



1859

UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Universidad Nacional de Loja

Unidad de Educación a Distancia

Carrera de Educación Inicial

La Nutrición y su relación con el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” de la ciudad de Loja

Trabajo de Integración Curricular, previo a la obtención del título de Licenciada en Ciencias de la Educación Inicial

AUTORA:

Mónica Katherine Capa Moreno

DIRECTOR:

Mgr. María Soledad Cárdenas Palacios

Loja - Ecuador

2023 – 2024

Certificación



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Sistema de Información Académico
Administrativo y Financiero - SIAAF

CERTIFICADO DE CULMINACIÓN Y APROBACIÓN DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Yo, **CARDENAS PALACIOS MARIA SOLEDAD**, director del Trabajo de Integración Curricular denominado **La Nutrición y su relación con el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular "La Porciúncula"** de la ciudad de **Loja**, perteneciente al estudiante **MONICA KATHERINE CAPA MORENO**, con cédula de identidad N° **1105893265**.

Certifico:

Que luego de haber dirigido el **Trabajo de Integración Curricular**, habiendo realizado una revisión exhaustiva para prevenir y eliminar cualquier forma de plagio, garantizando la debida honestidad académica, se encuentra concluido, aprobado y está en condiciones para ser presentado ante las instancias correspondientes.

Es lo que puedo certificar en honor a la verdad, a fin de que, de así considerarlo pertinente, el/la señor/a docente de la asignatura de **Integración Curricular**, proceda al registro del mismo en el Sistema de Gestión Académico como parte de los requisitos de acreditación de la Unidad de Integración Curricular del mencionado estudiante.

Loja, 2 de Agosto de 2024

MARIA
SOLEDAD
CARDENAS
PALACIOS

Firmado digitalmente
por MARIA SOLEDAD
CARDENAS PALACIOS
Fecha: 2024.08.02
08:59:27 -05'00'

F)

**DIRECTOR DE TRABAJO DE INTEGRACIÓN
CURRICULAR**



Certificado TIC/TT.: UNL-2024-001681

1/1
Educamos para Transformar

Autoría

Yo, Mónica Katherine Capa Moreno, declaro ser autora del presente Trabajo de Integración Curricular 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 Trabajo de Integración Curricular en el Repositorio Institucional-Biblioteca Virtual.



Firma: Mónica Katherine Capa Moreno

Cédula de Identidad: 1105893265

Fecha: Loja, 16 de octubre de 2024

Correo electrónico: monica.capa@unl.edu.ec

Teléfono o celular: 0962095310

Carta de autorización del Trabajo de Integración Curricular por parte de la autora, para la consulta, reproducción parcial o total y/o publicación electrónica del texto completo.

Yo, Mónica Katherine Capa Moreno, declaro ser autora del Trabajo de Integración Curricular titulado: **La Nutrición y su relación con el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” de la ciudad de Loja** como requisito para optar el título de **Licenciada en Educación Inicial**, autorizo al sistema Bibliotecario de la Universidad Nacional de Loja para que con fines académicos muestre la producción intelectual de la Universidad, a través de la visibilidad de su contenido de la siguiente manera en el Repositorio Institucional.

Los usuarios pueden consultar el contenido de este trabajo en el Repositorio Institucional 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 del Trabajo de Integración Curricular que realice un tercero.

Para constancia de esta autorización, suscribo, en la ciudad de Loja, a los dieciséis días del mes de octubre del año dos mil veinticuatro.



Firma:

Autor: Mónica Kthrin Capa Moreno

Cédula: 1105893265

Dirección: Barrio San Rafael, Av. Manuel Carrión Pinzano y Rafael Riofrío

Correo electrónico: monica.capa@unl.edu.ec

Celular: 0962095310

DATOS COMPLEMENTARIOS:

Director del Trabajo de Integración Curricular: Mgtr. María Soledad Cárdenas Palacios

Dedicatoria

A Dios, por haber iluminado mi camino y darme la sabiduría necesaria para completar esta etapa de mi formación académica.

A mis padres, quienes han sido mi mayor inspiración y apoyo a lo largo de mi vida. su constante aliento, sabios consejo y ejemplo de dedicación y esfuerzo me han motivado a esforzarme cada día por ser una mejor persona y alcanzar el éxito en mis estudios.

Mónica Katherine Capa Moreno

Agradecimiento

Expreso mi agradecimiento a la Universidad Nacional de Loja, a la Unidad de Educación a Distancia, a la carrera de Educación Inicial, a la dirección, al personal administrativo y sobre todo al personal docente por darme la oportunidad de formar parte de esta comunidad y por brindarme su apoyo a lo largo de todo mi proceso formativo, cada uno de sus conocimientos y experiencias compartidas serán aprovechadas no solo en mi vida profesional sino también personal.

Asimismo, considero oportuno agradecer a la Mgtr. María Soledad Cárdenas Palacios directora y docente del trabajo de integración curricular, quien a través de sus conocimientos y orientaciones me supo guiar en el desarrollo del presente trabajo. Del mismo modo por estar presente a lo largo de todo el proceso de elaboración del presente trabajo brindándome sus conocimientos y sugerencias para culminar el mismo.

Finalmente expreso mis más sinceros agradecimientos a la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” de la ciudad de Loja y a la Hna. Fanny Lara Mera. por su colaboración, amabilidad, y tiempo concedido a lo largo de la realización del trabajo de campo del presente Trabajo de Integración Curricular.

Gracias a todas las personas que de alguna manera u otra aportaron al presente trabajo de investigación.

Mónica Katherine Capa Moreno

Índice de Contenido

Portada.....	i
Certificación	ii
Autoría	iii
Carta de autorización.	iv
Dedicatoria.....	v
Agradecimiento	vi
Índice de Contenido	vii
Índice de Tablas	ix
Índice de Figuras	ix
Índice de Anexos.....	ix
1.Título	1
2.Resumen.....	2
Abstract	3
3.Introducción	4
4.Marco Teórico	7
4.1.Antecedentes	7
4.2.Bases Teóricas.....	9
4.2.1.Teoría del Desarrollo Cognitivo de Piaget	9
4.2.2.Teoría del Aprendizaje Socio-cultural de Vygotsky	9
4.2.3.Teoría de la Nutrición Cerebral de Benton.....	10
4.3.Bases legales	11
4.3.1.OMS.....	11
4.3.2.Constitución de la República.....	11
4.3.3.Plan Nacional de Desarrollo Toda una Vida	11
4.3.4.ONU.....	12

4.4.Marco Histórico	12
4.4.1.La Nutrición.....	12
4.4.2.Desarrollo Cognitivo	13
4.5.Variables	14
4.5.1.La Nutrición.....	14
4.5.2.Desarrollo Cognitivo	19
5.Metodología	23
5.1.Área de Estudio	23
5.2.Procedimiento.....	24
5.2.1.Enfoque Metodológico	24
5.2.2.Métodos	24
5.2.3.Técnicas e Instrumentos	25
5.2.4.Diseño	25
5.2.5.Unidad de Estudio	25
5.2.6.Criterios de inclusión.....	26
5.2.7.Criterios de exclusión	26
5.3.Procesamiento de los datos obtenidos	26
6.Resultados	27
6.1.Triangulación de Datos	28
7.Discusión	34
8.Conclusiones	37
9.Recomendaciones	38
10.Referencias Bibliográficas	39
11.Anexos	43

Índice de Tablas

Tabla 1 Beneficios y desafíos que aportan algunos nutrientes.....	16
Tabla 2 Población y Muestra.....	26
Tabla 3 Triangulación de Datos Variable Independiente.....	28
Tabla 4 Triangulación de Datos Variable Dependiente.....	31

Índice de Figuras

Figura 1 Croquis de la Unidad Educativa Particular "La Porciúncula".....	24
---	----

Índice de Anexos

Anexo 1 Guía de Entrevista.....	43
Anexo 2 Ficha de Observación.....	44
Anexo 3 Validación Guía de Entrevista	45
Anexo 4 Validación Ficha de Observación	50
Anexo 5 Matriz de Operacionalización	54
Anexo 6 Triangulación de Variables	56
Anexo 7 Guía de Actividades	57
Anexo 8 Certificado de la traducción del resumen.....	58

1. Título

La Nutrición y su relación con el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la
Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” de la ciudad de Loja

2. Resumen

El presente trabajo de investigación denominado La Nutrición y su relación con el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” de la ciudad de Loja, planteó un objetivo general: Analizar la importancia que tiene la Nutrición en el Desarrollo Cognitivo de las niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” y tres objetivo específicos: Identificar la Nutrición en el Desarrollo Cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”.; Describir estrategias para concientizar a los padres de familia la importancia de la nutrición en el desarrollo cognitivo en los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”; Diseñar las estrategias para los padres de familia sobre la nutrición adecuada en el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”. Se utilizó un método inductivo no experimental, además se manejó una técnica de observación, también se diseñaron dos instrumentos una entrevista y una ficha de observación, asimismo se aplicó un diseño cuasiexperimental. Como resultado, se observó que en la mayoría de niña presentan una incorrecta nutrición afectando su desenvolvimiento en el aula, mientras que los niños restantes presentan una buena nutrición y un buen desarrollo cognitivo. En concluían, se identificó que la mala nutrición en lo niño si afecta en su cognición, haciendo que lo niños no se desenvuelvan de manera correcta en el aula. En recomendación, es necesario que los padres se informen de cómo llevar la buena nutrición a sus hogares para un buen desarrollo cognitivo, buscando buenas herramienta y estrategias innovadoras.

Palabras clave: Desarrollo cognitivo, desenvolvimiento, estrategias innovadoras, nutrición.

Abstract

The present research work called Nutrition and its relationship with the cognitive development of children aged 4 to 5 years from the “La Porciúncula” Private Educational Unit in the city of Loja, proposed a general objective: Analyze the importance of Nutrition. in the Cognitive Development of children aged 4 to 5 years from the Private Educational Unit “La Porciúncula” and three specific objectives: Identify Nutrition in the Cognitive Development of children aged 4 to 5 years from the Private Educational Unit “La Porciúncula” .; Describe strategies to raise awareness among parents of the importance of nutrition in the cognitive development of children aged 4 to 5 years at the “La Porciúncula” Private Educational Unit; Design strategies for parents on adequate nutrition in the cognitive development of children aged 4 to 5 years from the “La Porciúncula” Private Educational Unit. A non-experimental inductive method was used, in addition an observation technique was used, two instruments were also designed, an interview and an observation sheet, and a quasi-experimental design was also applied. As a result, it was observed that the majority of girls present incorrect nutrition, affecting their performance in the classroom, while the remaining children present good nutrition and good cognitive development. In conclusion, it was identified that poor nutrition in children does affect their cognition, causing children to not function correctly in the classroom. In recommendation, it is necessary for parents to inform themselves about how to bring good nutrition to their homes for good cognitive development, looking for good tools and innovative strategies.

Key words: Cognitive development, development, innovative strategies, nutrition.

3. Introducción

La nutrición ha venido jugando un papel muy importante en el desarrollo cognitivo de cada niño en etapa inicial, ya que al tener malos hábitos alimentación trae consecuencias al desarrollo cognitivo como el bajo rendimiento escolar, disminución de la atención, dificultades para comunicarse con los demás, para razonar analíticamente y para adaptar a nuevos ambientes y personas. Además, una buena alimentación es una línea de defensa contra muchas enfermedades que pueden llegar a dejar secuelas en las personas y marcan su desarrollo físico en la edad adulta.

Es así, que Arellano (2019), menciona que la nutrición es el proceso mediante el cual el organismo obtiene y utiliza los nutrientes necesarios para un funcionamiento adecuado. Estos nutrientes incluyen ya sea los carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y agua, que son indispensables para el crecimiento, desarrollo y mantenimiento de la salud del cuerpo.

Por otro lado, Hernández (2021) resalta que el desarrollo cognitivo se refiere al proceso de adquisición y mejora de las habilidades mentales y cognitivas, como la capacidad de pensar, recordar, razonar, resolver problemas y tomar decisiones. Este proceso comienza desde el nacimiento y se extiende a lo largo de toda la vida, a medida que las personas adquieren nuevas habilidades cognitivas y consolidan las ya existentes.

El desarrollo cognitivo en la niñez es de vital importancia ya que es el proceso a través del cual los niños adquieren y mejoran habilidades mentales como la memoria, el pensamiento, la atención, el lenguaje, la percepción y la resolución de problemas. Este proceso es fundamental para que los niños puedan aprender, entender el mundo que les rodea y desarrollar habilidades que les permitan tener éxito en su vida académica y personal.

Por lo expuesto anteriormente, el presente trabajo de investigación denominado La Nutrición y su relación con el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” de la ciudad de Loja, desea crear una información que sea sólida y que genere conocimientos acerca de la influencia directa que tienen la nutrición en el desarrollo cognitivo de cada niño. De esta forma, nos ayudará a entender de una manera más profunda de cómo la mala nutrición logra afectar el rendimiento escolar y aprendizaje significativo en el crecimiento de cada niño.

En este contexto se planteó el siguiente problema: ¿De qué manera influye la Nutrición en el desarrollo Cognitivo de las niñas y los niños de 4 a 5 años en la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”?; de igual manera, se plantearon dos preguntas de investigación

más: ¿Qué efectos pueden tener la mala nutrición en el desarrollo cognitivo de los niños y niñas de 4 a 5 años en la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”? y ¿Cómo se evidencia el desarrollo cognitivo de los niños y niñas de 4 a 5 años en la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”?

Es así que, en este trabajo de titulación se planteó un objetivo general: Analizar la importancia que tiene la Nutrición en el Desarrollo Cognitivo de las niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” y los siguientes objetivos específicos: Identificar la Nutrición en el Desarrollo Cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”.; Describir estrategias para concientizar a los padres de familia la importancia de la nutrición en el desarrollo cognitivo en los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”; Diseñar las estrategias para los padres de familia sobre la nutrición adecuada en el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”.

En la parte metodológica, la investigación utilizó el método inductivo no experimental para analizar las variables de estudio partiendo de lo general, analítico para ejecutar la descomposición de cada una de las partes implicadas para estudiarlas de manera individual y sintético para estudiar el fenómeno investigado en su totalidad. En esta investigación implementará una observación profunda de cada caso. Además, se utilizó un enfoque cualitativo, de tipo no experimental debido a que no se manipulará las variables de estudio y de corte transversal ya que será realizado en un lapso de tiempo determinado.

En lo que se refiere a las técnicas, se utilizó una técnica de observación, enfocándose específicamente en una entrevista que se realizará a los 2 docentes de la Unidad Educativa, para recopilar información importante que ayudó a identificar la problemática relacionada con el desarrollo cognitivo de los niños y niñas.

En el mismo contexto para cumplir con los objetivos anteriormente señalados, se diseñaron dos instrumentos que se aplicaron, el primer instrumento es una entrevista que va dirigida a los docentes que consta de 5 preguntas que incluirán las dos variables, para recolectar información que sea valiosa. El segundo instrumento que se aplicó fue una ficha de observación, para recopilar de manera más detallada como los niños se comportan y aprenden.

Asimismo, se utilizó un diseño de cuasi - experimental, debido a que me permitió recopilar información importante de mis dos variables, ayudándome a examinar la relación

entre la nutrición y el desarrollo cognitivo de los niños, recogiendo la información mediante herramientas de evaluación.

A continuación, se realizará una pequeña estructura del presente trabajo de investigación: Marco teórico, donde se fundamenta el trabajo con los antecedentes, las bases teóricas, las bases legales, el marco histórico y el contenido de las dos variables. Metodología, donde se propone el procedimiento, los métodos, las técnicas y los instrumentos, los enfoques, el diseño, la población y la muestra. Resultados, que contiene el análisis de la información que se obtuvo con la aplicación de los instrumentos. Conclusiones, está la síntesis general de toda la investigación. Recomendaciones, que contienen sugerencias importantes. Por último, las referencias bibliográficas que respaldan los argumentos utilizados en mi trabajo de investigación.

4. Marco Teórico

4.1. Antecedentes

En la actualidad la educación cumple un papel fundamental en el desarrollo Integral de los niños y niñas, en el desarrollo de habilidades y destrezas; pero su labor debe y puede ir más allá de los conocimientos, de los aprendizajes; porque para que se produzca este desarrollo integral y total en el niño(a), es necesario que se encuentre bien nutrido y alimentado. Entonces es indispensable que para mejorar la calidad de vida de los niños(as), se cree programas en el área de la salud, nutrición y principios básicos de educación como una manera de influir positivamente en los grupos familiares de los niños que se encuentran en esta etapa tan importante de su vida.

Es por ello que el conocimiento actual sobre nutrición, el estar conscientes de lo importante que es en los niños(as) una adecuada alimentación para su desarrollo y crecimiento, y las terribles consecuencias de una mala nutrición como es la desnutrición infantil nos lleva a involucrarnos a todos, padres de familia, maestros, entes gubernamentales, en esta responsabilidad tan grande, porque solo con niños(as) sanos tendremos una sociedad mejor y un país desarrollado, ya que los niños(as) son el futuro de nuestro país.

Con el fin de argumentar el trabajo de investigación denominado La Nutrición y su relación con el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” de la ciudad de Loja”, se tomaron en cuenta algunas investigaciones.

Guerrero (2019), realizaron un proyecto título “Los hábitos alimenticios en el desarrollo de las habilidades cognitivas en los niños de 4 a 5 años de edad” (p. 2), en la escuela “José María Saénz” en la provincia de Chimborazo, se llegó a la conclusión de que se analizó la existencias de altos índices de deficiencia en la atención y concentración, esta situación también puede deberse a problemas alimenticios pues que existen varios componentes o nutrientes sumamente necesarios para el normal u óptimo desarrollo del aprendizaje, componentes químicos resultados de la asimilación corporal que mejoran las habilidades.

De igual manera, López (2020), en su investigación titulada “Estado nutricional y hábitos alimenticios en niños” en el colegio público de Valledupar. En la ciudad de Valledupar-Colombia, menciona que la desnutrición es una de las principales causas de deficiencias cognitivas en los niños, lo que puede afectar su desarrollo motriz y rendimiento escolar, en la población son escolares de 4 a 6 años de edad en Valledupar –Colombia.

Por otro lado, Méndez (2019), en su investigación “Descripción de los hábitos saludables con escolares de la I. E. Román Gómez de Marinilla – Antioquia”, menciona que la influencia de la alimentación en los estudiantes de transición influye directamente en el desarrollo cognitivo, una alimentación adecuada puede permitir al estudiante fortalecer sus capacidades cognitivas como el procesamiento de la información, la atención, la percepción, la memoria, la resolución de problemas y la comprensión durante los procesos de enseñanza-aprendizaje

Se dice que al menos uno de cada tres niños menores de cinco años no recibe la nutrición que necesita para crecer bien, especialmente en los primeros 1000 días, que va desde la concepción hasta los 2 años de vida, conllevando a problemas de salud, lo cual conlleva a deficiencias en el desarrollo físico y mental de los niños. La malnutrición constituye un problema universal de salud pública, estadísticas señalan que los niños menores de cinco años se enfrentan a diversas cargas de malnutrición.

En los últimos años el índice de la desnutrición crónica en niños menores de cinco años en el país se redujo apenas un punto porcentual de 2014 a 2018, es decir, de 23,9 a 23 %. Sin embargo, en los mismos años la prevalencia de desnutrición crónica en menores de dos años aumentó de 24,8 a 27,2 %. De acuerdo a los datos obtenidos el Instituto Ecuatoriano de Estadísticas y Censos (INEC) ha calificado esta diferencia como no estadísticamente significativa en el último período. Indicando que 35 de cada 100 niños de 5 a 11 años tienen sobrepeso y obesidad (INEC, 2018, pág. 18)

Es así que En la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” de la ciudad de Loja, en el área de educación inicial de niños de 4 a 5 años se ha podido observar y dialogar con los padres de familia de manera presencial acerca de la alimentación que tienen sus hijos, según manifiestan la nutrición de estos niños no es nutritiva, ya que su alimentación muchas de las veces está basada en comida rápida (chatarra) siendo esta la causa para que su desenvolvimiento escolar se vea afectado dentro de su concentración, atención y memoria. Entre las diferentes causas que pueden estar originando este problema tenemos la despreocupación de los padres ya sea por falta de tiempo o situaciones económicas y la falta de información en lo concerniente a una dieta alimenticia adecuada, lo que repercute en los hábitos alimenticios de los niños.

4.2.Bases Teóricas

4.2.1. *Teoría del Desarrollo Cognitivo de Piaget*

Las teorías cognoscitivas de Piaget están enfocadas en entender la manera en cómo las personas aprenden y en cómo transforma la información que reciben para luego emitir una respuesta. Así mismo, bajo esta teoría el autor Jean Piaget (1980), describía que los infantes construyen su conocimiento y mundo a medida que se relacionaban con su grupo de pares como con su entorno, ya que explica que mediante esta interacción las estructuras cognitivas se van entrelazando de a medida que el niño sea capaz de darle sentido (significado) a su realidad y construya su aprendizaje. Es decir, esta teoría no solo se centraba en conocer los resultados, sino en comprender que aspectos empleaba para conseguirlos y la manera de emplearlos.

Por otra parte, durante esta teoría Piaget propuso cuatro etapas del desarrollo cognitivo que fueron: el periodo sensorio motor (de 0 a 2 años), el preoperacional (de 2 a 7 años), el de operaciones concretas (de 7 a 11 años) y el de operaciones formales (a partir de los 11 años). Cada una de estas etapas simboliza una nueva capacidad cognitiva. De manera que, en el caso de los niños de 4 a 5 años, estarían en la etapa pre operacional, donde comienzan a desarrollar la capacidad de pensar de manera simbólica. Para esta etapa Piaget menciona que aquellos errores cognitivos que cometan los escolares no deben ser considerados como fracasos, sino más bien oportunidades que refuerzan su aprendizaje y que determinan los límites de su pensamiento al enfrentarlos, debido que al hacerlo pueden modificar sus estructuras mentales con reevaluarlas.

En base a ello, brindar una alimentación apropiada desde la primera infancia proporcionara los alimentos elementales, que el escolar necesita para mantener un adecuado desarrollo cerebral como también para su proceso de formación y aprendizaje.

4.2.2. *Teoría del Aprendizaje Socio-cultural de Vygotsky*

Lev Vygotsky (2001) manifiesta que los niños tienden adquirir de forma consecutiva su aprendizaje al momento en que se relacionan con las personas y su contexto, ya que a través de la interacción social lograr adquirir habilidades como nuevos conocimientos. Así mismo se resalta en esta teoría que todo aprendizaje que emplea el escolar en la escuela tiene una historia previa, puesto que antes ya experimento cosas nuevas que le dejaron conocimientos que pueden ser empleados en la fase escolar, por tanto, el desarrollo como el aprendizaje están interrelacionados desde los primeros días de vida del niño.

Por otra parte, Vygotsky propone tres zonas de desarrollo por las cual debe pasar el escolar que son:

- **Zona de desarrollo real.** –está conformada por aquellas habilidades actuales que presenta el escolar y que debe tomar en cuenta el docente, para establecer el tipo, el nivel de aprendizaje como para establecer estrategias oportunas que le permitan trabajar con eficacia.
- **Zona de desarrollo próximo.** – esta zona se refiere a la distancia que se establece entre el nivel de desarrollo potencial y el nivel de desarrollo real. Además, en esta zona se constituyen aquellos parámetros que se establecen para que el niño logre alcanzar los conocimientos como también para evidenciar en que momento de formación se encuentra, siendo importante resaltar que el docente en esta etapa debe planificar tanto las estrategias como actividades de acuerdo a la edad de los niños

Con relación a la investigación establecida los niños de 4 a 5 años se encontrarían en esta zona, debido a que estarían listos para aprender nuevas habilidades mediante el acompañamiento de un adulto o un compañero. De esta manera, si el niño recibe una mala nutrición en esta etapa afectaría severamente a su desarrollo cerebral y con esto a su capacidad de participar activamente en la adquisición de sus aprendizajes como en las actividades sociales que impulse a su óptimo desarrollo cognitivo.

- **Zona de desarrollo potencial.** – finalmente en esta zona se prevé que el escolar, ya tenga los conocimientos asumidos y sea capaz de emplearon durante el desarrollo de sus actividades. Es decir, en este nivel ya se puede agregar más complejidad en la adquisición para aprendizajes más duraderos.

4.2.3. Teoría de la Nutrición Cerebral de Benton

La teoría de la nutrición cerebral de Benton menciona que todos los nutrientes que ingiere la madre, a través de su torrente sanguíneo y la placenta, al torrente sanguíneo del feto durante el embarazo y después del mismo resultan necesarios para el funcionamiento del cerebro como para el desarrollo del feto. Además de los nutrientes y suplementos alimenticios que recibe él bebe provenientes de la leche materna o de fórmula (Benton, 2012). De modo que, los resultados de esta teoría indican que la alimentación temprana modifica las estructuras físicas del cerebro del cual dependen estas funciones.

Una cuestión clave con relación a lo mencionado que destaca el autor en esta teoría es que la alimentación como nutrición apropiada y brindada desde temprana edad contribuye de

manera asertiva al desarrollo cognitivo, debido a que se ha demostrado un alto porcentaje de que la leche materna en la dieta de varones recién nacidos estaba relacionada con un mayor volumen de la materia blanca en el cerebro y con coeficientes intelectuales verbales superiores (Isaacs et al, 2010).

Consecuentemente a lo dicho, los ácidos grasos poliinsaturados de cadena larga fomentan el desarrollo cognitivo, sobre todo a causa de sus efectos en las membranas neuronales y en la transmisión neural. Por lo tanto, esta teoría se encuentra relacionada con el tema de la nutrición, debido a que resalta su rol relevante para el rendimiento cognitivo como para el funcionamiento cerebral, puesto que se enfoca en dar a conocer acerca del valor que proporcionan los nutrientes, como los ácidos grasos omega-3, las vitaminas y los minerales, al cuerpo y la manera en que llegan afectaran a la función cerebral sino son empleadas en las medidas que se necesita. En el caso de los niños de 4 a 5 años, una dieta equilibrada y rica en estos nutrientes puede tener un impacto significativo en su capacidad para concentrarse, recordar información y resolver problemas, aspectos fundamentales para su desarrollo cognitivo.

4.3.Bases legales

4.3.1. OMS

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (2014). Expresa que la ingesta de alimentos consta de una necesidad dietética del organismo de todos los individuos, y con una buena nutrición (una dieta suficiente y equilibrada combinada con el ejercicio físico regular) se puede tener una buena salud, y que con una mala nutrición se puede reducir la inmunidad, aumentar la vulnerabilidad a las enfermedades, alterar el desarrollo físico y mental.

4.3.2. Constitución de la República

La Constitución de la República (2012) dentro artículo 4, Expresa las definiciones de los acuerdos y desarrollos conceptuales de la primera infancia, articulando la seguridad alimentaria y nutricional la cual busca promover en las familias los buenos hábitos alimentarios y un estilo de vida saludable permitiendo así el mejor consumo de los alimentos y la nutrición

4.3.3. Plan Nacional de Desarrollo Toda una Vida

El Plan Nacional de Desarrollo Toda una Vida (2018) garantiza el acceso a una alimentación nutricionalmente adecuada para todos los niños, con especial énfasis en aquellos en situación de vulnerabilidad o pobreza. El plan promueve la alimentación balanceada y variada, rica en frutas, verduras, proteínas, cereales integrales y lácteos, así como la eliminación

de alimentos procesados y con alto contenido de azúcares y grasas saturadas. Además, se fomenta la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida y la introducción de alimentos complementarios de forma gradual y adecuada a partir de esa edad.

4.3.4. ONU

La Organización de Naciones Unidas (ONU) (2010), garantiza la nutrición adecuada y el desarrollo cognitivo de los niños a través de varios programas y políticas, como la Iniciativa de Nutrición para el Crecimiento, que tiene como objetivo reducir la malnutrición en la primera infancia y garantizar el acceso a una alimentación adecuada para todos los niños. También promueve la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida y la alimentación complementaria adecuada a partir de esa edad.

4.4.Marco Histórico

4.4.1. La Nutrición

La nutrición comienza en el siglo XVIII durante la “revolución química” en la cual varios científicos reportaron estudios realizados con el método científico que permitieron comprender mejor el proceso nutritivo del ser humano. Tal es el caso de los experimentos de Lavoisier, considerado “el padre de la nutrición”, quien demuestra las bases del metabolismo y evidencia la existencia del oxígeno y la producción del dióxido de carbono y de agua en los tejidos animales (Triglia, 2019).

Es hasta mediados del siglo XIX que Justus von Liebig caracteriza la nutrición como ciencia bioquímica, permitiendo enfocar su desarrollo a partir del progreso científico de la época, en donde se buscaba la comprensión y manipulación de la naturaleza, específicamente del ser humano y su fisiología, mediante los alimentos y los efectos de los nutrientes específicos en el organismo. De esta manera la nutrición delimitó su campo de estudio con la especialización provocando dificultades para relacionar sus hallazgos con la situación nutricional y de salud que están presentes en la actualidad por la complejidad que implica (Aranceta, 2018).

Esta especialización de la nutrición es más clara a partir del siglo XX con investigaciones que fueron claves para la comprensión de los efectos de los nutrientes en la salud de la población, porque con ellas se pudieron identificar las vitaminas y las consecuencias de su deficiencia estableciendo las dosis diarias recomendadas; se detectaron las enfermedades crónicas y su relación con las grasas y azúcares; se crearon suplementos de vitaminas así como

alimentos modificados en cuanto al aporte de nutrientes para contrarrestar las deficiencias específicas y prevenir las enfermedades crónicas; pero es hasta 1990 cuando comienza a tomarse en cuenta la complejidad que representa la relación entre salud, alimentación y nutrición (Contreras, 2020)

Hoy en día, la nutrición sigue siendo un tema relevante y en constante evolución, con un enfoque creciente en la prevención de enfermedades crónicas a través de la alimentación saludable y la promoción de estilos de vida activos. Los avances en la investigación nutricional y la conciencia pública sobre la importancia de una dieta equilibrada han llevado a un mayor interés en la nutrición como parte integral del bienestar y la salud general (Triglia, 2019).

4.4.2. Desarrollo Cognitivo

En el siglo XX, el psicólogo suizo Jean Piaget fue uno de los pioneros en el inicio del estudio del desarrollo cognitivo. Su teoría del desarrollo cognitivo se centraba en cómo los niños van adquiriendo conocimiento a través de sus interacciones con el mundo que les rodea. Piaget identificó distintas etapas del desarrollo cognitivo, como la etapa sensorio motriz, la etapa preoperacional, la etapa de las operaciones concretas y la etapa de las operaciones formales (Cruz, 2017).

Otro importante contribuidor al estudio del desarrollo cognitivo fue Lev Vygotsky, un psicólogo ruso que desarrolló la teoría sociocultural del desarrollo. Vygotsky enfatizaba la importancia de la interacción social en el desarrollo cognitivo, argumentando que los niños aprenden y adquieren habilidades a través de la colaboración con otros individuos más experimentados (Suárez, 2018).

En las últimas décadas, la neurociencia cognitiva ha surgido como un campo de estudio cada vez más relevante en la comprensión del desarrollo cognitivo. Los avances en tecnología de imagen cerebral, como la resonancia magnética funcional, han permitido a los investigadores estudiar cómo el cerebro se desarrolla a lo largo del tiempo y cómo esto afecta la cognición (Cruz, 2017).

En la actualidad, se sabe que el desarrollo cognitivo no ocurre de manera lineal, sino que es un proceso complejo y multifacético que se ve influenciado por factores genéticos, ambientales, sociales y culturales. Además, se ha demostrado que el cerebro es un órgano plástico, es decir, que tiene la capacidad de cambiar y adaptarse a lo largo del tiempo en respuesta a las experiencias y estímulos del entorno (Delgado, 2018).

4.5. Variables

4.5.1. La Nutrición

4.5.1.1. Definición.

La Nutrición hace referencia al proceso biológico que se encarga de transformar e incorporar sus propios tejidos, en una serie de sustancias nutritivas que brindan energía vital para que el cuerpo logre desarrollar las funciones como la renovación, formación, y reparación de estructuras, además del adecuado mantenimiento del organismo y de cumplir con los mecanismos necesarios para suministrar las sustancias como regular el metabolismo y proporcionar la suficiente energía corporal. Según Rivera (2022) manifiesta que una nutrición puede ser mala o buena, dependiendo de la ingesta de alimentos que consume la persona, ya que el abanico de nutrientes constituye la base de todo lo que ingresa al organismo a través del proceso interno de la nutrición.

Por otra parte, la nutrición se la puede conocer como aquella ciencia de nutrientes, de alimentos y de diversas sustancias que contienen, y que mantienen una estrecha relación con el equilibrio como con la interacción entre la enfermedad y salud de la persona. Sin embargo, para que las personas mantengan una adecuada alimentación como nutrición es necesario que adopten un adecuado cuidado nutricional y con esto la obtención y selección de alimentos apropiados, a fin de que pueda nutrir apropiadamente sus cuerpos y prevenir futuras enfermedades mortales.

No obstante, a lo dicho, la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2018) define la nutrición como “la ingesta de alimentos que se relaciona con la necesidad dietética del organismo” (p.1). De esta manera, se determina que la nutrición es relevante dentro de la vida de la persona como para su cuerpo, esto debido a que, si la misma se ingiere adecuadamente los alimentos pertinentes podrá brindarle al cuerpo la capacidad de cumplir con sus funciones vitales como para tener una vida saludable plena y de prevenir enfermedades.

4.5.1.2. Nutrición Infantil.

La planificación nutricional, se torna como fruto de una larga serie de investigaciones y de los últimos avances, que se enfoca básicamente a la variedad como cantidad que el cuerpo de los niños necesita recibir para obtener un adecuado desarrollo integral como crecimiento. De esta manera para, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2019) argumenta que luego de realizar algunas investigaciones en cuanto a la nutrición infantil, alimentación preescolar y planificación nutricional, es conveniente indicar que:

Las políticas nutricionales deben tener alcance nacional con una perspectiva integral, para combinar estrategias a corto plazo tal como el apoyo a la Nutrición con estrategias comprensivas que abarque un eje de atención enfocado en cambiar el comportamiento de los hogares en cuanto a la alimentación (p.1).

De modo que, solo tener un conocimiento claro, sólido y suficiente en base a la buena alimentación como nutrición en los niños, permitirá que tengan un desarrollo integral adecuado, pero para esto será importante contar con la participación e involucramiento de docente, padres de familia, y en general toda la sociedad, para realizar un trabajo conjunto y con la espera de óptimos resultados. La buena Nutrición es la piedra base de la salud, supervivencia, como del desarrollo sobre las generaciones venidera y actuales.

Por lo tanto, si las mujeres durante su embarazo y después del mismo se alimentan bien él bebe correrá menos complicaciones al momento de nacer y durante el parto. Además, los niños bien alimentados podrán desenvolverse más apropiadamente en el sector educativo y llegar a tener un adolescencia y adultez sana. De modo que, la nutrición es la base de todo el desarrollo integral de los niños, debido a que, con buena salud, crecen y se desarrollan de mejor manera y producto de ellos se obtiene escolares como individuos altamente potencializados en todos los ámbitos.

4.5.1.3.Importancia de la Nutrición Infantil.

La nutrición es el proceso responsable en transformar como adquirir los nutrientes esenciales para garantizar el adecuado y correcto funcionamiento del desarrollo del organismo de la persona. Además, es la encargada de distribuir y descomponer aquellos nutrientes que se direccionan hacia distintas partes del cuerpo para contrarrestar las necesidades nutricionales, haciendo hincapié en las secciones donde existe más necesidad en un momento determinado. Así mismo, a través de una buena nutrición, se puede responder eficazmente a diferentes enfermedades que pueden atacar al cuerpo cuando este se encuentra con las defensas bajas e impedir infecciones, como también prevenir el sobrepeso o la obesidad, y enfrentar problemas de salud, que por lo general todo esto da paso a que el individuo tenga un mejor rendimiento mental, físico, emocional como general (Figuroa, 2023).

La importancia de las condiciones nutricionales en los niños radica en que si consumen los nutrientes de manera pertinente tendrán un óptimo desarrollo integral, puesto que si no hacen sufrirán graves repercusiones sobre proceso evolutivo. Los posibles daños que puede ocasionar la mala nutrición en las primeras etapas de vida de los niños, pueden tornarse irreversibles y por ende es indispensable considerar ciertas políticas sociales que permitan

abordar este problema de forma efectiva como eficiente. Además, se debe tomar en cuenta que los primeros años de vida resultan fundamentales para un estado nutricional, esto debido que sí el menor presenta algún grado de desnutrición, los efectos podrían reflejarse incluso durante la etapa adulta. (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, 2019).

Por otro lado, los niños/as que atravesasen durante sus primeros años de vida una mala nutrición están propensos a presentar menor capacidad cognitiva y con esto bajo rendimiento escolar, inclusive si desde el hogar la reciben pueden contraer complicaciones en salud, pero sobre todo influir ello en las habilidades sociales, aprendizaje, complicaciones de adaptación como problemas para relacionarse con otras personas.

Por lo tanto, es de vital importancia que a los niños desde su nacimiento se les brinde una alimentación rica y equilibrado en los nutrientes, a fin de instaura una barrera que los proteja contra las múltiples enfermedades y que de una u otra manera influyen negativamente al bienestar y contextos de los niños, más aún a su sano crecimiento

4.5.1.4. Beneficios y desafíos de la alimentación complementaria en lactantes.

Al incorporar algunos alimentos nutritivos en la dieta de los niños/as a temprana edad puede ofrecer beneficios positivos como obstáculos, sino son instaurados de manera correcta, pero que si se lo aplica oportunamente se puede conseguir sólidos nutrientes, para estimular el desarrollo de alimentación, habilidades cognitivas, como también de contribuir en el desarrollo de preferencias alimentarias saludables. Según (Figueroa, 2023) los detallan en la tabla de la siguiente forma:

Tabla 1 Beneficios y desafíos que aportan algunos nutrientes

Aspecto	Beneficios	Desafíos
Introducción de alimentos	– Facilita la transición de la leche materna o fórmula a alimentos sólidos.	– Debe realizarse de manera gradual y en el momento adecuado.
Aporte de nutrientes	– Proporciona nutrientes adicionales esenciales para el crecimiento y desarrollo.	– Requiere una selección cuidadosa de alimentos ricos en nutrientes.
Desarrollo de habilidades	– Fomenta el desarrollo de habilidades motoras y de alimentación.	– Puede ser un proceso desordenado y requerir paciencia.
Variedad de alimentos	– Expone a los niños pequeños a una variedad de sabores y texturas.	– Puede ser un desafío garantizar una dieta equilibrada y variada.
Prevención de alergias	– Introducir alimentos alergénicos puede ayudar a prevenir alergias posteriores.	– Existe un riesgo potencial de reacciones alérgicas.
Adaptación a preferencias	– Ayuda a los niños a desarrollar preferencias alimentarias saludables.	– Pueden surgir rechazos a ciertos alimentos.

Interacción familiar	– Promueve comidas en familia y la interacción social durante las comidas.	– Puede ser un desafío coordinar horarios de comidas familiares.
Seguridad alimentaria	– Requiere una atención cuidadosa a la higiene y la seguridad alimentaria.	– Riesgo potencial de intoxicación alimentaria.

Nota: Datos relevantes sobre los nutrientes

4.5.1.5. Problemas comunes relacionados con la primera infancia.

Cuando se habla de salud en los niños, es importante saber comprender como puede afectar de forma tanto positiva como negativa la alimentación que se les brinda. Esto debido a que en algunas partes del país y más aún dentro del territorio ecuatoriano, los niños se encuentran recibiendo porciones mínimas de nutrientes por parte de sus padres debido a la baja economía como al desconocimiento que presentan los mismos en cuanto a una sana nutrición. Por otro lado, existen niños que comen demasiado, pero se alimentan incorrectamente, puesto que confunde que comer demasiado es comer bien, entonces lo correcto sería tener un equilibrio alimentario. Por su parte, Castaño et al. (2018) describe algunos problemas que presentan los niños al no recibir una adecuada alimentación:

- **Desnutrición infantil.** La desnutrición infantil hace referencia aquella enfermedad que presentan los niños como resultado de consumir insuficientes alimentos en calidad y cantidad. Según el Ministerio de Salud Pública (2018), determina mediante encuesta nacional de salud y nutrición que cuatro de cada diez niños (casi la mitad de todos los del área rural) sufre este tipo de desnutrición, indicando esto a su vez que si los niños no adquieren una adecuada alimentación serán propensos a la desnutrición crónica infantil y con ello a tener efectos devastadores en su desarrollo como crecimiento, ya que se convierte en un problema que muchas de las veces no pueden ser percibido a simple vista y que se agrava si no es atendido a tiempo y con los profesionales correspondientes.
- **Obesidad infantil.** La obesidad infantil es uno de los muchos problemas que presentan los niños por consumo excesivo de alimentos procesados, ricos en calorías azúcares y vacías, conjuntamente con la ausencia de actividad física diaria o por lo menos semanal que complican aún más dicho problema. Los niños con sobrepeso u obesidad tienen un mayor riesgo de desarrollar enfermedades crónicas como la diabetes tipo 2 y enfermedades cardiovasculares en la edad adulta.
- **Alergias alimentarias.** Las alergias alimentarias son otro tema importante en la nutrición infantil, ya que muchos de los niños suelen ser alérgicos hacia ciertos alimentos, que pueden requerir una atención especial para evitar reacciones graves que interfieran al sano

desarrollo. Ante esto los padres deberán estar atentos a las reacciones de sus hijos a la hora de comer y cuando evidencien algunos síntomas como: Comezón a la piel; Hormigueo o picor en la boca; Dolor abdominal, diarrea, náuseas o vómitos; Dificultad para respirar incluso Hinchazón de los labios, la cara, la lengua y la garganta o de otras partes del cuerpo, tendrán que actuar de forma inmediata y acudir al centro médico más cercano para atender el caso, puesto que de no hacerlo podría empeorar la situación y la salud del niño.

4.5.1.6. La nutrición y las consecuencias cognitivas.

La capacidad cognitiva de una persona surge de la interacción entre diversas facultades mentales, como la memoria, comunicación, pensamiento, percepción, comprensión, cálculo y solución de problemas. Un desafío común en este proceso es el pensamiento concreto, donde los niños pueden encontrar dificultades para razonar sobre palabras, elementos, proposiciones abstractas y conceptos intuitivos. Obstáculo que se manifiesta en la falta de verificación o análisis de información complementaria, así como en habilidades verbales limitadas, dificultad para comprender frases cortas o expresiones gráficas, y una menor curiosidad intelectual (Ortega, 2022).

Así mismo por la mala alimentación se puede determinar un incremento considerable en cuanto a la falta de interés y una disminución en la capacidad cognitiva, ya que esta desnutrición impide un desarrollo cognitivo pleno como tendencias obsesivas. No obstante, a ello, estos problemas se agravan en entornos socioeconómicos que intensifican los sentimientos de ansiedad, estrés o desilusión, así como en ambientes poco saludables que propician problemas digestivos y deficiencias en la absorción de nutrientes (Noriega y Sagñay, 2020).

Por lo tanto, la calidad de alimentación influye directamente en el funcionamiento del cerebro, y si no es ingerida de manera óptima por los escolares puede repercutir en el bienestar mental tanto en niños como en adultos. Incluir en la dieta una mayor cantidad de minerales y vitaminas puede tener un efecto considerable en el comportamiento y salud emocional, dado que los alimentos que se ingieren tienen un impacto directo en los neurotransmisores cerebrales. La falta de nutrientes esenciales, como las proteínas y los minerales, puede generar desequilibrios y afectar negativamente tanto la salud mental como emocional. Por ello, es relevante que tanto padres como docentes sean conscientes de la alimentación que ingieren los niños en el hogar como en la escuela para mantener brindarle con esto un cerebro saludable y en óptimas condiciones.

4.5.2. *Desarrollo Cognitivo*

4.5.2.1. **La Cognición.**

La cognición hace referencia aquella capacidad que poseen los seres humanos para procesar todo tipo de información a raíz de la experiencia y la percepción que han tenido con su entorno y las relaciones interpersonales. En este proceso resulta fundamental algunos elementos como: razonamiento, aprendizaje, memoria, lenguaje, procesamiento de lenguaje y otros factores más que contribuyen al desarrollo integral, emocional como educativo (Atenas, 2019).

4.5.2.2. **Procesos Intellectuales.**

Los procesos mentales son formas mediante las cuales la mente humana suele guardar, almacenar, procesar y comprender cierto tipo de información que se encuentre en el contexto y que es receptada mediante los sentidos (oído, vista, olfato, tacto y gusto), y que sirven para ser empleados en el momento actual o en un evento posterior que experimente la persona (Ortega, 2022). Esto quiere decir, que cualquier cosa que conozca los niños acerca de la realidad tiene que ser medida, no solo por los órganos de los sentidos, sino por un conjunto complejo de sistemas que permiten reinterpretan e interpretar la información sensorial.

De este modo, dichos procesos cognitivos se los ha dividido en dos procesos como: procesos cognitivos simples y superiores.

4.5.2.3. **Procesos Cognitivos Simples.**

- **Sensación.** La sensación es aquella percepción que implica la recepción de estímulos, tanto internos como externos, mediante los órganos sensoriales: visión, audición, tacto, olfato, gusto, equilibrio y dolor. Estos estímulos a su vez son originados por una fuente de energía y detectados por los órganos correspondientes, que luego transmiten la información a través del sistema nervioso en dirección a centros receptores específicos del cerebro. Por ejemplo, la información visual es captada por los ojos, que la transmiten al cerebro a través del nervio óptico, donde se procesa y se interpreta.

Para Cardona y Flores (2021) la sensación es el fenómeno biológico del resultado que se obtiene mediante los estímulos en el organismo, y que está constituida por procesos fisiológicos simples, que originan una sensación de estimulaciones externas que son transformadas y transmitidas en vivencias, y desarrollada por los órganos de los sentidos.

- **Percepción.** La percepción, es parte de los procesos cognitivos simples que permiten al individuo comprender su entorno al extraer y relacionar datos del medio. Dicho proceso,

consta de dos fases: sensación y percepción, que se pueden llegar a combinar pero que cuya función es diferente, ya que primero se enfoca en asumir información no elaborada (datos) por medio de los sentidos (sensación) y, después, procede a interpretar todos los datos que se consideran necesarios y fundamentales en la percepción (Ambuludí, 2018).

De esta forma, se puede definir a la percepción como la interpretación que realiza la persona de la información que capta de su medio ambiente, y que lo interpreta mediante un estímulo como objeto significativo. Además, es importante resaltar que los hechos que dan paso al proceso de percepción no están fuera de la persona, sino que se encuentra dentro sistema nervioso. Algunos especialistas reconocen que la mayoría de los estímulos puros desorganizados de la experiencia sensorial como son la vista, audición, olfato, gusto y tacto son corregidos de inmediato y de forma inconsciente, es decir, transformados en percepciones o experiencia valiosa, reconocible, que cumplen un papel relevante en la vida de los seres humanos.

- **Atención.** La atención se refiere aquella capacidad que presenta la persona para para guiar, mediar, orientar y dirigir la conciencia hacia un elemento puntual que se encuentra inmerso en el contexto externo o interno, así como de transformar la estructura de los procesos psicológicos y de permitir la significación de las actividades como de cooperar al proceso de adaptación y conocimientos del individuo (Sarango, 2023). Sin embargo, a pesar de ser un proceso cognitivo también es un proceso afectivo, que depende de la experiencia que haya tenido la persona mediante lo visualizado de su contexto y que además es el principal elemento que aporta al rendimiento del escolar.
- **Memoria.** La memoria es aquella capacidad que tienen los seres humanos para almacenar información tanto de lo que aprendido como de las experiencias que han adquirido a lo largo de sus años. Además, este elemento se basa de los procesos del sistema nervioso para almacenar la información, de manera que, aquellos recuerdos que vienen a la persona de forma momentánea son producto de la información almacenada en la memoria. De esto modo, cuando los niños se encuentra en la edad comprendida entre los 4 y 6 años, su memoria tiende a no estar desarrollada en su totalidad, y esto se puede reflejar en el momento que los menores tratar de guardar información sobre sucesos vividos no logran recordarlo por su corta capacidad de retención, sin embargo, cuando viven sucesos que marcaron gran impacto en su vida los pueden llegar a recordar, pero no con total precisión (Macas, 2023).

Así mismo, los niños/as de nivel inicial realizan mejor las tareas de reconocimiento, que de recuerdo y ambas destrezas mejoran con la edad. Es posible juntar algunos hechos en

una forma que pueda producir cambios en el comportamiento sin conciencia de memoria, a este tipo de memoria se la conoce como memoria implícita; y otro como memoria explícita. Por lo tanto, es necesario emplear en los niños/as de nivel inicial estrategias apropiadas que mejoren su memoria ya que se ha comprobado que la mayoría de niños/as a veces recuerda sucesos que le ocurrieron con anterioridad y no como normalmente debería ser.

4.5.2.4. Procesos Cognitivos Superiores.

Se pueden reconocer tres tipos de estilos de crianza: estilo autoritario, permisivo y democrático (Jorge y Gonzales, 2018). A continuación, se describen cada uno de ellos:

- **Pensamiento.** Se trata de un proceso mental que se encarga de razonar, tomar decisiones, resolver los problemas de la vida cotidiana, entre muchas más funciones debido a su complejidad y heterogeneidad. Para poder llevar a cabo todas estas acciones, necesitamos crear conceptos en nuestra mente, organizar nuestras ideas, agrupar objetos, personas, entre otros elementos (Glover, 2019).

Por lo tanto, el pensamiento se trata de aquella capacidad que permite tener la conceptualización, el reconocimiento de relaciones y la captación de significados, constituyendo una actividad propia determinada por el ser humano para representar objetos, sucesos y relaciones, como para facilitar la adquisición de datos sobre las realidades y de darles un sentido común a los problemas que se presente en nuestra mente como en el diario vivir.

- **Lenguaje.** El lenguaje es la capacidad con la cual cuentan seres humanos para comunicarse con su grupo de pares y a su vez comprender como emitir diversas palabras como tipos de sonidos que son extraídos del exterior mediante una mezcla de letras y frases a fin de permitir una comunicación fluida y clara con los demás. (Glover, 2019). Así mismo, aparte del lenguaje verbal, también se existe el lenguaje corporal que es con el que las personas también pueden enviar información mediante la expresión corporal y a través de gestos como las posturas que se empleen para ello.

De este modo ambos, tipos de lenguaje aún se sigue presentando en la actualidad debido a su fácil uso e implementación que se obtiene de ellos.

Por otro lado, el lenguaje dentro del funcionamiento cognitivo se torna como la capacidad que tienen el ser humano para comunicarse con las personas, que lo rodean y para representar la realidad mediante signos. Es decir, todo lenguaje es la expresión del pensamiento. El nivel inicial es un periodo donde el lenguaje tiene un desarrollo acelerado, y es ahí donde los niños/as entienden más de 1400 palabras, aprendiendo un promedio de nueve palabras al día. Utilizan palabras referentes a actividades y eventos que se han presentado ante

él asimilando su significado tan solo con escucharla una o dos veces durante una conversación (Romero y Romero, 2021).

Por lo tanto, los niños/as al hacer uso de las preposiciones que ofrece el lenguaje como: sobre, bajo, en, encima, atrás, logran determinar palabras simples como compuestas, además en el momento que los niños logran dominar las oraciones, palabras y con esto gramática tendrán la facilidad de comunicarse de manera más apropiada y enriquecer su lenguaje al contar historias, como al realizar preguntas a sus padres como docentes, es por eso que cuando un adulto se encuentre conversando con otra persona frente a un niño debe ser cauteloso en la forma que se expresa y de las palabras que emiten, ya que los niños a la edad de 4 a 5 años son esponjas que llegan a entender y acoplar todo aquello que pasa a su alrededor.

5. Metodología

La metodología de la investigación se refiere simplemente al como un investigador diseña sistemáticamente un estudio para garantizar resultados válidos y fiables que respondan a las metas y objetivos de la investigación. La metodología de la investigación es el método que utilizarás para resolver un problema de investigación mediante la recopilación de datos utilizando diversas técnicas, proporcionando una interpretación de los datos recopilados y sacando conclusiones sobre los datos de la investigación. En esencia, la metodología de la investigación es el proyecto de una investigación o estudio (Ávila, 2018).

5.1. Área de Estudio

La presente investigación se desarrollará en la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”, ubicada en el sector centro de la ciudad y Cantón Loja en la parroquia de El Sagrario, en la calle Simón Bolívar entre José Antonio Eguiguren y Cristóbal Colon. En su misión se puede apreciar el enunciado: Somos una Institución Educativa Particular católica franciscana, ecológica e inclusiva, constituida por hermanas, docentes y laicos capacitados y comprometidos con el Evangelio, la Pedagogía del Amor e inspirados en el carisma de adorar, reparar y servir de Sor María Francisca de las Llagas, ofrecemos educación integral a niños, jóvenes y familias de Inicial 2, Educación General Básica y Bachillerato; desarrollando, fortaleciendo y potenciando el pensamiento lógico y propositivo para generar alternativas de solución creativas frente a las problemáticas sociales del contexto y del mundo actual. Y tiene por visión, ser una institución educativa católica franciscana reparadora, líderes en la evangelización y centrada en la formación del ser humano con mente creativa y crítica, a través de la estimulación del pensamiento divergente y el trabajo colaborativo en los estudiantes, para enfrentar los desafíos de la nueva sociedad del conocimiento con justicia, innovación y solidaridad.

Con referencia a la infraestructura, la institución educativa cuenta con un edificio propio de cuatro pisos, 15 aulas de clase, 2 salones de audiovisuales, 12 baños y varias oficinas en donde se ejecutan las labores administrativas.

Es una institución de sostenimiento particular, ofrece educación regular en modalidad presencial y jornada matutina, con jurisdicción intercultural. Pertenece a distrito de la zona 7 y se encuentra funcionando bajo el código de institución educativa: 11H00016.

Oferta los niveles de educación: Inicial, Educación Básica y Bachillerato. En cuanto a la planta administrativa, esta institución cuenta con rectora y vicerrectora, secretaria y

repcionista, la planta docente, se encuentra conformada por un total de 38 docentes de los cuales 30 son mujeres y 8 varones. Así mismo, la comunidad educativa se conforma por 530 mujeres y 269 varones quienes conforman un total de 779 estudiantes.

- Croquis del Centro Infantil

Figura 1 Croquis de la Unidad Educativa Particular "La Porciúncula"

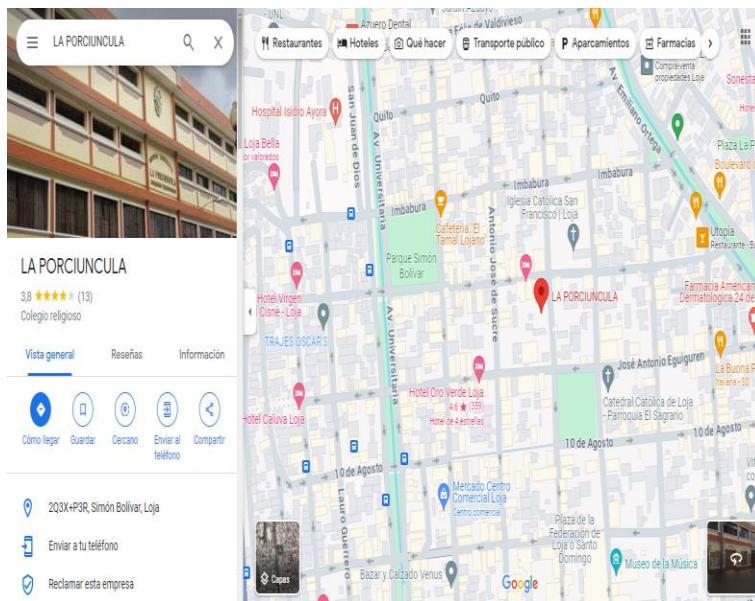


Figura 1: Google Maps: <https://maps.app.goo.gl/GbDtaaNowGw2bgr5>

5.2.Procedimiento

En la presente investigación a ejecutar en la Unidad Educativa Particular la porciúncula con la finalidad de concienciar a los padres de familia la importancia que tiene la nutrición en el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años, se utilizará el alcance descriptivo dado que se presente describir la realidad de la nutrición en el desarrollo cognitivo de los niños que serán parte de la muestra de esta investigación.

5.2.1. Enfoque Metodológico

Esta investigación tendrá un enfoque cualitativo, porque me ayudará a comprender de una forma más profunda sobre la nutrición y su relación en el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años, analizando las vivencias aquellas personas que están involucradas en este proceso.

5.2.2. Métodos

Se utilizará los métodos; científico para dar fiabilidad a la investigación, inductivo en la elaboración del marco teórico para analizar las variables de estudio partiendo de lo general,

analítico para ejecutar la descomposición de cada una de las partes implicadas para estudiarlas de manera individual y sintético para estudiar el fenómeno investigado en su totalidad.

5.2.3. Técnicas e Instrumentos

Esta investigación se utilizará una técnica de observación, enfocándome en una entrevista que se realizará a los docentes de la Unidad Educativa, se busca recopilar información importante que ayude a identificar el problema que está relacionado con el desarrollo cognitivo.

El instrumento que se aplicará, es una entrevista que va dirigida a los docentes que está estructurada en 5 preguntas que incluyen las dos variables, para recolectar la información para comprender el tema.

Del mismo modo, se aplicará una ficha de observación, para recopilar de manera más abismal como los niños se desenvuelven en el ámbito académico.

5.2.4. Diseño

Se utilizará un diseño de cuasi - experimental, ya que me ayudará a recopilar información importante de las dos variables, permitiéndome examinar las relaciones entre la nutrición y el desarrollo cognitivo de los niños.

5.2.5. Unidad de Estudio

5.2.5.1.Población.

Para el desarrollo del presente trabajo se contará con una población de docentes y estudiantes de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” y como muestra se considerará a los estudiantes de inicial 1 paralelo A y B; estudiantes de inicial 2, paralelo A B, en sección Matutina.

5.2.5.2.Muestra.

Por otra parte, al ser una investigación de tipo descriptiva y que su proceso implica procedimientos casi individualizados para lograr los objetivos propuestos, se seleccionó el muestreo no probabilístico de tipo intencional. Bajo este criterio se constituyó la muestra de 2 docentes y un grupo de 20 estudiantes de Inicial II de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” de la ciudad de Loja, que se encuentran dentro del rango de edad de aplicación del test. Los cuales fueron seleccionados según las dificultades que presentan en el desarrollo cognitivo.

Tabla 2 Población y Muestra

Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”				
Paralelos de Educación Inicial I y II	Estudiantes		Total	Docente
	Hombres	Mujeres		
A1	12	15	27	1
B1	10	19	29	1
A2	11	18	29	1
B2	10	15	25	1
TOTAL	110 estudiantes, y un total de 4 docentes principales.			

Nota. *Datos obtenidos por medio de la directora de la institución educativa.*

5.2.6. Criterios de inclusión

- Estudiantes que presenta mayores dificultades en el desarrollo cognitivo.
- Que se haya firmado el consentimiento para la aplicación de instrumentos.

5.2.7. Criterios de exclusión

- Estudiantes que no estén de acuerdo con la participación en el proceso de investigación.
- Estudiantes que no presenten dificultades en el desarrollo cognitivo.

5.3. Procesamiento de los datos obtenidos

Este apartado tiene como finalidad primordial la recolección de información con datos cualitativos, esto se dio a través de la aplicación de una entrevista semi estructurada la misma que constituye de cinco preguntas abiertas dirigida a dos docentes de la Unidad Educativa, a su vez se realizó también una ficha de observación para poder dar cumplimiento a los objetivos planteados, la cual consta de cinco ítems que fueron aplicados a los niños y niñas de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” de la ciudad de Loja

Además, se realizó un cuadro detallado sobre el análisis y la discusión de la guía de preguntas elaboradas en la entrevista, simultáneamente con la ficha de observación y descripción conceptual la cual sirve de base para realizar la triangulación de datos de cada una de sus respectivas variables, con sus respuestas favorables a la investigación.

6. Resultados

Una vez recolectado los datos mediante los instrumentos diseñados para la presente investigación como fue la entrevista y la ficha de observación, se procedió a realizar un análisis exhaustivo basándose en las dos variables de estudio.

Con la finalidad de sintetizar todos los datos obtenidos, así como la información recolectada de los diferentes estudios empleados; para el desarrollo de la triangulación de la información que forma parte del método cualitativo siendo una base para el desarrollo de la temática.

Es importante mencionar que los resultados obtenidos serán representados en tablas divididas en las categorías de estudio, las mismas será visualizadas a continuación:

6.1.Triangulación de Datos

Variable Independiente: La nutrición

Tabla 3 Triangulación de Datos Variable Independiente

Variable 1	Pregunta Entrevista	Descripción Respuesta Textual	Ficha de Observación	Descripción textual ficha de observación	Descripción Conceptual	Interpretación por variables
La Nutrición	Pregunta 1: ¿Qué relación tiene la nutrición con el desarrollo académico del niño?	Docente 1: Para mí un buen desarrollo académico del niño tiene mucho que ver de como este sea alimentado en casa Docente 2: La nutrición cumple un papel fundamental dentro del desarrollo académico del niño, ya que una buena alimentación permite al niño desarrollar su memoria, habilidades, etc.	Pregunta/Ítem 1: ¿El niño se alimenta de manera nutritiva, frutas, cereales, legumbres?	De los niños observados se puede evidenciar que mayoría de los niños SIEMPRE se alimentan de manera nutritiva, también hay niños que CASI SIEMPRE se alimentan de una manera nutritiva y pocos niños NUNCA se alimentan de manera nutritiva.	La Nutrición es el conjunto de procesos mediante los cuales el organismo utiliza, transforma e incorpora a sus propios tejidos, una serie de sustancias nutrientes) que han de cumplir tres fines básicos: suministrar la energía necesaria para el mantenimiento del organismo y sus funciones, proporcionar los materiales necesarios para la formación, renovación y reparación de estructuras corporales, suministrar las sustancias necesarias para regular el	De acuerdo a los resultados obtenidos se puede observar que la gran mayoría de niños tienen hábitos alimenticios sanos, lo que les ayuda a su desarrollo en el ámbito académico; mientras que un grupo de ellos no se alimentan de manera nutritiva, lo cual les perjudica en su rendimiento académico y a su concentración; esto muestra la importancia de promover hábitos alimenticios saludables a temprana edad y también de implementar medidas para mejorar

Pregunta 2:
¿Qué recomienda usted a los padres de familia para lograr una buena alimentación en sus hijos?

Docente 1:
Yo recomiendo a los padres de familia averiguar en internet, buscar ayuda profesional, incluso deberían pedir ayuda a los docentes.

Docente 2:
Yo recomiendo a los padres guiarse a través de charlas, incluso una persona especializada en nutrición puede ayudarlos para una buena alimentación a sus niños.

Pregunta/ Ítem 2:
¿El niño acepta con agrado los alimentos que se le sirve?

De los niños observados, la mayoría de ellos SIEMPRE aceptan con agrado los alimentos, otra parte de los niños CASI SIEMPRE aceptan con agrado los alimentos y pocos niños NUNCA aceptan con agrado los alimentos que se les sirve.

De acuerdo a los resultados obtenidos, se puede observar que la mayoría de los niños tienen una actitud positiva hacia la alimentación lo que quiere decir que los padres de familia han recurrido a buenas técnicas para fomentar una buena alimentación en sus hijos; mientras que la otra parte de los niños no tienden a aceptar los alimentos con facilidad, lo que se puede ver que los padres no buscan la ayuda necesaria para lograr una buena aceptación de sus hijos por los alimentos, esto muestra que es importante que los padres fomenten

hábitos saludables de
alimentación en sus
hijos.

Nota. Triangulación de datos recopilados en la entrevista y ficha de observación aplicada a las docentes y niños de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” de la ciudad de Loja

Elaborado por: Mónica Katherine Capa Moreno

Variable Dependiente: Desarrollo cognitivo

Tabla 4 Triangulación de Datos Variable Dependiente

Variable 2	Pregunta Entrevista	Descripción Respuesta Textual	Ficha de Observación	Descripción textual ficha de observación	Descripción Conceptual	Interpretación por variables
Desarrollo Cognitivo	Pregunta 1: ¿Cómo influyen los hábitos alimenticios en el desarrollo cognitivo de los estudiantes?	<p>Docente 1: Los hábitos alimenticios influyen de manera directa en el desarrollo cognitivo de los niños, ya que entorno a ello el niño tiene energías para el cumplimiento de sus actividades.</p> <p>Docente 2: Como se conoce un buen desarrollo del niño depende mucho de la calidad alimenticia que el niño tenga en casa.</p>	Pregunta/Ítem 1: ¿El niño presenta dificultades de aprendizaje en sus actividades diarias?	De los niños observados se pudo evidenciar que, algunos de los niños SIEMPRE presentan dificultades de aprendizaje, pocos niños CASI SIEMPRE presentan dificultades de aprendizaje y la mayoría de los niños NUNCA presentan dificultades de aprendizaje en sus actividades diarias.	Desarrollo cognitivo son todos los procesos a través de los cuales el ser humano adquiere habilidades que le permiten interpretar la realidad e interactuar con ella de una forma eficiente. Por tanto, se entiende el desarrollo cognitivo o cognoscitivo como la evolución de las capacidades intelectuales, de las cuales la inteligencia es una de las más importantes (García, 2019)	Acorde a los resultados obtenidos, se puede evidenciar que la mayoría de los niños no presentan dificultades de aprendizaje lo que demuestra que tienen un buen desarrollo cognitivo gracias a la influencia de los buenos hábitos alimenticios, mientras que la otra parte de los niños, muestra que tienen problemas de aprendizaje, lo que podría indicar problemas en su desarrollo cognitivo, por falta de correctos hábitos alimenticios en el hogar.

Pregunta 2:
¿Usted cree que una buena orientación de los padres en los hábitos alimenticios mejora el desarrollo cognitivo de los niños?

Docente 1:
Claro que sí, y como docente recomiendo a los padres averiguar e informarse sobre estos temas.

Docente 2:
Como docente puedo decir que sí ayudaría mucho, ya que muchos padres se encuentran desinformados sobre el tema.

Pregunta/Ítem 2:
¿El niño muestra desinterés por aprender?

De los niños observados, algunos de ellos SIEMPRE muestran desinterés por aprender, pocos niños CASI SIEMPRE muestran desinterés por aprender y la mayoría de ellos NUNCA muestran desinterés por aprender.

Acorde a los resultados obtenidos, se puede observar que los buenos hábitos alimenticios sí juegan un papel fundamental en el desarrollo cognitivo de los niños, ya que la mayoría de ellos nunca muestran desinterés por aprender, lo que puede indicar que estos niños tienen una buena alimentación y un buen desarrollo cognitivo y están interesados en adquirir nuevos conocimientos, mientras que la otra parte de los niños si muestran desinterés por aprender, lo que puede indicar que estos niños tienen alguna deficiencia en la nutrición que está afectando a su desarrollo cognitivo y su motivación por aprender.

<p>(De las dos Variables)</p> <p>La Nutrición y su relación con el desarrollo cognitivo</p>	<p>Pregunta</p> <p>¿Considera que una alimentación inadecuada influye en el desarrollo cognitivo de los niños?</p>	<p>Docente 1:</p> <p>Si, a lo largo de mi experiencia como docente puedo decir que sí, ya que muchos niños no tienen una buena alimentación en casa, razón por la cual su desarrollo es bajo.</p> <p>Docente 2:</p> <p>Si, ya que el niño al no estar bien alimentado no tiene energías para hacer nada, por la misma razón que no muestra interés por aprender.</p>	<p>Pregunta/Ítem:</p> <p>¿La alimentación influye en el desarrollo del niño?</p>	<p>De los niños observados en su mayoría SIEMPRE la alimentación influye en su desarrollo; mientras que pocos niños CASI SIEMPRE la alimentación influye en su desarrollo.</p>	<p>La nutrición juega un papel crucial en el desarrollo cognitivo de los niños, ya que proporciona los nutrientes necesarios para el crecimiento y funcionamiento adecuado del cerebro. Los nutrientes esenciales como las proteínas, grasas, carbohidratos, vitaminas y minerales son fundamentales para el desarrollo de las funciones cognitivas, como la memoria, concentración, atención y aprendizaje. Una alimentación equilibrada y adecuada es fundamental para garantizar un óptimo desarrollo cognitivo y mejorar el rendimiento académico de los niños (Ramos, 2020).</p>	<p>De acuerdo a los resultados obtenidos, se puede observar que la alimentación si influyen en el desarrollo del niño, ya que la mayoría de ellos tienen un buen desarrollo debido a una correcta alimentación por parte de los padres, mientras que la otra parte de lo niños indican que en algunos casos la alimentación que reciben influye en su desarrollo, lo que evidencia que se debe promover una buena alimentación para favorecer un óptimo desarrollo cognitivo en los niños.</p>
--	---	--	---	--	---	--

Nota. Triangulación de datos recopilados en la entrevista y ficha de observación aplicada a las docentes y niños la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”

Elaborado por: Mónica Katherine Capa Moreno

7. Discusión

El presente trabajo de investigación denominado La Nutrición y su relación con el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” de la ciudad de Loja”, con una muestra correspondiente a 20 estudiantes, 14 de género femenino y 6 de género masculino que se encuentran entre los 4 y 5 años de edad. Con los que se llegó a obtener información y realizar la discusión de los resultados de acuerdo a cada objetivo específico.

Para dar respuesta al primer objetivo específico, se planteó: Identificar la Nutrición en el Desarrollo Cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”., mediante una ficha de observación y una entrevista los docentes, los resultados demuestran que los estudiantes evaluados en su mayoría niñas, antes de la aplicación de la ficha de observación, se ubican en un nivel bajo a los establecidos por la ficha y el resto de niños evaluados alcanza el nivel medio resultando notable que tienen un mejor desempeño en el desarrollo cognitivo y en el aprendizaje y atención.

Todos estos resultados tienen relación con la investigación de González (2020), quien recalca que de 150 niños de edades entre 4 a 6 años de la Unidad Infantil Antonio Borrero de Colombia, la mayoría de las niñas presentan problemas cognitivos en el aprendizaje, atención y percepción al realizar sus actividades cotidianas en el aula.

Por otro lado, Suárez (2021) en su investigación en la Escuela de Educación Infantil de Cuenca, menciona que 55 % de niñas de 3 a 6 años presentan problemas para desarrollar sus habilidades cognitivas en el aula, mientras que el 45% siendo niños, presentan una excelencia en su desarrollo cognitivo en el aula con las actividades propuestas por el docente.

Así también, Parra (2017), en una investigación que realizó en el Centro Infantil del Buen Vivir, en Cuenca, recalca que de 51 alumnos de inicial dos con rangos de edad de 4 a 5 años, 40 niñas presentan complicaciones en el aprendizaje y atención; mientras que 11 niños tienen un buen desenvolvimiento y rendimiento académico.

Los resultados de las investigaciones de los autores mencionados anteriormente son similares a los obtenidos en la presente investigación, puesto que la mayoría de niños suelen tener mayor nivel de madurez emocional y social temprano en la infancia y suelen depender de factores como la exposición y estimulación temprana, de la motivación y la enseñanza recibida lo que podría influir en su capacidad para aprender y desarrollar

temprano las habilidades emocionales y sociales.

De acuerdo al segundo objetivo específico que consistió en Describir estrategias para concientizar a los padres de familia la importancia de la nutrición en el desarrollo cognitivo en los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”, se llevó a cabo el análisis de resultados de la entrevista dirigida a las dos docente y la ficha de observación dirigida a los niños de 4 a 5 años y a partir de estos resultados se identificó que en la mayoría de los niñas no se utilizan estrategias correctas sobre nutrición, lo que les ha perjudicado en su rendimiento académico, mientras que el resto de niños, tienen estrategias correctas de nutrición, lo cual les ayuda a su memoria y aprendizaje.

Estos resultados tienen relación con la investigación de Polanco (2018), en el Centro de Atención Infantil “Cielo”, en la mayoría de la niñas n se promueven estrategias importantes para una correcta nutrición, les envían comida chatarra, caramelos, dulces, papas fritas, entre otros alimentos, lo cual les ha perjudicado en su desarrollo cognitivo, mientras que los niños restantes, mantienen buenas estrategias de parte de sus padres, como enviar en su lonchera variedad de comidas, agua , etc., esto les ha ayudado en su aprendizaje y rendimiento escolar.

No obstante, Rozin (2022), en su investigación en la Unidad Educativa de Infantes “Portovelo”, menciona que, en niños de 4 a 5 años, la mayoría siendo niñas, demuestran un incorrecto estado nutricional debido a las malas estrategias de sus padres, mientras tanto, los niños restantes de este grupo de edad mantienen un correcto estado nutricional, y esto ayuda a que se desenvuelvan en sus actividades diarias escolares.

Los resultados de los investigadores anteriormente mencionados, contrastan con los resultados de mi investigación, mencionando que las malas estrategias nutricionales de los padres, afectan en la mayoría de las niñas en su aprendizaje y rendimiento escolar, mientras que el resto de los niños si tienen una correcta nutrición por parte de los padres, demostrando una buena memoria y percepción.

De acuerdo a mi tercer y último objetivo específico que consistió en: Diseñar las estrategias para los padres de familia sobre la nutrición adecuada en el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”, en la encuesta dirigida a docentes y la ficha de observación dirigida a los niños, se evidenció que en su mayoría en las niñas no se promueven estrategias adecuadas de nutrición perjudicando su memoria y aprendizaje y en el resto de los niños si las promueve el padre de familia, ayudando a su desarrollo cognitivo.

Los resultados de mi investigación contrastan con la investigación de Cortés (2020), en el Centro de Infantes de Perú – Lima, en sus resultados menciona que los padres de la mayoría de las niñas, no ayudan a promover estrategias adecuadas sobre la nutrición lo que les ha perjudicado en su comportamiento, su memoria y atención dentro del aula. Por otro lado, los padres de los niños restantes, establecen reglas de alimentación, varían los alimentos y controlan lo que comen sus hijos, ayudando en que se desarrollen y desenvuelvan mejor en las actividades del aula.

Por otro lado en la investigación de Pinto (2021) en el Centro Infantil Español de España, recalca que en sus resultados la mayoría de las niñas han demostrado una inadecuada nutrición al ingerir alimentos procesados, golosinas, comidas chatarras entre otras cosas, esto quiere decir que sus padres no promueven estrategias adecuadas para su edad en nutrición, mientras que los niños restantes, tienen padres que se preocupan por su alimentación y nutrición, permitiéndoles desarrollar su correcta cogitación

Los resultados de los investigadores que mencionamos antes, .contrastan con los resultados de mi tercer objetivo específico, resaltando que en su mayoría las niñas no poseen un apoyo adecuado de parte de sus padres para su correcta nutrición, mientras que los padres de los niños restantes muestran una preocupación adecuada por la alimentación correcta de sus hijos.

8. Conclusiones

Se analizó en la presente investigación la importancia de la nutrición en el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular "La Porciúncula" ya que es fundamental para garantizar un adecuado crecimiento y aprendizaje en esta etapa crucial de la infancia. La buena nutrición proporciona a los niños los nutrientes necesarios para el desarrollo de sus habilidades cognitivas, potencia su capacidad de concentración, memoria y aprendizaje, así como fortalece su sistema inmunológico y promueve un adecuado desarrollo físico y mental.

Se identificó que la nutrición en el Desarrollo Cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular "La Porciúncula" en su mayoría niñas presentan una mala nutrición, ya que en su lunch siempre llevan comida chatarra, gaseosas, dulces que les impide desarrollar de manera correcta sus habilidades cognitivas en el aula, mientras que el resto de los niños presentan una correcta nutrición, ya que en su lonchera llevan frutas, coladas, vegetales, verduras y legumbres, lo que les permite que desarrollen de una adecuada sus habilidades de aprendizaje, su memoria y percepción.

Se describió que es fundamental implementar estrategias efectivas para concientizar a los padres de familia sobre la importancia de la nutrición en el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años en la Unidad Educativa Particular "La Porciúncula". Esto permitirá mejorar la calidad de vida y el rendimiento académico de los niños, formando hábitos saludables desde temprana edad y fomentando una alimentación balanceada que contribuya a su desarrollo integral.

Sugerir estrategias para los padres de familia sobre la nutrición adecuada en el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular "La Porciúncula", ya que la alimentación juega un papel crucial en el desarrollo del cerebro de los niños en esta etapa tan importante de su vida.

9. Recomendaciones

En este sentido, es fundamental establecer estrategias y programas de nutrición y educación alimentaria en la Unidad Educativa para sensibilizar a la comunidad educativa sobre la importancia de una alimentación balanceada, así como promover la participación de los padres de familia en la planificación de menús saludables y la supervisión de la alimentación de los niños en el hogar. De esta manera, se contribuirá a mejorar el rendimiento académico, la salud y el bienestar de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular "La Porciúncula".

Proporcionar información y orientación a los padres sobre la importancia de una alimentación balanceada y nutritiva puede contribuir significativamente a mejorar la capacidad cognitiva y el rendimiento escolar de los niños. Asimismo, educar a los padres sobre los alimentos que favorecen el desarrollo cerebral y la importancia de hábitos alimenticios saludables puede tener un impacto positivo en la salud y el bienestar de los niños a largo plazo.

Se recomienda a los padres y cuidadores de los niños de la Unidad Educativa Particular "La Porciúncula" que promuevan una alimentación saludable en sus hijos, evitando el consumo de comida rápida, gaseosas y dulces, y fomentando en su lugar el consumo de frutas, coladas, vegetales, verduras y legumbres. Es importante que se concienticen sobre la importancia de la buena nutrición en el desarrollo cognitivo de los niños, y que sepan que una alimentación adecuada no solo beneficia su salud física, sino también su capacidad de aprendizaje y su rendimiento académico. Además, se sugiere que la institución educativa implemente programas educativos sobre nutrición y hábitos saludables para padres, docentes y alumnos, a fin de generar conciencia y promover cambios positivos en la alimentación de los niños.

Llevar a cabo charlas o talleres educativos con personal especializado para los padres de familia, donde se les brinde información detallada sobre la importancia de la nutrición en el desarrollo cognitivo de los niños, así como consejos prácticos para promover una alimentación saludable en casa. También se podría crear material educativo como folletos o trípticos, que los padres puedan llevar a casa y consultar en caso de dudas. Además, sería beneficioso involucrar a los niños en actividades prácticas relacionadas con la nutrición, como la preparación de snacks saludables o la creación de un huerto escolar, para que puedan aprender de forma lúdica sobre la importancia de una alimentación equilibrada.

10. Referencias Bibliográficas

Referencias

- Aranceta, J., (2018). *Nutrición Comunitaria*. España. Masson
- Arellano, M. (2019). Factor nutricional en el desarrollo cognitivo.
- Atenas, T.L., Díaz, E.C., Venegas Bustos, J., San Martín, R.U., & Rodríguez, C.C. (2019). Cognición Social: Conceptos y Bases Neurales. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 57(4), 365-376. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272019000400365>
- Avila, H. (2018). Introducción a la metodología de la investigación.
- Cardona Murillo, J.A., & Flórez Zapata, L.A. (2021). *Influencia de la alimentación en el desarrollo cognitivo de los estudiantes en el grado transición de la Institución Educativa Luis Carlos Galán Sarmiento del municipio de Carepa* [Tesis de Licenciatura, UNIMINUTO Corporación Universitaria Minuto de Dios Educación de calidad al alcance de todos]. https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/13321/1/UVDT.EDI_CardonaMurilloJehidyAlejandra_2021.pdf
- Castaño Tobón, L. Andrea., Molano Vargas, M., & Varela Arévalo, M. T. (2018). *Dificultades de alimentación en la primera infancia y su relación con las prácticas parentales de alimentación*. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 9(2), 196-207. <https://doi.org/10.22201/fesi.20071523e.2018.2.489>
- Contreras, J. (2020). *Antropología de la alimentación*. Madrid: Eudema.
- Cortés, L. (2021) La alimentación saludable en los alumnos. *Vida Científica Boletín Científico de la Escuela Preparatoria*. 9(17). 9-12. <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/prepa4/article/view/6626/7532>
- Cruz, J. (2017). *Antropología del desarrollo cognitivo*. Tratado de Nutrición. Madrid.
- Figuroa Cedeño, K.J. (2023). ¿Cuál es la importancia de la nutrición en la primera infancia? ¡Te contamos! *Revista de la Universidad Estatal de Milagro*. <https://www.unemi.edu.ec/index.php/2023/11/02/importancia-nutricion-primera-infancia/#:~:text=La%20nutrici%C3%B3n%20desempe%C3%B1a%20un%20papel,e%20funcionamiento%20adecuado%20del%20cerebro.>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2019). *Estado mundial de la infancia: Niños, alimentos y nutrición crecer bien en un mundo en transformación*. Asociado para la distribución.
- González, S. (2020). “Expresiones del desarrollo cognitivo de un grupo de niños del CEI

- Antonio Borrero de Colombia al iniciar su escolarización.” [Tesis de maestría, Universidad de Colombia]. Repositorio Institucional Universidad de Colombia.<http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/34078/1/trabajo%20de%20titulacion%20.%20pdf.pdf>
- Glover, M. (2019). *Procesos cognitivos básicos y superiores: ejemplos y tipos*. *Revista de psicología cognitiva*. <https://www.psicologia-online.com/procesos-cognitivos-basicos-y-superiores-ejemplos-y-tipos-4282.html>
- Guerrero, M. (2019). Los hábitos alimenticios y la influencia en el rendimiento escolar en los niños y niñas de educación inicial “jardín escuela primavera” (Trabajo de grado). Universidad de Guayaquil, Ecuador.
- Hernández, L. (2021). *Desarrollo cognitivo y motor*. Madrid: Editorial Paraninfo.
- Isaacs, E.B., Fischl, B.R., Quinn, B.T., Chong, W.K., Gadian, D.G., & Lucas, A. (2010) “*Impact of breast milk on IQ, brain size and white matter development*”, *Pediatric Research*, 67 (1), 357–62.
- Linares, R.(S/A). *Desarrollo Cognitivo: Las teorías de Piaget y de Vygotsky*. Universitat Autònoma de Barcelona
- López, C. (2020). Hábitos alimenticios en el rendimiento académico de estudiantes en el Internado educacional. (Trabajo de grado). Universidad César Vallejo.
- Macas Cuenca, E.E.(2023). *Intervención psicopedagógica basada en la gimnasia cerebral para estimular la atención y memoria en una estudiante con discapacidad intelectual moderada de tercer año de bachillerato de la Unidad Educativa Pio Jaramillo Alvarado, 2021 – 2022*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Loja]. https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/26057/1/ErikaLizbeth_MacasCuenca.pdf
- Méndez Mera, F. (2019). Hábitos alimenticios en el desarrollo cognitivo. (Trabajo de grado). Universidad de Guayaquil.
- Ministerio de Salud Pública. (2018). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición – ENSANU*. <https://www.salud.gob.ec/encuesta-nacional-de-salud-y-nutricion-ensanu/>
- Noriega Ocaña, J.R., & Sagñay Llinin, G.S. (2020). La malnutrición y su relación en el desarrollo cognitivo en niños de la primera infancia. *Revista de Ciencias de la Salud* Artículo de revisión. 5 (12), 1-33
- Oates, J., Karmiloff Smith, A., & Johnson, M.H. (2012). *La primera Infancia en perspectiva*. He Open University.

<http://www.codajic.org/sites/default/files/sites/www.codajic.org/files/El-cerebro-en-desarrollo.pdf>

- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2018). *Alimentación Sana*.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- Ortega Lema, E.O. (2022). *La educación alimentaria y su incidencia en el desarrollo cognitivo en niños de 4 a 5 años de Educación Inicial*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Colombia]. <http://bdigital.unal.edu.co/10578/>
- Parra, M. (2017). Proyecto de desarrollo cognitivo basado en la solución de problemas para niños de 3 a 4 años del Centro Infantil del Buen Vivir El Vecino ubicado en Cuenca [Tesis de grado, Universidad del Azuay]. Repositorio Institucional de la Universidad del Azuay.<https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/3959/1/10563.pdf>
- Pinto, N. (2021). Hábitos saludables en la niñez y la adolescencia en los entornos rurales. Un estudio descriptivo y comparativo. *Nutrición Hospitalaria*, 38(6), 12171223. SciELO Espanha. <https://doi.org/10.20960/nh.03484>
- Polanco, I. (2018). *El Libro Blanco de la alimentación escolar*. McGraw-Hill. Interamericana. Madrid-España.
- Rivera Lozada, O. (2022). *La nutrición como herramienta fundamental de salud pública*. *Revista De Investigación De La Universidad Norbert Wiener*, 11(1), 1-35. <https://doi.org/10.37768/unw.rinv.11.01.e0001>
- Romero Martínez, J.L., Romero Alba, J, J. (2021). Lenguaje: instrumento del desarrollo humano. *Revista Digital Universitaria*. 22(5), 1-10. https://www.revista.unam.mx/2021v22n5/lenguaje_instrumento_del_desarrollo_humano/
- Rozin, P. (2002). Perspectivas Psicobiológicas sobre las preferencias y aversiones alimentarias. En Contreras, Jesús. (2002). *Alimentación y cultura. Necesidades gustos y costumbres*. Cap. II. P. 85-110. Alfa-omega Editores. México D.F.
- Santander Universidad's.(2020). *Procesos cognitivos: ¿Cómo pueden ayudarte en tu éxito profesional?*
<https://www.santanderopenacademy.com/es/blog/procesos-cognitivos.html>

- Sarango Sarango, L. M. (2023). *Propuesta Psicopedagógica de ejercicios de estimulación cognitiva para mejorar la atención en un alumno con Trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) del cuarto grado de la escuela de Educación Básica Miguel Riofrío, 2021-2022*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Loja]. https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/25710/1/LorenaMargoth_SarangoSarango.pdf
- Suárez, M. (2018). *Interaprendizaje de Estadística Básica. Desarrollo cognitivo*. Ibarra Ecuador
- Suárez, M. (2021). “Estrategias metodológicas empleadas por los docentes en subnivel Preparatoria para fomentar el desarrollo de habilidades cognitivas” [Tesis de maestría, Universidad de Cuenca]. Repositorio Institucional Universidad de Cuenca.<http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/34849/1/Trabajo%20de%20Titulacion.pdf>
- Triglia, A. (2019). *Las 4 etapas del desarrollo cognitivo de Jean Piaget*

11. Anexos

11.1. Guía de Entrevista)

Anexo 1 Guía de Entrevista



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
UNIDAD DE EDUCACIÓN A DISTANCIA Y EN LÍNEA
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

ENTREVISTA DIRIGIDA A LOS DOCENTES

Estimada/o docente, la presente entrevista tiene el propósito de recabar información que me permita continuar con el diseño y elaboración del trabajo de integración curricular previo a la obtención del título de licenciada en educación inicial de la UNL. Cabe indicar que la información proporcionada será de estricta confidencialidad y utilizada únicamente para fines académicos.

Tema: La nutrición y su relación con el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”

Objetivo: Analizar La nutrición y su relación con el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”

Docente:

Fecha de aplicación:

Preguntas:

1. ¿Qué relación tiene la nutrición con el desarrollo académico del niño?

.....
.....

2. ¿Qué recomienda usted a los padres de familia para lograr una buena alimentación en sus hijos?

.....
.....

3. ¿Como influyen los hábitos alimenticios en el desarrollo cognitivo de los estudiantes?

.....
.....

4. ¿Usted cree que una buena orientación de los padres en los hábitos alimenticios mejora el desarrollo cognitivo de los niños?

.....
.....

5. ¿Considera que una alimentación inadecuada influye en el desarrollo cognitivo de los niños?

.....
.....

11.2. Ficha de Observación

Anexo 2 Ficha de Observación



unl

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
UNIDAD DE EDUCACIÓN A DISTANCIA Y EN LÍNEA
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

FICHA DE OBSERVACIÓN DIRIGIDO A LOS NIÑOS DE LA INSTITUCION

Tema: La nutrición y su relación con el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”

Objetivo: Concienciar a los padres de familia la importancia que tiene la Nutrición en el Desarrollo Cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”

Fecha de aplicación:

Observador

ITEMS (colocar las preguntas en relación a la entrevista)	SIEMPRE	CASI SIEMPRE	NUNCA	OBSERVACIONES (se colocará información adicional y relevante acorde al ítem observado)
1 ¿El niño se alimenta de manera nutritiva, frutas, cereales, legumbres?				
2 ¿El niño acepta con agrado los alimentos que se le sirve?				
3 ¿El niño presenta dificultades de aprendizaje en sus actividades diarias?				
4 ¿El niño muestra desinterés por aprender?				
5 ¿La alimentación influye en el desarrollo del niño?				

11.3. Validación Guía de Entrevista

Anexo 3 Validación Guía de Entrevista



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
UNIDAD DE EDUCACIÓN A DISTANCIA Y EN LÍNEA
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

GUIA DE ENTREVISTA

Objetivo: Aprobar la validez de las preguntas elaboradas en la ficha de observación

Indicaciones:

- Se presentan 5 preguntas que serán evaluadas según la experticia de los evaluadores enfocados en las variables de la investigación.

Título: La Nutrición y su relación con el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” de la ciudad de Loja

Variable independiente: Nutrición

Variable dependiente: Desarrollo Cognitivo

Criterio para su validación:

- Se debe presentar la matriz de operacionalización de variables
- Se debe presentar los instrumentos de recolección de datos
- El instrumento debe de estar validado por 3 o más expertos

DATOS DE EVALUACIÓN DE EXPERTOS

Apellidos y nombres del experto:

1. DIRECTOR: Mgstr. María Soledad Cárdenas P.
2. CONSEJO CONSULTIVO: Mgstr. Lídice Lorena Álvarez Román
3. GESTORIA: Mgstr. María Fernanda Cárdenas Santín

Autor: Mónica Katherine Capa Moreno

ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

PREGUNTA 1: ¿Qué relación tiene la nutrición con el desarrollo académico del niño?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICA BLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación					

ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores					
METODOLOGIA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados					
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación					

Observaciones:

.....

PREGUNTA 2: ¿Qué recomienda usted a los padres de familia para lograr una buena alimentación en sus hijos?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICA BLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación					
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores					
METODOLOGIA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados					
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación					

Observaciones:

.....

PREGUNTA 3: ¿Como influyen los hábitos alimenticios en el desarrollo cognitivo de los estudiantes?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICA BLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación					
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores					

ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores					
METODOLOGIA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados					
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación					

Observaciones:

.....

PREGUNTA 2: ¿Qué recomienda usted a los padres de familia para lograr una buena alimentación en sus hijos?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICA BLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación					
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores					
METODOLOGIA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados					
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación					

Observaciones:

.....

PREGUNTA 3: ¿Como influyen los hábitos alimenticios en el desarrollo cognitivo de los estudiantes?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICA BLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación					
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores					

METODOLOGIA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados					
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación					

Observaciones:

.....

PREGUNTA 4: ¿Usted cree que una buena orientación de los padres en los hábitos alimenticios mejora el desarrollo cognitivo de los niños?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICA BLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación					
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores					
METODOLOGIA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados					
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación					

Observaciones:

.....

PREGUNTA 5: ¿Considera que una alimentación inadecuada influye en el desarrollo cognitivo de los niños?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICA BLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación					
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores					



METODOLOGIA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados					
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación					

Observaciones:

.....

EL INSTRUMENTO SE CONSIDERA:

Aplicable 100%	Modificable 75%	Regular 50%	Deficiente 25%	No aplicable 0%

Mgr. María Fernanda Cárdenas S.

DOCENTE EXPERTO 1
 GESTOR CARRERA DE EDUCACION INICIAL
 CONSULTIVO

Mgr. Lorena Álvarez

DOCENTE EXPERTO 2
 MIEMBRO CONSEJO

Mgr.....

DOCENTE EXPERTO 3
 DOCENTE DIRECTOR CARRERA DE EDUCACION INICAIL

11.4. Validación Ficha de Observación

Anexo 4 Validación Ficha de Observación



UNL

Universidad
Nacional
de Loja

Unidad de Educación
a Distancia y en Línea

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA
UNIDAD DE EDUCACIÓN A DISTANCIA Y EN LÍNEA
CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

FICHA DE OBSERVACIÓN

Objetivo: Aprobar la validez de las preguntas elaboradas en la ficha de observación

Indicaciones:

- Se presentan 5 preguntas que serán evaluadas según la experticia de los evaluadores enfocados en las variables de la investigación.

Título: La Nutrición y su relación con el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” de la ciudad de Loja

Variable independiente: La nutrición.

Variable dependiente: Desarrollo Cognitivo

Criterio para su validación:

- Se debe presentar la matriz de operacionalización de variables
- Se debe presentar los instrumentos de recolección de datos
- El instrumento debe de estar validado por 3 o más expertos

DATOS DE EVALUACIÓN DE EXPERTOS

Apellidos y nombres del experto:

1. **DIRECTOR:** Mgtr. María Soledad Cárdenas Palacios.
2. **MIEMBRO CONSEJO CONSULTIVO:** Mgtr. Lorena Álvarez Román.
3. **GESTORIA:** Mgtr. María Fernanda Cárdenas Santín.

Autor: Monica Katherine Capa Moreno

ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

PREGUNTA 1: ¿El niño se alimenta de manera nutritiva, frutas, cereales, legumbres??

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICABLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación					
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores					
METODOLOGÍA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados					
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación					

Observaciones:

.....

PREGUNTA 2: ¿El niño acepta con agrado los alimentos que se le sirve?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICABLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación					
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores					
METODOLOGÍA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados					
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación					

Observaciones:

.....

PREGUNTA 3: ¿El niño presenta dificultades de aprendizaje en sus actividades diarias?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICABLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación					
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores					
METODOLOGÍA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados					
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación					

Observaciones:

.....

PREGUNTA 4: ¿El niño muestra desinterés por aprender?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICABLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación					
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores					
METODOLOGÍA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados					
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación					

Observaciones:

.....

PREGUNTA 5: ¿La alimentación influye en el desarrollo del niño?

INDICADORES	CRITERIOS	APLICABLE 100%	MODIFICABLE 75%	REGULAR 50%	DEFICIENTE 25%	NO APLICABLE 0%
CLARIDAD	Está formado con lenguaje apropiado y una adecuada ortografía y signos de puntuación					
ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica					
COHERENCIA	Existe relación entre las dimensiones e indicadores					
METODOLOGÍA	Responde al propósito del trabajo considerando los objetivos planteados					
PERTINENCIA	El documento es adecuado al tipo de investigación					

Observaciones:

.....

EL INSTRUMENTO SE CONSIDERA:

Aplicable 100%	Modificable 75%	Regular 50%	Deficiente 25%	No aplicable 0%

Mgtr. María Fernanda Cardenas
 EXPERTO 1
 GESTORA

Mgtr. Lorena Álvarez R DOCENTE
 DOCENTE EXPERTO 2
 CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

Mgtr. María Soledad Cárdenas P.
 DOCENTE EXPERTO 3
 DOCENTE TUTOR

11.5. Matriz de Operacionalización

Anexo 5 Matriz de Operacionalización

MATRIZ DE OPERALIZACIÓN DE VARIABLES

TÍTULO: La Nutrición y su relación con el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” de la ciudad de Loja							
VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIÓN	INDICADOR	ITEM	UNIDAD DE ANÁLISIS	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
Nutrición	Varios autores afirman que la nutrición es el proceso biológico que ocurre en un ser vivo cuando su organismo absorbe, de los alimentos y líquidos, los nutrientes que necesita para su crecimiento y el desarrollo de las funciones vitales. A través de la alimentación, el organismo incorpora hidratos de carbono, vitaminas, minerales, proteínas y grasas.	Alimentación	Consumo balanceados de alimentos Conocimientos sobre nutrición	¿Qué relación tiene la nutrición con el desarrollo académico del niño? ¿Qué recomienda usted a los padres de familia para lograr una buena alimentación en sus hijos? ¿Cómo influyen los hábitos alimenticios en el desarrollo cognitivo de los estudiantes?	DOCENTE	Observación	Entrevista Registro de alimentos consumidos

Desarrollo cognitivo	Proceso que permite la adquisición y potenciación de habilidades mentales.	<ul style="list-style-type: none"> -Percepción -Atención -Memoria -Lenguaje -Pensamiento -Inteligencia -Psicomotricidad 	<ul style="list-style-type: none"> -Habilidades mentales -Habilidades motrices -Habilidades de lenguaje 	<p>¿Usted cree que una buena orientación de los padres en los hábitos alimenticios mejora el desarrollo cognitivo de los niños?</p> <p>¿Considera que una alimentación inadecuada influye en el desarrollo cognitivo de los niños?</p>	DOCENTE	Entrevista	Entrevista
----------------------	--	--	--	--	---------	------------	------------

11.6. Tabla de Triangulación

Anexo 6 Triangulación de Variables

Tabla 1.

Triangulación de datos variable independiente

Variable Independiente: La Nutrición

Variable 1	Pregunta Entrevista	Descripción Respuesta Textual	Ficha de Observación	Descripción textual ficha de observación	Descripción Conceptual	Interpretación por variables

Tabla 2

Triangulación de datos variable dependiente

Variable Dependiente: Desarrollo Cognitivo

Variable 2	Pregunta Entrevista	Descripción Respuesta Textual	Ficha de Observación	Descripción textual ficha de observación	Descripción Conceptual	Interpretación por variables

11.7. Guía de Actividades

Anexo 7 Guía de Actividades



Universidad
Nacional
de Loja

Universidad Nacional de Loja

Facultad de la Educación, el Arte y la Comunicación

Carrera de Educación Inicial

**Guía de Actividades
para Mejorar la
Nutrición y Estimular
el Desarrollo
Cognitivo de los niños
de 4 a 5 años de la
Unidad Educativa**

Autora:

Mónica Katherine Capa Moreno

1. Título:

Guía de actividades para mejorar los Estilos de Crianza y estimular el desarrollo socioafectivo de los niños de inicial II del Centro de Educación Infantil “Pío Jaramillo Alvarado”

2. Datos informativos de la institución

Tabla 5 Datos Informativos de la Institución

Institución Educativa: Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”
Nivel: Inicial II, paralelo “B”
No. de participantes: 22 Padres de familia, 5 docentes, 20 niños
Edades de los participantes: 4 y 5 años
Provincia: Loja
Cantón: Loja
Parroquia: El Sagrario
Ubicación: Simón Bolívar entre José Antonio Eguiguren y Cristóbal Colón

Nota: Datos obtenidos por la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula”

3. Problema:

3.1. Descripción del problema:

En la Unidad Educativa Particular “La Porciúncula” de la ciudad de Loja, en el área de educación inicial de niños de 4 a 5 años se ha podido observar y dialogar con los padres de familia de manera presencial acerca de la alimentación que tienen sus hijos, según manifiestan la nutrición de estos niños no es nutritiva, ya que su alimentación muchas de las veces está basada en comida rápida (chatarra) siendo esta la causa para que su desenvolvimiento escolar se vea afectado dentro de su concentración, atención y memoria. Entre las diferentes causas que pueden estar originando este problema tenemos la despreocupación de los padres ya sea por falta de tiempo o situaciones económicas y la falta de información en lo concerniente a una dieta alimenticia adecuada, lo que repercute en los hábitos alimenticios de los niños.

4. Introducción/Presentación:

La nutrición ha venido jugando un papel muy importante en el desarrollo cognitivo de cada niño en etapa inicial, ya que al tener malos hábitos alimentación trae consecuencias al desarrollo cognitivo como el bajo rendimiento escolar, disminución de la atención, dificultades para comunicarse con los demás, para razonar analíticamente y para adaptar a nuevos ambientes y personas. Además, una buena alimentación es una línea de defensa contra muchas enfermedades que pueden llegar a dejar secuelas en las personas y marcan su desarrollo físico en la edad adulta.

5. Metodología:

Se utilizará una metodología que contendrá actividades creativas, videos y películas que informen sobre el tema, trabaos en conjunto, en donde se promoverá la importancia de una correcta nutrición para el desarrollo cognitivo de los niños.

5.1.Tipo de propuesta

La siguiente propuesta es educativa y práctica que incluye consejos nutricionales, recetas y sugerencias de alimentos saludables, así como actividades lúdicas que fomenten el aprendizaje y el desarrollo de habilidades cognitivas.

5.2.Destinatarios

Esta guía será para los padres que les ayudara a concientizar sobre la forma en que alimentan a sus hijos, a los docentes para fomentar nuevas herramienta y estrategia didácticas para favorecer el desarrollo cognitivo de los alumnos y a los niños para mejorar sus habilidades cognitiva.

5.3.Técnicas utilizadas para el desarrollo de la propuesta

Se utilizará técnicas como por ejemplo la imaginación, la creatividad, el trabajo en conjunto, la colaboración, la comunicación y la expresión, para promover la reflexión de la importancia de una buena nutrición para el desarrollo cognitivo.

6. Objetivos:

6.1.Objetivo general

- Potenciar una alimentación saludable y equilibrada en los niños, a través de la realización de actividades divertidas y educativas que estimulen su desarrollo cognitivo.

6.2. Objetivos específicos:

- Implementar actividades interactivas para niños, padres y cuidadores, con el objetivo de fomentar hábitos alimenticios saludables y promover la importancia de una dieta balanceada.
- Estimular el desarrollo cognitivo de los niños a través de juegos y actividades que promuevan la memoria, la concentración, la resolución de problemas y la creatividad.
- Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo entre los niños, para que se apoyen mutuamente en el proceso de adquisición de hábitos alimenticios saludables y en el desarrollo de sus capacidades cognitivas.

7. Diseño de la Propuesta

7.1.Elaboración de actividades:

7.1.1. Actividad 1

Figura 2 Mi Feria Saludable



Fuente: <https://tvazteca.brightspotcdn.com>

- **Nombre de la Actividad:** “Mi feria nutricional”
- **Objetivo de la Actividad:** promover la educación y concienciación sobre la importancia de una alimentación saludable y equilibrada entre los participantes.
- **Recursos Humanos:**
 - Docentes
 - Padres de familia
 - Niños
 - Especialista en nutrición
- **Recursos Materiales.**
 - Patio Escolar
 - Cartulina
 - Marcadores
 - Alimentos Saludables
 - Globos
- **Desarrollo de la Actividad:**
 1. Saludo de Bienvenida
 2. Explicación de la actividad que se realizará
 3. Con los alimentos que cada padre de familia trajo realizar un menú saludable
 4. Explicar la importancia de ese menú
 5. Preguntar cómo se sintieron realizándolo

6. Explicación del especialista sobre la importancia de la nutrición+

7. Palabras de despedida

● **Evaluación**

- Aplicación de la lista de cotejo

7.1.2. *Actividad 2*

- **Nombre de la Actividad:** Recoge las frutas

Figura 3 Recoge las Fruta



Fuente: <https://media.istockphoto.com>

- **Objetivo de la Actividad:** Fomentar el desarrollo cognitivo en los niños..

● **Recursos Humanos:**

- Docente
- Niños

● **Recursos Materiales:**

- Patio escolar
- Pelota

● **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:**

1. Saludo
2. Explicar en qué consistirá la actividad
3. Se forman dos equipos situados en círculos, dentro de este se coloca un niño con una pelota.
4. Cada niño tendrá el nombre de una fruta, incluyendo el que este dentro del circulo
5. El niño que este dentro del circulo lanza la pelota hacia arriba o más alto posible y dirá el nombre de una fruta.
6. El que tenga el nombre de la fruta dicha por el niño, saldrá atrapar la pelota lanzada y

si logra atraparla ocupara el lugar del niño que estaba en el centro.

7. Despedida.

- **Evaluación:**

- Aplicación de la lista de cotejo

7.1.3. Actividad 3

- **Nombre de la Actividad:** “Día de disfraces saludables”

Figura 4 Día de Disfrases Saludables



Fuente: <https://th.bing.com/th/id/R.43>

- **Objetivo de la Actividad:** Promover hábitos alimenticios saludables a través de la diversión y la creatividad.
- **Recurso humano:**
 - Padres
 - Docente
 - Niños
- **Recurso material:**
 - Aula
 - Disfraces de alimentos saludables
 - Hojas
 - Temperas
 - Lápiz
- **Desarrollo de la Actividad:**
 1. Saludo
 2. Explicación de la actividad

3. En una hoja van a dibujar su alimento nutritivo favorito
4. Explicar el porqué es importante consumirlo
5. Felicitarlos por la actividad realizada
6. Despedida

- **Evaluación:**

- Aplicación de la lista de cotejo

7.1.4. Actividad 4

- **Nombre de la Actividad:** “Mi Arte”

Figura 5 Mi Arte



Fuente: <https://th.bing.com/th/id/OIP.iHIVF>

- **Objetivo de la Actividad:** Promover la convivencia familiar, la cognición, la memoria y concentración.
- **Recurso humano:**
 - Docentes
 - Niños
 - Padres
- **Recurso material:**
 - Aula
 - Hojas
 - Lápiz
 - Marcadores
 - Tempera
- **Desarrollo de la Actividad:**

1. Saludo
 2. Explicación de la actividad que se llevará a cabo
 3. Brindar los materiales a cada padre de familia y niños
 4. Proceden a realizar un dibujo libre
 5. Explicación sobre el dibujo
 6. Aplausos y felicitaciones por la actividad
 7. Preguntas relacionadas a la actividad
 8. Despedida
- **Evaluación:**
 - Aplicación de la lista de cotejo

7.1.5. Actividad 5

- **Nombre de la Actividad:** “Día de Picnic”

Figura 6 Día de Picnic



Fuente: <https://www.telemundo.com/sites/nbcutelemundo>

- **Objetivo de la Actividad:** concientizar a los participantes sobre la importancia de elegir opciones saludables de alimentos, involucrar a los niños en la preparación de comidas saludables y disfrutar juntos de momentos de diversión y recreación al aire libre.
- **Recurso humano:**
 - Padres de familia
 - Niños
 - Docentes
- **Recurso material:**
 - Área verde
 - Comida y bebida saludable

- Manteles
- Recipientes
- Cucharas
- Platos
- Vasos

● **Desarrollo de la Actividad:**

1. Saludo
2. Explicación de la actividad que se realizará
3. Salir al área verde de la escuela
4. Extender el mantel en el suelo y colocar los alimentos y bebidas
5. Compartir en los platos y vasos las comidas y bebidas
6. Disfrutar de los alimentos
7. Agradecer
8. Despedida

● **Evaluación:**

- Aplicación de la lista de cotejo

8. Resultados esperados/alcance/

Mejora en la alimentación de los niños, fomentando hábitos saludables y una dieta equilibrada que contribuya a su crecimiento y desarrollo adecuado. Mejora en el rendimiento académico de los niños, ya que una alimentación adecuada y un desarrollo cognitivo estimulado pueden favorecer su capacidad de atención, concentración y aprendizaje. Prevención de problemas de salud relacionados con la malnutrición y el bajo desarrollo cognitivo en la infancia, como el retraso en el crecimiento, la obesidad, la desnutrición y dificultades de aprendizaje. Creación de hábitos saludables que perduren en la vida adulta, promoviendo un estilo de vida activo y una alimentación equilibrada en los niños desde temprana edad.

9. Conclusión

En conclusión, una adecuada nutrición es fundamental para el desarrollo cognitivo de los niños. Los nutrientes que consumen juegan un papel crucial en el desarrollo y funcionamiento del cerebro, influyendo en la concentración, la memoria, el aprendizaje y la capacidad cognitiva en general. Por lo tanto, es importante garantizar que los niños reciban una dieta equilibrada y variada que les proporcione los nutrientes necesarios para un óptimo desarrollo cognitivo. Además, promover hábitos alimenticios saludables desde la infancia les ayudará a mantener una buena salud cerebral a lo largo de su vida.

10. Recomendación

Se recomienda a los docentes que utilicen esta guía de actividades para planificar sus clases de manera que incluyan elementos que fomenten la nutrición y el desarrollo cognitivo de los niños. Esto ayudará a crear un ambiente de aprendizaje saludable y estimulante para los niños, brindándoles las herramientas necesarias para un desarrollo integral y saludable. Al seguir las actividades propuestas en la guía, los docentes pueden promover hábitos alimenticios saludables y brindar a los niños la oportunidad de explorar nuevos alimentos y sabores.

11. Bibliografía

Gamboa, P. (2022). Estimulación temprana para el desarrollo cognitivo en niños del nivel inicial [Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil Educativa]. <http://repositorio.ulvr.edu.ec/bitstream/44000/5985/1/TM-ULVR-0529.pdf>

García, F. (2021). Juego, plasticidad cerebral y habilidades cognitivas. *Revista Salud y Bienestar Colectivo*, 5(1), 90–104. <https://revistasaludybienestarcolectivo.com/index.php/resbic/article/view/124/131>

Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (2018). Documento Técnico de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABA) del Ecuador. GABA-ECU 2018. Quito-Ecuador.

12. Anexos

12.1. Lista de Cotejo

Tabla 6 Lista de Cotejo

N°	Nombres y apellidos de/la estudiante	Indicador					
		SI	NO	SI	NO	SI	NO
01							
03							
04							
05							
06							

07							
08							
09							

11.8. Certificado d la traducción del resumen

Anexo 8 Certificado de la traducción del resumen

CERTIFICADO DE TRADUCCIÓN

Yo, Diego Fernando Ordoñez Silva, con número de cédula 1104872476 y con título de Licenciado en Ciencias de la Educación, Mención Inglés, registrado en el SENESCYT con número 1008-15-1428431.

CERTIFICO:

Que he realizado la traducción de español al idioma Inglés del resumen del presente trabajo de integración curricular o de titulación denominado **La nutrición y su relación con el desarrollo cognitivo de los niños de 4 a 5 años de la unidad educativa particular " La Porciúncula" de la ciudad de Loja** de autoría de **Mónica Katherine Capa Moreno**, portadora de cédula de identidad número **1105893265**, estudiante de la carrera de **Educación Inicial**, de la **Unidad de Educación a Distancia, de la Universidad Nacional de Loja**, siendo el mismo verdadero y correcto a mi mejor saber y entender.

Es todo en cuanto puedo certificar en honor a la verdad, facultando al interesado hacer uso del presente en lo que se creyera conveniente.



Lic. Diego Fernando Ordoñez Silva

C.I. 1104872476

Registro del SENESCYT: 1008-15-1428431.