden la bacteria purpúrea y familia de seudomonadales. Solo realizan la síntesis de energía en presencia de luz y en medios carentes de oxígeno.

Quimiorganotrofos: utilizan la energía química extraída directamente de la materia orgánica. A este grupo pertenecen todos los integrantes del reino animal, todos del reino de los hongos, gran parte de los mórneras y de las arqueobacterias

Los heterótrofos pueden ser de dos tipos fundamentalmente: consumidores, o bien saprótrofos y descomponedores. Los autótrofos y los heterótrofos se necesitan mutuamente para poder existir.

Historia de la nutrición

Desde la aparición del hombre sobre la tierra, el tipo de alimentos que este ha tenido que ingerir para su sustento ha variado a través del tiempo, debido a que siempre se vio obligado a adaptarse a aquellos que tenía más próximos y le era más fácil obtener con las escasas herramientas que poseía. Como por ejemplo, sirva citar los estudios sobre los restos del ser humano más antiguo encontrado hasta la fecha (el hombre de Ata puerca).

Se ha llegado a la conclusión de que este era carroñero y practicaba el canibalismo, y competía por sus alimentos con otros animales de hábitos alimenticios similares. En su andar en busca de víveres, se iba encontrando con nuevos tipos a los que se veía obligado a adaptarse. A medida que la disponibilidad de la caza mayor iba disminuyendo tenía que alimentarse de la caza menor, de los mariscos (en algunas áreas) y sobre todo de plantas comestibles. Esta fase adaptativa empezó hace unos 100 000 años.

Los últimos seres humanos que sufrieron estas restricciones, hace unos 30 000 años, fueron los habitantes de unas zonas muy determinadas (dos regiones del Oriente Medio). Sin embargo, en la península ibérica hace menos de 20 000 años (Freeman, 1981) la carne todavía suponía más del 50 % de la dieta habitual.

Hace unos 12 000 años (Cavalli-Sforza, 1981; Trowell, 1981) se inicia la primera revolución agrícola. Esto conlleva a la disponibilidad de una nueva fuente fija de proteínas. Debemos tener en cuenta la gran variabilidad en las cifras referidas a lo obtenido en las cosechas; se trata de una alimentación irregular que alterna con épocas de hambre. El resultado final de las recolecciones se veía muy afectado por el clima, contra el cual era muy difícil luchar. El almacenamiento de sobrantes, en años buenos de producción, tampoco era el más eficaz.

Los humanos han evolucionado como omnívoros cazadores-recolectores a lo largo de los pasados 250 000 años. La dieta del humano moderno temprano varió significativamente dependiendo de la localidad y el clima. La dieta en los trópicos tiende a estar basada preferentemente en alimentos vegetales, mientras que la dieta en las latitudes altas tiende más hacia los productos animales. El análisis de restos craneales y pos-craneales de humanos y de animales del Neolítico, junto con estudios detallados de modificación ósea ha mostrado que el canibalismo también estuvo presente entre los humanos prehistóricos.

La agricultura se desarrolló hace aproximadamente 10.000 años en múltiples localidades a través del mundo, proporcionando cereales tales como trigo, arroz y maíz junto con alimentos básicos tales como el pan y la pasta. La agricultura también proporcionó leche y productos lácteos, e incrementó marcadamente la disponibilidad de carnes y la diversidad de vegetales. La importancia de la pureza de los alimentos fue reconocida cuando el almacenaje masivo condujo a la aparición de casos de contaminación.

El cocinar se desarrolló a menudo como una actividad ritualista, debido a la preocupación por su eficiencia y su fiabilidad, requiriendo la adherencia a recetas y procedimientos estrictos en respuesta a la demanda de pureza y consistencia en el alimento.

Nutrición y salud

Existen seis clases de nutrientes que el cuerpo necesita: carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y agua. Es importante consumir diariamente esos seis nutrientes para construir y mantener una función corporal saludable.

Una salud pobre puede ser causada por un desbalance de nutrientes ya sea por exceso o deficiencia. Además la mayoría de los nutrientes están involucrados en la señalización de células (como parte de bloques constituyentes, de hormonas o de la cascada de señalización hormonal), deficiencia o exceso de varios nutrientes afectan indirectamente la función hormonal. Así, como ellos regulan en gran parte, la expresión de genes, las hormonas representan un nexo entre la nutrición y nuestros genes, que son expresados en nuestro fenotipo. La fuerza y naturaleza de este nexo están continuamente bajo investigación, sin embargo, observaciones recientes han demostrado el rol crucial de la nutrición en la actividad y función hormonal y por lo tanto en la salud.

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud más que el hambre, el verdadero reto hoy en día es la deficiencia de micronutrientes (vitaminas, minerales y aminoácidos esenciales) que no permiten al organismo asegurar el crecimiento y mantener sus funciones vitales.

Reconociendo el potencial inherente a la micro alga *Spirulina (Arthrospira platensis)*, para contrarrestar la mala alimentación y su grave impacto negativo al de múltiples niveles de la sociedad especialmente en los países en desarrollo y los menos desarrollados, la comunidad internacional afirma su convicción uniendo esfuerzos de formar la institución intergubernamental por el uso de esta alga contra la malnutrición (IIMSAM).

Existen múltiples enfermedades relacionadas o provocadas por una deficiente alimentación, ya sea en cantidad, por exceso o defecto, o por mala calidad: anemia, aterosclerosis.

Algunos tipos de cáncer, diabetes mellitus, obesidad, hipertensión arterial, avitaminosis, desnutrición, bocio endémico, bulimia nerviosa, anorexia nerviosa y/o vigorexia.

Una mala alimentación también provoca daños bucales, debido a que en el momento en que el cuerpo deja de recibir los nutrientes necesarios para la renovación de los tejidos, la boca se vuelve más susceptible a las infecciones.

El exceso de carbohidratos, almidones y azúcares producen ácidos de la placa que se adhieren al esmalte de los dientes, causando así su destrucción.

Pirámide de alimentos

Para establecer un parámetro, en lo que concierne a la dieta alimenticia, existe una manera de representar de manera gráfica los principales alimentos que deben ingerirse. Comúnmente se hace a través de una pirámide, llamada pirámide nutricional, aunque también existen otros modelos como el «tren alimentario» (utilizado en Colombia) y la «esfera alimentaria».

La base de la pirámide, el área de mayor tamaño, representa los cereales o granos, sobre todo los granos integrales, que constituyen la base de nuestra dieta. En medio de la pirámide se encuentran vegetales y frutas, que ayudan a tener energía más natural y sin efectos secundarios. Para asegurarse de obtener más de la mitad de nuestras calorías de carbohidratos complejos es preciso consumir las porciones sugeridas en este grupo. Los grupos disminuyen de tamaño a medida que se avanza hacia el vértice de la pirámide, ya que la cantidad de alimentos representados en esos grupos es menor que la que se necesita para una buena salud. La punta o vértice de la pirámide representa el grupo más pequeño de alimentos, como grasas, aceites y azúcares, de los que hay que comer en menor cantidad.

Es importante reforzar estos modelos con una tabla de equivalencias para tener una visión más clara de las porciones que debemos consumir de cada

grupo de alimentos. Aunque el peso o tamaño de los alimentos sea el mismo, no quiere decir que sean porciones equivalentes. Por ejemplo: media taza de arroz al vapor tiene el mismo contenido energético en kcal que poco menos de 6 tazas de apio crudo. Como vemos los volúmenes son radicalmente diferentes en comparación con su aportación energética.

Nutrición recomendada al niño de tres a cuatro años

Cuidar la alimentación de los chicos en esta etapa es fundamental ya que se encuentran en pleno desarrollo físico y neurológico, y es en esta edad cuando se forman los hábitos alimenticios que lo acompañarán toda su vida.

Según un estudio realizado por el Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil, la alimentación en niños de entre 1 y 4 años es deficiente. Sin importar el nivel socioeconómico, los resultados muestran que el 45% de los niños tiene deficiencias de hierro; que el consumo de frutas es bajo; el de verduras especialmente de hojas verdes es prácticamente nulo y generalmente prevalecen las calorías sobre los nutrientes. Además, hay menos comen calidad familiar y más oportunidades de comer fuera del hogar.

Consejos que debes tener en cuenta:

- ✓ Aprovechar las comidas que les gustan y combinarlas con algún ingrediente nuevo.
- ✓ Incursionar en diferentes modos de preparación para ver cuál es el que más les atrae.
- ✓ No pretender que coman porciones de adultos.
- ✓ Habituarlos a no comer entre horas y a hacer las 4 comidas diarias (desayuno, almuerzo, merienda y cena).
- ✓ Insistir con los alimentos nuevos. Si no les gustaron ayer, podrían gustarles mañana.

- ✓ Evitar la “solución fácil” de prepararles una alternativa que les gusta, cuando se niegan a comer el plato ofrecido.

“Sin dejar de disfrutar de algunas chucherías y platos clásicos que fascinan a los niños, la educación nutricional que reciben en sus casas es prioritaria. Su desarrollo saludable depende de eso”. (López, 2005, pág. 17)

La educación nutricional, ejercida por la familia desde la infancia, ayuda a prevenir los trastornos del comportamiento alimentario; por ello se recomienda:

- La organización de los horarios en el seno de la familia, compartiendo, en la medida de lo posible, alguna de las comidas con los hijos. Ésta constituye una buena medida para crear relaciones afectivas, disfrutar juntos de unos actos, compra, preparación y consumo de alimentos que deben ser placenteros y transmitir conductas y hábitos alimentarios correctos.
- Evitar el picoteo
- Procurar que la dieta sea variada y que se consuma la mayor diversidad de alimentos posible, pues de esta forma es más fácil cubrir sus necesidades en nutrientes.

Los escolares tienen que comer de todo, pues cuanto mayor variedad de alimentos exista en su dieta, mayor es la posibilidad de que sea equilibrada y contenga los nutrientes que necesitan. Comer sólo lo que nos gusta es una mala práctica nutricional.

- Los alimentos deben distribuirse a lo largo del día para que el cuerpo tenga los nutrientes necesarios, en función de sus exigencias.
- Hay que variar las formas de preparación de los alimentos utilizando distintos procedimientos culinarios: asados, hervidos, a la plancha, guisados, y no abusar de los fritos. Estimular el consumo de alimentos crudos (ensaladas, gazpacho, sopas frías...).

- En el plan de comidas de un escolar debe haber una presencia de alimentos ricos en proteínas de origen animal: lácteos, carnes, huevos y pescados, en equilibrio con alimentos de origen vegetal: cereales, legumbres, verduras y frutas.
- Los alimentos ricos en hidratos de carbono (pan, pasta, arroz, legumbres) son imprescindibles por su aporte de energía y deben formar parte de las dietas habituales de los escolares.
- Las frutas y ensaladas deben ser habituales y abundantes en la alimentación de los escolares.
- El agua es la mejor bebida. Las comidas deben acompañarse siempre de agua.
- El consumo de dulces, refrescos y “snacks” debe ser moderado, pues, si bien no existen buenos ni malos alimentos, la moderación en la comida debe ser la norma.
- Controlar el exceso de grasas, azúcar y sal. López, 2005, pág. 22-23

CAPÍTULO II:

DESARROLLO PSICOMOTOR

Definición

El termino desarrollo psicomotor designa la adquisición de habilidades que se observa en el niño de forma continua durante toda la infancia.

Corresponde tanto a la maduración de estructuras nerviosas (cerebro, medula, nervios y músculos...) como aprendizaje que él bebe luego niño hace descubriéndose a sí mismo y al mundo que lo rodea. <http://www.cun.es>

El desarrollo psicomotor empieza en el vientre materno, desde la configuración del sistema nervioso a las tres semanas de la concepción, se extiende durante toda la infancia e incluso en la edad adulta. No hay tiempos que marquen cuándo se adquiere cada una de las secuencias del desarrollo, cada niño, su genética, su entorno o su temperamento, tienen mucho que ver en ello.

Se conoce como desarrollo psicomotor a la madurez psicológica y muscular que tiene una persona, en este caso un niño. Los aspectos psicológicos y musculares son las variables que constituyen la conducta o la actitud. Al contrario del intelectual que está dado por la maduración de la memoria, el razonamiento y el proceso global del pensamiento.

El desarrollo psicomotor es diferente en cada niño, sin embargo, es claro que él se presenta en el mismo orden en cada niño. Es así, por ejemplo, que el desarrollo avanza de la cabeza a los pies, por ello vemos que el desarrollo funcional de la cabeza y las manos es primero que el desarrollo de las piernas y los pies.

Los factores hereditarios, ambientales y físicos también influyen en el proceso de crecimiento psicomotor. Por ejemplo, vemos que la habilidad para hablar más temprano es propia de ciertas familias y que las enfermedades pueden afectar negativamente el desarrollo motor; también es claro que la ausencia de estimuladores visuales, táctiles y/o auditivos afectan la madurez psicológica.

Importancia del desarrollo Psicomotor en los niños

El desarrollo psicomotor se puede considerar como la evolución de las capacidades para realizar una serie de movimientos corporales y acciones, así como la representación mental y consciente de los mismos. En este desarrollo hay unos componentes madurativos, relacionados con la maduración cerebral, y unos componentes relacionales que tienen que ver con el hecho de que a través de su movimiento y sus acciones el sujeto entra en contacto con personas y objetos con los que se relaciona de manera constructiva.

La meta del desarrollo psicomotor es el control y dominio del propio cuerpo hasta ser capaz de sacar de él todas las posibilidades de acción y expresión que a cada uno le sean posibles, e implica un componente externo o próximo (la acción) y un componente interno o simbólico "(la representación del cuerpo y sus posibilidades de acción)" (Cobos, 1995); lo que permite que se vaya construyendo su propia identidad. El niño se construye a sí mismo a partir del movimiento. Su desarrollo va del "acto al pensamiento" (Wallon, 1978), de la acción a la representación, de lo concreto a lo abstracto.

Durante los últimos años se ha acrecentado el interés acerca del papel del desarrollo psicomotor en el proceso educativo de los niños, ya que este desarrollo tiene una profunda influencia en el desarrollo general, sobre todo en los períodos iniciales de la vida, pues el tono muscular, la postura y el movimiento son las primeras formas de comunicación humana con el medio

Así mismo, los procesos de aprendizaje humano se establecen sobre el sistema tónico-postural (adquisición del equilibrio y las nociones de esquema e imagen corporal) y la actividad motriz coordinada e intencional de ahí que cualquier alteración que afecte al desarrollo psicomotor es potencialmente generadora de una discapacidad de aprendizaje.

Por eso, el movimiento se ve ahora como un facilitador primario del desarrollo cognitivo, afectivo y motor, particularmente durante la infancia y la niñez, épocas éstas en las que estas tres áreas de la conducta humana se encuentran más estrechamente interrelacionadas, por lo que cualquier dificultad en alguna de estas áreas puede afectar negativamente el proceso educativo total del niño Da Fonseca (1996) indica que los aprendizajes escolares exigen una vivencia del cuerpo en sus tres aspectos fundamentales: cuerpo vivido, cuerpo percibido y cuerpo representado. La exploración del cuerpo es un estudio de los aprendizajes escolares, constituyendo un aspecto a considerar.

Hasta no hace mucho tiempo, sin embargo, el desarrollo de habilidades motrices y psicomotrices era dejado al azar, esperando que la maduración y la libre experiencia de los niños serían suficientes para alcanzar un desarrollo psicomotor adecuado. Hoy se sabe que sin experiencias psicomotrices apropiadas, algunos niños no se desarrollarán como sería de esperar.

No hay por qué suponer que todos los niños sanos y activos que acceden a la Educación Preescolar poseen conocimiento y dominio adecuado de su cuerpo. Algunos niños de estas edades pueden presentar determinadas dificultades relacionadas con la coordinación, el control postural, la lateralidad o la estructuración espacio-temporal, que afecten de algún modo a su desarrollo.

El niño necesita para un desarrollo adecuado del lenguaje cinético-espacial y corpóreo, para la elaboración del esquema corporal, como dimensión progresiva del yo, de explotar movimientos espontáneos, la comunicación y la representación corporal. Es tarea educativa, por tanto, brindar a los niños de estas edades la posibilidad de experiencias psicomotrices variadas con el fin de optimizar su desarrollo.

En esta tarea educativa de optimización del desarrollo a través del aprendizaje, debe desempeñar un papel importante el educador como mediador de dicho aprendizaje. Esto hace ver la necesidad de que el educador tenga conocimientos suficientes sobre:

- ✓ Aquellas realidades implicadas en el proceso de aprendizaje del cual él es mediador.
- ✓ Los medios más adecuados para conseguir cambios conductuales apropiados.
- ✓ El niño como agente de su aprendizaje, su nivel de desarrollo, su nivel de competencia y aptitudes, y sus características personales y disposiciones afectivas y emocionales. Wallon (1959) propone que la primera función de relación es la función motriz, la cual tiene dos orientaciones: la actividad cinética y la actividad tónica.

La actividad cinética es movimiento y el movimiento es esencialmente actividad de relación. La conducta humana, para reconocerse como tal, necesita establecer relaciones significativas y es el "otro" quien le da esta cualidad. Significar esta actividad es una de las funciones principales de la intervención profesional del educador.

La actividad tónica, por su parte, está siempre presente y es la base sobre la que se organiza la actividad cinética. El tono, como parte integrante del diálogo corporal y la comunicación, es un elemento altamente significativo en cualquier actividad motriz. En la medida que el diálogo corporal pone en

juego la organización tónico-emocional del niño y del educador, es posible establecer vínculos apropiados que permitan crear espacios de comunicación.

Se debe insistir en la necesidad de una oportuna intervención educativa en el desarrollo psicomotor a lo largo de la infancia, dadas las importantes repercusiones que éste tiene en el desarrollo integral del niño. La escuela tiene como función primordial el potenciar el desarrollo del ser humano y también debe estar comprometida en el proceso de optimización del desarrollo psicomotor, por lo que, para poder conseguir este objetivo, ha de disponer de espacios, tiempos, materiales, programas de actuación educativa, y, sobre todo, de profesionales capaces de asumir esta responsabilidad de forma clara, progresiva e imaginativa.

El niño preescolar es un ser en desarrollo que presenta características, físicas, psicológicas y sociales propias, su personalidad se encuentra en proceso de construcción, posee una historia individual y social, producto de las relaciones que establece con su familia y miembros de la comunidad en que vive.

Importante es en el desarrollo de los programas de educación inicial y ciclo de transición enfatizar las cuatro dimensiones del desarrollo: afectivo, social, cognoscitivo y motriz, los cuales se desarrollan a continuación y deben verse como un proceso integral.

Factores que influyen en el desarrollo psicomotor

1. Factor genético o psicogenético. Consiste en el potencial hereditario que acumula el niño, y teniendo en cuenta que estas heredopatías influyen de forma negativa en el Desarrollo Psicomotor.
2. Factores ambientales o del entorno en que se desarrolla el niño. Van a depender según la edad y van a tener un orden e importancia:

- a) Factores prenatales y para natales: riesgo obstétrico. Por ejemplo, el aspecto que tenga el niño según la edad de la madre (más edad, más riesgo de tener RN con cara de viejo), el que haya habido abortos o mortinatos.
- b) Factores neonatales: bajo peso al nacer, un test de APGAR menor de
- c) 5 al minuto, una reanimación prolongada, a sepsis, meningocole, una
- d) Cardiopatía congénita,..., son factores que van a marcar al niño.
- e) Factores postnatales: entrarían a su vez un grupo de factores ambientales que los dividimos en dos:
 - ✓ Físicos /orgánicos. Todas aquellas causas que actúan de forma directa o indirecta sobre el SNC. Por ejemplo un traumatismo craneal, una infección del SNC, una intoxicación, etc.
 - ✓ Factores de vida de relación. Se le denomina también factores emocionales, factores de conducta infantil, en los cuales va a influir en el hábito de vida, hábito cultural, tradiciones, prácticas religiosas, medios audiovisuales (TV y radio). Por ejemplo madres vegetarianas que dan a sus hijos leche de soya en lugar de leche con proteínas animales.

Áreas evolutivas del desarrollo psicomotor

1. Área motriz: se va a englobar todo aquello relacionado con el movimiento muscular.
2. Área adaptativa: estudia la reacción y adaptación del niño ante los diferentes objetos y situaciones.
3. Área del lenguaje: va a incluir todo tipo de comunicación tanto visible como auditiva.
4. Área personal y social: va a estudiar las relaciones personales del niño ante las influencias culturales y sociales del medio en que se desenvuelve.

Etapas del desarrollo psicomotriz

Etapa de exploración

Su finalidad es familiarizar al niño con los objetos de su entorno. A través de la exploración el niño favorece el deseo de obtener logros, al tiempo que desarrolla las sensaciones que lo llevarán a obtener un adecuado equilibrio corporal.

Algunos ejercicios convenientes en esta etapa de exploración son:

Conocimiento de los objetos: ejercicios construcción o alineación de bloques, fichas, sacos. Estos elementos pueden trasportarse, colocarse, alinearse con las dos manos sin dejarlos caer.

Manejo más global del cuerpo: ejercicios en el que el niño puede subirse a un bloque de madera, mantenerse y ascender, y también caminar en equilibrio sobre los bloques, al colocarlos en forma lineal.

Etapa de la coordinación de las sensaciones

En ella el niño, ya controla más su equilibrio, las situaciones que requieren más acción son las diferenciadas y precisas, adquiere un mayor dominio de su cuerpo y de sus segmentos, extiende la cabeza, maneja las alturas. Puede realizar saltos con orientación hacia adelante, atrás, derecha, izquierda, puede saltar de un bloque con los ojos cerrados. Rezza, 2003, pág. 43-44

Evolución del Desarrollo Psicomotor La Primera Infancia

El sistema nervioso del niño progresa esencialmente durante los dos primeros años de vida.

El nacimiento

Al nacer, algunos sentidos no están maduros, pero alcanzan su pleno desarrollo al poco tiempo. El niño puede distinguir la luz de la oscuridad, la voz del ruido; su piel, sensible al tacto, distingue el frío del calor.

A las 4 semanas

No es capaz de aguantar su cabeza. Si se le pone sobre su espalda, gira la cabeza a un lado, doblando el brazo de este lado y estirando el brazo del otro. A esta edad mueve, sobre todo, los ojos y la boca y puede ver cosas de tamaño grande. No es capaz de comprender el lenguaje hablado, pero es sensible al tono en que se le hable.

De los 2 a los 4 meses

Él bebe despierto tiene normalmente las manos cerradas con el dedo pulgar afuera. Puede agarrar un sonajero durante un momento, pero se le cae. A los tres meses será capaz de agarrarlo y mirarlo durante un ratito. Todavía no realiza movimientos aislados, es decir no puede mover solo su mano, sino agita sus brazos y piernas.

A partir de los dos meses hay que comprobar que el niño oiga bien. La falta de audición es un problema, pero en esta época puede ocasionar retrasos en el desarrollo del lenguaje. El niño necesita oír hablar y para poder aprender a hacerlo. Las infecciones de oído se deben tratar rápidamente para evitar consecuencias posteriores.

Los 4 meses

El niño aguanta su cabeza y la gira en busca de la voz de alguien o de algún ruido. Presta más atención a la voz humana que a los ruidos; reconoce ya la

voz de la madre le gusta estar sentado apoyado durante un breve momento. Se mira las manos o se las toca una con otra. Está en condiciones de ver objetos pequeños.

Los 7 meses

Mueve sobre todo las manos. Se lo lleva todo a la boca. Con los objetos hace muchas cosas: los mira, los gira, los golpea, se los pasa de una mano a otra.

Cualquier objeto puesto en sus manos es motivo de una gran exploración. A esta edad sus ojos están más perfeccionados que sus movimientos, puede distinguir una bolita pequeña y seguir sus movimientos, pero tiene dificultad para agarrarla: no conseguirá agarrarla con sus manos. Utiliza sus dos manos para agarrar las cosas no tiene preferencia por alguna en especial. Le gusta jugar con sus pies al igual que a los cuatro meses lo hacía con sus manos.

Los 9 meses

No le gusta permanecer acostado mucho tiempo cuando está despierto. Se sienta solo y desde esta posición puede volverse o inclinarse para agarrar algo y recobrar su posición después sin caerse. Sus piernas aguantan su peso, pero no guardan equilibrio. Mueve los dedos con gran facilidad, en especial el pulgar y el índice. Le sirven para curiosear cualquier objeto de tamaño reducido. Todavía se lleva a la boca lo que tenga al alcance de su mano. Lo investiga con la lengua para tener mejor conocimiento del mundo exterior. Los objetos pequeños atraen de forma especial su atención. Juega a meterlos y sacarlos de cualquier cosa que pueda servir de recipiente. Los pequeños detalles despiertan en el niño interés de su vista y tacto. Algunos niños empiezan a gatear a esta edad.

Los 12 meses

Algunos niños andan apoyándose en muebles y objetos que se encuentren a su alcance. Son capaces de poner un cubo encima de otro; pero no saben dejarlos colocados en esta posición. No se debe forzar al niño para que aprenda a andar; cada uno debe seguir su propio ritmo madurativo, distinto en cada individuo.

Los 14 meses

La mayoría de niños son capaces de ponerse de pie y andar solos. Este nuevo alcance le permite desplazarse solo con plena independencia. Siente cierta sorpresa con ese progreso, que le proporciona gran alegría.

Poco a poco, la boca va dejando de ser, junto con los ojos, el principal método de conocimiento de los objetos. Las manos van adquiriendo mayor importancia. A partir de ahora se convierte en un personaje que lo toca todo.

Los 18 meses

Anda con cierta seguridad. Se sienta en su sillita con gran agilidad y es capaz de trepar la silla del adulto al menor descuido. Puede subir las escaleras si se le da la mano y le gusta mucho arrastrar con una cuerda objetos con o sin ruedas, mientras va andando. El dominio de sus acciones mejora cada día y puede hacer una torre con tres cubos, poniéndolos encima de otro. La pelota empieza a llamar su atención y es capaz de empujarla suavemente con el pie. Se entretiene a ratos mirando cuentos, aunque pase las hojas de dos en dos y algunas veces se le rompan por falta de agilidad.

Los dos años

Corre sin caerse, pero no es capaz de detenerse rápidamente. Cuando se le cae un objeto, se agacha para agarrarlo y puede ponerse en cuclillas al jugar. Las escaleras no son obstáculo; las sube y baja solo, pero tiene los dos pies en cada escalón.

A los 3 años

Controla su velocidad, siendo capaz de frenar bruscamente. Ahora ya sube y baja escaleras alternando sus pies y le gusta pedalear con el triciclo. El control de su cuerpo permite levantar una pierna sin caerse.

Conviene llevar al niño al oculista para que controle problemas que pueden ocasionar dificultades en la escuela.

La mayoría de niños adquieren preferencia por una mano, entre los dos y tres años. Pasa al mismo tiempo con el pie, aunque no nos fijemos tanto. A esta edad, si el niño agarra las cosas con la mano izquierda no debemos contradecirlo, aunque se le puede sugerir que lo haga con la derecha. Sin embargo no debemos predisponer al niño que haga cosas con la izquierda. Monreal José Luis, Enciclopedia de la Psicología Infantil y Juvenil, Desarrollo del Niño, OCÉANO TOMO 1 pág. 100 a la 106.

El Desarrollo Psicomotor y su relación con la Nutrición

El primer año de vida, es el período de crecimiento y desarrollo más rápido en la vida del niño y es cuando este es más inmaduro y vulnerable. Por ello es importante proporcionarle una alimentación suficiente y adecuada.

La alimentación del niño en el primer año de vida se basa en la leche humana y se completa con otros alimentos (alimentación complementaria),

con el doble objetivo de satisfacer sus necesidades nutritivas y crear unos hábitos alimentarios adecuados. Muñoz F. Lactancia Materna. Pediatr Integr. 1995

DESARROLLO PSICOMOTOR DEL NIÑO DE 0 A 3 AÑOS

Hay un orden definido para la adquisición de destrezas motrices y la habilidad de moverse deliberada y acertadamente es progresiva.

Las habilidades van de lo simple a lo complejo. Primero, el niño alza objetos relativamente grandes con toda su mano. Luego, gradúa el uso de pequeños movimientos como de pinza con su pulgar y su índice para alzar objetos muy pequeños. Después de que ha logrado control sobre movimientos separados de los brazos, manos, piernas y pies, será capaz de coordinar todos estos movimientos para poder caminar.

La habilidad para caminar y la precisión para agarrar son dos de las habilidades motrices más distintivas de los humanos, ninguna de las cuales están presentes

En el momento de nacer.

Al nacer, el bebé puede voltear la cabeza de lado a lado cuando está acostado hacia arriba y, cuando está boca abajo, puede levantar la cabeza lo suficiente como para voltearla. Primero domina el elevar la cabeza mientras que está boca abajo; luego mantiene su cabeza derecha cuando se le sostiene, y después levanta la cabeza cuando está boca arriba. Durante sus primeros 2 ó 3 meses continúa elevando la cabeza más alto y, alrededor de los 4 meses, puede mantenerla derecha cuando se le ayuda o cuando se lo mantiene sentado.

Aproximadamente a los 3 meses y medio, el bebé puede agarrar un objeto de tamaño no muy grande, aunque todavía tiene dificultad para agarrar cualquier cosa que sea mucho más pequeña. Alrededor de los 7 meses, las manos están lo suficientemente coordinadas como para poder alzar un guisante de la bandeja de su silla de comer, haciendo uso solamente de un movimiento como de pinza. A los 14 meses puede construir una torre de dos cubos; alrededor de los dos años puede agarrar una taza y beber de ella; aproximadamente 3 meses antes de su tercer cumpleaños, puede copiar un círculo, bastante bien.

A los 3 meses, después de un cuarto de año como prisionero de la gravedad, el bebé empieza a rodar sobre sí mismo a propósito, primero de su estómago a la espalda y más tarde de la espalda al estómago. Los bebés aprenden a sentarse ya sea levantándose por sí mismos, ya sea cuando están acostados o dejándose caer cuando están de pie.

El bebé promedio puede sentarse sin apoyo entre los 5 y 6 meses y puede adoptar una posición de sentado sin ninguna ayuda, dos meses más tarde. Alrededor de los 6 meses aproximadamente, empiezan a moverse por todas partes en forma muy variada y bajo su propia cuenta y riesgo. Se mueven sobre el estómago, empujan el cuerpo con los brazos y arrastran con dificultad los pies detrás de ellos. A veces, sentados, corren rápidamente, empujándose hacia delante con los pies y las manos. La mayoría de los bebés ya se desenvuelven por todas partes con bastante propiedad alrededor de los 9 ó 10 meses.

Alrededor de los 10 meses, después de unos 4 meses de práctica parándose con el apoyo de cualquier objeto, puede soltarse y pararse solo. Alrededor de dos semanas antes del primer cumpleaños, se pone de pie correctamente, por sí mismo. AGUIRRE V CARMEN, "DESARROLLO BIOLÓGICO DEL NIÑO DE 0 A 6 AÑOS".

f. METODOLOGÍA

MÉTODOS:

CIENTÍFICO.- Es el conjunto de procedimientos por los cuales: se plantean los problemas científicos, y se ponen a prueba las hipótesis científicas. Este método permitirá plantear los problemas existentes para nuestra investigación, partiendo desde la observación empírica del campo problemático, delimitación del mismo, escogimiento del tema, planteamiento de objetivos, fundamentación teórica, con los cuales se alcanzará los objetivos que se han planteado, es decir es el más completo de la investigación.

INDUCTIVO.- Permitirá problematizar las realidades encontradas en los niños y niñas y obtener una información clara y específica gracias a la observación lo cual servirá para estructurar el fundamento teórico.

DEDUCTIVO.- Será de gran utilidad; ya que, partiendo de una generalidad se podrá determinar factores particulares del problema planteado, a través de la elaboración y aplicación de las técnicas e instrumentos, tomando como base de los elementos teóricos – conceptuales del Marco Teórico.

MODELO ESTADÍSTICO.- Posibilitará la exposición de resultados a través de cuadros y gráficos estadísticos los cuales se elaboraran en base a los resultados obtenidos, lo que permitirá hacer el análisis e interpretación.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS:

ENCUESTA.- Elaborada y dirigida a los padres de familia de los niños y niñas nivel inicial de la Escuela Fiscal Mixta “13 de Julio” de la ciudad de Paccha, para establecer el tipo de alimentación diaria.

TEST DE DEXTERÍMETRO DE GOODDARD.- Dirigida a los niños y niñas del nivel inicial de la Escuela Fiscal Mixta “13 de Julio” de la ciudad de Paccha, para valorar el Desarrollo Psicomotriz.

Población:

Cuadro representativo

ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA “13 DE JULIO”				
	Nivel Inicial		Padres de familia	Total
	Mujer	Hombre		
Población	20	15	35	70

Fuente: registro de la maestra de nivel Inicial de los niños y niñas de la Escuela “13 de Julio”

Investigadora: Paola Katherine Añezco Añezco

g. CRONOGRAMA

N°	Tiempo Actividades	2015																											
		Mayo				Junio				Julio				Septiembre				Octubre				Noviembre				Diciembre			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Elaboración y aprobación del Proyecto de Tesis	█	█	█	█	█	█	█	█																				
2	Aplicación de técnicas e instrumentos									█	█	█	█																
3	Tabulación de la información													█	█	█													
4	Redacción del informe final															█	█	█	█										
5	Presentación del Borrador																			█	█								
6	Correcciones																					█	█						
7	Revisión final del Director de Tesis																							█					
8	Calificación de tesis																							█	█	█			
9	Correcciones																									█	█		
10	Defensa y sustentación pública																										█	█	█

PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO

RECURSOS:

INSTITUCIONALES:

- ✓ Universidad Nacional de Loja, Modalidad de Estudios a Distancia, Carreras Educativas
- ✓ Escuela fiscal mixta "13 de julio" nivel inicial
- ✓ Biblioteca municipal de la ciudad de Piñas
- ✓ Biblioteca de la Universidad Nacional de Loja

HUMANOS:

- ✓ Directora de Tesis
- ✓ Padres de Familia del Centro Educativo
- ✓ Niñas y niños
- ✓ Director y asesor de investigación
- ✓ Investigador
- ✓ Docentes

MATERIALES:

- ✓ Materiales para la reproducción del texto
- ✓ Aula
- ✓ Computador
- ✓ Copias
- ✓ Encuestas
- ✓ Internet
- ✓ Resma de papel
- ✓ USB
- ✓ Tablero de madera
- ✓ Borrador
- ✓ Cronometro

✓ Lápiz

N°	DETALLES	VALOR TOTAL
1	Copia de material bibliográfico	100.00
2	Impresión del proyecto	150,00
3	Copias de documentos de apoyo	100,00
4	Material de oficina	80.00
5	Levantamiento definitivo de investigación	280,00
6	Movilización	300,00
7	Trámites	150,00
8	Imprevistos	200,00
	TOTAL	1360,00

FINANCIAMIENTO:

Los gastos que demanda la elaboración del proyecto, trabajo de campo e informa final, serán cubiertos en su totalidad por la investigadora.

j. BIBLIOGRAFÍA

- ✓ Alonso, M^a. Castellano, G. (2007). *Manual práctico de Nutrición en Pediatría*. Conceptos generales de nutrición. Requerimientos nutricionales. Madrid: Ergon.
- ✓ Bonet, A. (2000). *Biblioteca Práctica de Consulta del Nuevo Milenio*. Literatura. Biología I. Biología II. (Volumen 7). Zamora Editores Ltda. 2000. Colombia: Printer Colombiana S. A.
- ✓ Espasa Calpe S. A. (2003). *Biología I*. Biología celular – Biología de los organismos. Enciclopedia del Conocimiento. Colombia: Imprelibros S. A.
- ✓ Enciclopedia de la Psicopedagogía. (1998). *Pedagogía y Psicología*. España: Océano Grupo Editorial S. A.
- ✓ Enciclopedia de la Psicología. 2006. *Psicología para Todos*. Guía completa de crecimiento personal. (Volumen 1). España: GLOBUS COMUNICACIÓN, S. A.
- ✓ Futura, la Enciclopedia del Conocimiento. (2005). *Ciencias Naturales*. Los seres vivos. (Volumen 1). Barcelona: Editorial Sol 90.
- ✓ Laguna, R. Claudio, V. (2007). *Diccionario de Nutrición y Dietoterapia*. (5^{ta} ed.) México D. F.: MCGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES, S. A. DE C.V.
- ✓ LEXUS. (2002). *Libro de la Educadora*. (ed. 2002). Barcelona: I. Gráficas Marmol, S. L. LEXUS.
- ✓ López, C. (2005). *La alimentación de tus niños*. Nutrición saludable de la infancia a la adolescencia. Agencia Española de Seguridad Alimentaria. Ministerio de Sanidad y Consumo. Madrid. Fiselgraf, S.L.

- ✓ Manual de Publicaciones de la American Psychological Association. (2010): versión abreviada / tr. Miroslava Guerra Frías. – 2^a ed. – México: Editorial El Manual Moderno.
- ✓ Ministerio de Salud Pública del Ecuador. (2011). *Manual de Consejería Nutricional, para el crecimiento y alimentación de niños y niñas menores de cinco años y de cinco a nueve años*. Quito: Diseñado e Impreso en Quito-Ecuador.
- ✓ Ministerio de Salud Pública. Ministerio de Educación del Ecuador. (2008). *Guía de Salud*. Para personal auxiliar y de salud, maestros, maestras y promotores. Distrito Metropolitano de Quito: Zona Centro.
- ✓ Narvarte, M. (2003). *Integración Escolar*. Atención en el aula de los trastornos escolares. Integración escolar de niños con discapacidad. Comobia: D´VINNI LTDA. LEXUS EDITORES.
- ✓ Papalia, D. Wendkos, S. y Duskin, R. (2009). *Psicología del Desarrollo*. De la infancia a la adolescencia. (Undécima Edición). México D. F.: MCGRAW-HILL/INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- ✓ Pérez, R. e Ideas Propias. (2004). *Psicomotricidad*. Teoría y Praxis del Desarrollo Psicomotor en la Infancia. (1^a ed.) España: Josman Press.
- ✓ Saravi, A., Britos, S., Vilella, F., y Senesi, (2010). *Del Campo a la mesa*. Una herramienta práctica para aprender a comer y entender qué comemos. Manual para Docentes. Buenos Aires: Grupo InterCole S.A.
- ✓ Vega, L. Iñarritu, M. (2010). *Fundamentos de nutrición y dietética*. (1^{ra} ed.) México D. F.: Pearson Educación de México, S. A. de C. V.

WEBGRAFÍA

<http://es.wikipedia.org/wiki/nutricion>

<http://www.educacioninicial.com>

<http://www.monografias.com>

<http://www.aesa.msc.es>

<http://www.cun.es/chequeos-salud/infancia/desarrollo-psicomotor>

www.creativoonline.org

ANEXOS

Anexo 1. Encuesta a padres de familia



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

MODALIDAD DE ESTUDIOS A DISTANCIA, CARRERAS EDUCATIVAS
CARRERA DE PSICOLOGÍA INFANTIL Y EDUCACIÓN PARVULARIA

ENCUESTA DIRIGIDA A LOS PADRES DE FAMILIA DE LAS NIÑAS Y NIÑOS
DEL CENTRO EDUCATIVO “13 DE JULIO” NIVEL INICIAL, DE LA CIUDAD DE
PACCHA, CANTÓN ATAHUALPA, PROVINCIA DE EL ORO.

Estimado padres de familia sírvase contestar la siguiente encuesta, la misma que es con fines investigativos.

1. ¿Seleccione el concepto de Nutrición?

- ✓ Conjunto de procesos fisiológicos por los cuales el organismo recibe, transforma y utiliza las sustancias químicas contenidas en los alimentos ()
- ✓ El acto de proporcionar al cuerpo los alimentos ()

2. ¿Alimenta a su hijo (a) con tres comidas diarias y dos colaciones con alimentos variados y en cantidad suficiente?

Sí () No () A veces ()

3. ¿Proporciona dinero para que su hijo/a consuma productos en el bar de la escuela?

Sí () No () A veces ()

4. Seleccione los alimentos que consumen en casa, en las siguientes comidas en las cantidades que se indican:

a) Carne de res, pescado o pollo una presa como mínimo cuatro veces a la semana. Puede sustituirse la carne por un huevo o una taza de leguminosas (granos) como fréjol, arveja, lenteja, soya, habas, combinándolas con un cereal como el arroz.

Sí () No () A veces ()

b) Verduras crudas o cocinadas (acelga, rábano, brócoli, lechuga, tomate, zanahoria: medio plato dos veces al día.

Sí () No () A veces ()

c) Leche o yogur tres tazas, un pedazo de queso, tres frutas, pan una o dos unidades.

Sí () No () A veces ()

d) Cereales como avena, quinua, arroz, fideos, papas: medio plato dos veces al día.

Sí () No () A veces ()

e) Aceites, otras grasas y azúcar en pequeñas cantidades

Sí () No () A veces ()

5. Seleccione los alimentos chatarra que consume su hijo/a

Kachitos () frituras () caramelos ()

Colas () chicles () colombinas ()

Bolos ()

6. Considera que la Nutrición incide en el Desarrollo Psicomotriz de las Niñas y Niños del centro educativo “13 de julio” nivel inicial.

Sí () No () En parte ()

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Anexo 2. Test Dexterímetro de Gooddard



UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
MODALIDAD DE ESTUDIOS A DISTANCIA, CARRERAS EDUCATIVAS
CARRERA DE PSICOLOGÍA INFANTIL Y EDUCACIÓN PARVULARIA

TEST DE DEXTERÍMETRO DE GOODDARD

OBJETIVO:

Este test dexterímetro mide la velocidad y precisión de los movimientos del brazo y de la mano, para determinar el nivel de desarrollo psicomotriz del niño.

MATERIAL:

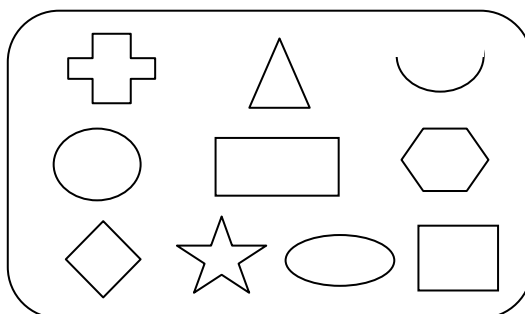
Consta de un tablero de madera de 50 x 35 cm., en el cual existen 10 excavaciones geométricas, ordenadas en tres filas:

Primera fila: Cruz, triángulo, semicírculo

Segunda fila: Círculo, rectángulo, romboedro

Tercera fila: Rombo, estrella, elipse, cuadrado

Como material adicional se requiere de un cronómetro, una hoja de respuestas y lápiz.



TÉCNICA:

El niño está de pie frente al tablero que descansa sobre una mesa adecuada, el examinador imparte al niño la siguiente instrucción:

En cada excavación de este tablero descansa una pieza, voy a proceder a retirar estas piezas y a colocarlas en tres grupos para que usted las vuelva a encajar correctamente.

El examinador procede a agrupar a las piezas cerca del borde inferior del tablero, en tres grupos de acuerdo con el siguiente orden:

1. Grupo del lado izquierdo:
Círculo (sirve de base), estrella (intermedia), rombo (superior)
2. Grupo intermedio
Cuadrado (sirve de base), romboedro y semicírculo (intermedio en su orden), cruz (superior).
3. Grupo del lado derecho
Rectángulo (sirve de base), elipse (intermedio), triángulo (superior)

Una vez agrupadas así las piezas, el examinador le indica al niño: ahora va a proceder a encajar las piezas utilizando la mano más hábil y lo más rápidamente posible.

¡Atención! ¡Comienza!

El examinador pone en marcha el cronómetro y lo detiene en el momento en que el niño ha encajado la última pieza. La misma experiencia ejecuta el niño tres veces.

El examinador escoge el tiempo más corto de las tres anotaciones en segundos y lo confronta con el baremo respectivo para obtener la edad psicomotriz y luego se procede a obtener o calcular el cociente psicomotriz.

CÁLCULO:

Este cociente psicomotriz se lo calcula en base a la siguiente fórmula:

$$\text{Cociente psicomotriz} = \frac{\text{Edad psicomotriz en meses}}{\text{Edad cronológica en meses}} \times 100$$

Obtenido este cociente psicomotriz mediante la fórmula, lo confronta con el baremo del cociente psicomotriz para el diagnóstico del desarrollo psicomotriz manual.

BAREMO:

Tiempo en segundos			Edad psicomotriz		Escala del cociente psicomotriz			
Desde		Hasta	Años	Meses	Cociente			Equivalente
222"	0	+	1	9	140	o	+	Muy superior
109"	-	221"	2	2	120	-	139	Superior
72"	-	108"	3	5	110	-	119	Muy bueno
63"	-	71"	4	0	99	-	109	Bueno
40"	-	62"	4	7	80	-	89	Regular
37"	-	39"	5	0	70	-	79	Deficiente
34"	-	36"	5	4	69	o	-	Muy deficiente
30"	-	33"	5	6				
26"	-	29"	5	9				
	25"		6	0				
	24"		6	8				
	23"		7	0				
	22"		7	4				
	21"		7	8				
	20"		8	0				
	19"		8	6				
	18"		9	0				
	17"		9	6				
	16"		10	0				
	15"		11	0				
	14"		12	0				
	13"		12	6				
	12"		13	0				
	11"		14	0				

Imágenes del trabajo de campo.



Escuela de Educación Básica "13 de Julio", ciudad de Paccha, cantón Atahualpa, provincia de El Oro.

Padre de familia del Nivel Inicial de la Escuela de Educación Básica "13 de Julio", contestando la encuesta que se les aplicó.



Niños y niñas del Nivel Inicial de la Escuela de Educación Básica "13 de Julio", desarrollando el Test Dexterímetro de Gooddard.

INDICE

PORTADA.....	i
CERTIFICACIÓN.....	ii
AUTORÍA.....	iii
CARTA DE AUTORIZACIÓN.....	iv
AGRADECIMIENTO	v
DEDICATORIA	vi
a. TÍTULO.....	1
b. RESUMEN	2
SUMMARY	3
c. INTRODUCCIÓN	4
d. REVISIÓN DE LITERATURA.....	6
e. MATERIALES Y MÉTODOS	36
f. RESULTADOS	39
g. DISCUSIÓN	57
h. CONCLUSIONES.....	59
i. RECOMENDACIONES	60
LINEAMIENTOS ALTERNATIVOS.....	62
j. BIBLIOGRAFÍA	72
k. ANEXOS:	77
INDICE.....	121