

## INTRODUCCIÓN

Un informe presentado por el Subcomité de Nutrición de las Naciones Unidas (2000) indica, que la deficiencia de hierro y la anemia, afecta, aproximadamente al 53 % de los niños en edad escolar y al 42% en edad preescolar

América Latina transita actualmente por lo que se denomina “Transición Nutricional”, fenómeno caracterizado por una alta prevalencia de desnutrición crónica, que produce baja talla ya que el niño no puede desarrollar su potencial genético de crecimiento debido a una alimentación carente por largos períodos de tiempo durante los primeros años de vida. También se evidencian altos índices de sobrepeso y obesidad, y cifras alarmantes de anemia o falta de hierro.

Las secuelas sufridas por estos niños son irreversibles ya que la falta de hierro durante los dos primeros años de vida provoca retardo del crecimiento cerebral, reducción de su tamaño y menor desarrollo intelectual.

Fenómenos como la deserción, la repitencia, y el bajo rendimiento escolar, son comúnmente analizados desde una perspectiva educativa. Tradicionalmente las políticas orientadas a la atención de estos fenómenos, han sido diseñadas por autoridades de este sector, sin la participación de otros actores en el diseño de estrategias alternativas que podrían tener impacto positivo en el rendimiento escolar o en el descenso de la repetición escolar. Me refiero especialmente al diseño de programas que surjan de la actividad conjunta de las autoridades tanto del área educativa como de salud.

La crisis económica imperante en nuestra región ha llevado a que muchas escuelas implementen comedores escolares. Es interesante notar como en varios países ha disminuido el ausentismo y aumentado la matrícula escolar a partir de que los niños pueden recibir alimentación diaria. Una medida tan simple como esta, también ha motivado a las familias a mantener sus niños en la escuela y reducido la deserción escolar.

A pesar de los beneficios que estos comedores puedan tener, es necesario contar con políticas mas abarcativas que no respondan solamente a situaciones de crisis o emergencia, sino que se

generen a partir de comprender la importancia que la nutrición y la salud pueden tener en la educación.

Estas son políticas y/o acciones abarcativas o intersectoriales que pueden ser realizadas desde los ministerios de cada área, pero también y quizás mas importante, aquellas que se pueden impulsar desde la comunidad y en particular desde la escuela. Por esta razón, es imperativo poder brindar programas de capacitación y formación dirigidos al personal, que cubran aspectos vinculados con la nutrición y la salud en los centros educativos.

Propiciar un cambio en la conducta de directivos, docentes, padres de familia y niños/as, requiere de transformaciones profundas; sobre todo, si tomamos en cuenta la situación socioeconómico y cultural, que han establecido nuevos patrones de comportamiento social que, en su mayoría, tienen a sobrevalorar lo material, lo individual, lo efímero e intrascendente.

Sin embargo, es aquí donde se vuelven más evidentes las fallas de la planificación, organización y administración; por lo que, es obligación de los centros educativos replantear su rol en función de asumir sostenida y directamente la formación integral del ser humano, atendiendo sus dimensiones intelectual, afectiva, psicomotriz y moral

Además, una institución, cualquiera que esta fuere, crece y alcanza los niveles más óptimos si posee un liderazgo administrativo, el mismo que se refleja en la organización interna y la imagen que puede proyectar externamente. Por lo que una institución sin liderazgo administrativo está condenada al fracaso.

El presente trabajo se propone diagnosticar la situación actual de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Gotitas de Amor y Tierra de Vida, de la ciudad de Riobamba, en el área de nutrición, utilizando los estándares de calidad establecidos por el Ministerio de Inclusión Económica y Social.

El tema en estudio surge luego de leer y vivenciar hechos que provocan una especie de desazón si tomamos en cuenta que los niños de hoy son los hombres y mujeres que mañana trabajarán por el desarrollo del país.

Esta realidad que involucra a toda la comunidad de los centros infantiles me ha obligado a tomar este tema y analizar causas y consecuencias del hecho y buscar posibles soluciones.

La investigación se desarrolla tomando como punto de partida la problemática que se evidencia en la falta de guías alimenticias de fácil manejo que ofrezcan una buena nutrición que influya en el aprendizaje. Es así que me he planteado el proyecto de investigación con El Problema, Planteamiento del Problema, El Árbol del Problemas, Formulación del Problema, Delimitación del Problema, Justificación e Importancia, Objetivos. EL trabajo se sustenta en un marco teórico referencial que facilita la comprensión de los Estándares de Calidad necesarios para que los Centros Infantiles puedan funcionar exitosamente. Además, se tomó en cuenta la realidad socio-económica de nuestro país.

En el capítulo tres se aborda la investigación de campo iniciando con el tipo de metodología y diseño de la investigación; técnicas e Instrumentos, población y muestra; procesamiento de la información; análisis e interpretación de resultados que se evidencia en las conclusiones y recomendaciones.

El capítulo cuatro comprende la Propuesta alternativa para el Área Nutricional de los Centros Infantiles “Francisco Chiriboga”, “Gotitas de Amor”, y “Tierra de Vida.

**"La base de lo que uno va a ser sucede en los tres primeros años de la vida."**  
*John Malkovich (nacido en 1953), actor estadounidense*

# CAPÍTULO I

## EL PROBLEMA

## 1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La situación actual se encuentra afectada principalmente por la mala aplicación de un correcto sistema educativo, nuevos órganos de gestión de los centros infantiles, sistemas electivos para la Constitución de las Direcciones, aparición de nuevos documentos en los que se define la identidad formativa y organizativa de cada centro, previsión de mejores equipamientos personales y técnicos para realizar tareas en mejoramiento de cada centro infantil que forme y oriente a los encargados del cuidado de niños en sus etapas iniciales y a los padres sobre la importancia de una buena alimentación en el desarrollo tanto físico como intelectual de sus hijos. Una nutrición óptima de los niños debería verse, no solamente porque aporta beneficios inmediatos, sino que también es una inversión a largo plazo sobre salud y calidad de vida

“En los últimos años han surgido importantes cambios que han modificado las estructuras familiares. En algunas naciones, la cuarta parte del total de niños viven en familias uniparentales, que aproximadamente en un 50% pertenecen a los estratos socioeconómicos menos favorecidos. También se observa un importante aumento del número de madres que trabajan fuera del hogar”.<sup>1</sup>

Las madres tienen la necesidad de salir a trabajar fuera de sus hogares para poderlos sustentar, se ven en la obligación de dejar a sus niños/as en los Centros Infantiles

Según un informe de UNICEF, en el Ecuador existen 370.000 niñas y niños menores de cinco años con desnutrición crónica, la desnutrición temprana durante la infancia es un problema persistente en nuestro país. La prevalencia nacional de retraso en el crecimiento del 26% entre niños menores de 5 años, enmascara las grandes diferencias nacionales que sobrepasan el 50% en algunas provincias y entre los habitantes indígenas.<sup>2</sup>Chimborazo encabeza la lista de provincias más pobres azotadas por la mala alimentación en niños menores de 5 años manteniendo un 44 % de problemas alimentarios, y nutricionales, principalmente en la población indígena.

---

<sup>1</sup> ERNESTO QUIÑONES, SANTIAGO CAMPOS, MICHELE UGAZZI (1997) *Bases de Pediatría Crítica* 2ª Edición Aval de la Universidad de San Francisco de Quito y Hospital Metropolitano. (Quito – Ecuador)

<sup>2</sup> [www.vistazo.com/webpages/pais/imprimir.php?id=8258](http://www.vistazo.com/webpages/pais/imprimir.php?id=8258)

En nuestro medio, en pocos años se ha producido un aumento de muertes por problemas de desnutrición teniendo un 14% de niños menores de 5 años, y también un incremento significativo de tasas de colesterol en adultos y niños, alcanzando el 16% de obesidad en niños escolares, es decir que no solo constituye un problema de salud pública la desnutrición sino también al sobrepeso y la obesidad con todas sus complicaciones de salud.<sup>3</sup>

Los Centros de Desarrollo Infantil de la ciudad de Riobamba están ubicados en dos sectores de la urbe, unos pocos en el centro de la ciudad y la mayoría de ellos en los sectores periféricos.

De las visitas realizadas se desprende que generalmente los Centros Infantiles que quedan ubicados en el sector céntrico tienen mejores instalaciones y por ende su atención y cuidado a los niños es mejor comparado con los Centros de Desarrollo Infantiles ubicados a las afueras de la ciudad, que carecen de infraestructura e inclusive de personal especializado para la atención de los niños.

Los tres Centros Infantiles tomados como muestra, dos de ellos ubicados en las afueras de la ciudad, y que son objeto del presente estudio, se ven limitados por la falta de recursos económicos y la inexistencia de guías alimentarias, para una correcta nutrición

Ello ocasiona un perjuicio en la formación, crecimiento y funcionamiento del organismo que requiere el aporte de una serie de sustancias para que el ser humano pueda desenvolverse plenamente en su vida personal y social; además, si estas sustancias no son consumidas en los primeros años de su vida, provocará un retardo en el proceso de aprendizaje.

---

<sup>3</sup> ibídem

## 1.2 EL ÁRBOL DEL PROBLEMA

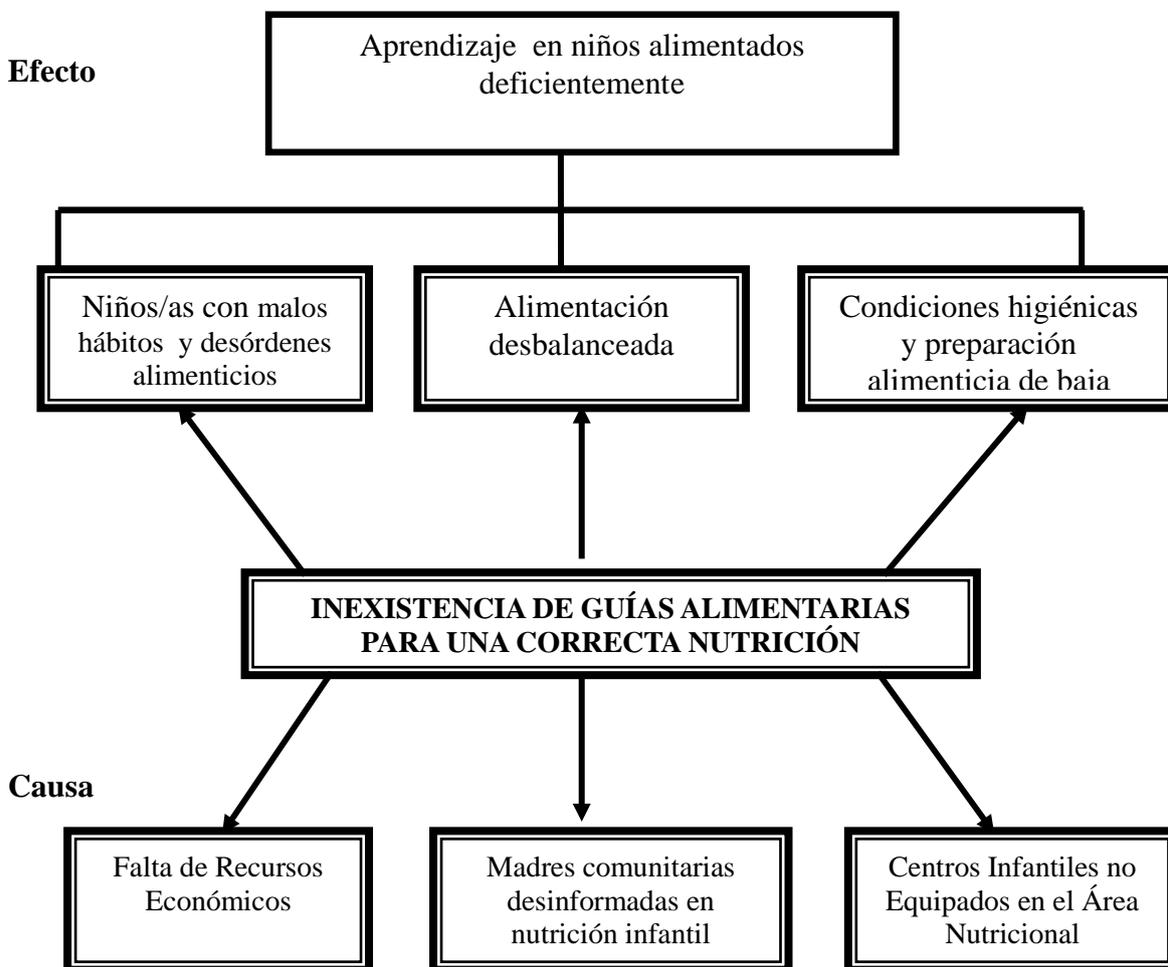


GRÁFICO N° 1

ELABORADO POR: Germania Vallejo C.

### 1.2.1 Calidad de los servicios

En los Centros Infantiles visitados, la calidad de organización y servicios es deficiente por falta de aseo e higiene. El personal que prepara los alimentos, no pone el cuidado necesario antes de manipular los alimentos; no utiliza prendas de protección como mandil, guantes, gorro o pañuelo para recoger el cabello; las uñas son largas y pintadas; utilizan aretes, pulseras, en desmedro de una preparación garantizada de los alimentos.

Los directivos, no seleccionan de manera juiciosa al recurso humano, con cualidades inherentes a tan delicado trabajo que demanda de hábitos, valores y actitudes como la responsabilidad, habilidades comunicativas, tan importantes como su nivel de conocimientos, capacitación y experiencia.

Estos problemas se enmarcan en aspectos educativos, de organización y administrativos de los servicios que ofrecen las instituciones de educación infantil

### **1.2.2 La hora de comer**

Las horas de la comida deben ser ratos agradables para los niños, pero esto no se cumple en determinados centros infantiles; hay niños que no siempre quieren comer lo que les da; las madres comunitarias no motivan a los niños para que comprendan la importancia de una buena nutrición; así como el aprendizaje y práctica de hábitos alimenticios saludables. Es posible que los niños pequeños no comprendan pero tendrían una idea de lo que les dice. Por ejemplo, cuando se les diga que la leche ayuda a que sus huesos sean fuertes y que las zanahorias contribuyen a que “vean siempre las estrellas de la noche.”

### **1.2.3 Los padres y el centro infantil**

Los padres tiene mucho que decir sobre las pobres condiciones educativas en las que las “cuidadoras” actúan con a sus hijos, pues las responsables, solo se limitan a recibir y entregar a los niños sin intercambiar inquietudes para compartir responsabilidades; de igual manera los padres no demuestran suficiente interés por conocer lo que les sucede en la jornada; simplemente se limitan a preguntar si el niño ha comido bien, refiriéndose a si comió todo lo que se le proporcionó como alimento, pero no se interesan acerca del desarrollo de sus capacidades y el aprendizaje de nuevas conductas, por lo que se evidencia entonces, el distanciamiento entre el hogar y la escuela infantil.

### **1.2.4 Naturaleza de los Centros Infantiles**

Los Centros Infantiles, objeto de investigación están ubicados en la ciudad de Riobamba; el tipo de sostenimiento es fiscal. A estos centros concurren niños de año y medio hasta cinco años; el nivel socioeconómico es medio y bajo.

**Centro Infantil “Gotitas de Amor”:** Este centro infantil fue creado en el año 2000 bajo la dirección y coordinación del INFA para beneficio de los niños que habitan en este barrio; Esta ubicado en el barrio San José del Chibunga, al este de la ciudad.

**Centro Infantil “Tierra de Vida”:** En 1977 se crea como comedor escolar con el propósito de ayudar a los niños pobres, en 1986 se propone como guardería, para prestar los servicios de educación inicial a los niños menores de 5 años cuyos padres sean de escasos recursos.

**Centro Infantil “Francisco Chiriboga”:** El Centro Infantil Francisco Chiriboga fue creado en 1936 por la Sub Dirección de la Ciudad Protectora de la Infancia con el nombre de Casa Cuna Numero 6, con un presupuesto de 6000 sucres para su funcionamiento. En 1980 toma el nombre actual debido a los cambios y a la actualización de la educación. En el 2001 se cambia a Centro de Desarrollo Infantil “Francisco Chiriboga” por la proyección que se tiene con el nuevo código de la niñez la adolescencia.

La infraestructura física es muy limitada. Los ambientes no son favorables para el desarrollo de las actividades físico - recreativas, multisensoriales y psicológicas a la hora de la alimentación

Los Centros Infantiles no optimizan espacios físicos insuficientes para adecuar áreas de servicios básicos como la cocina que está dentro del área educativa, lo cual interfiere las demás actividades; el área del comedor se ocupa también para desarrollar otras actividades de los niños. Son espacios para múltiples actividades.

La preparación académica y profesional de las personas encargadas de administrar los centros así como las educadoras comunitarias no favorecen el éxito institucional. Solo la directora tiene título académico y de especialidad, el resto tiene otros títulos o no tienen ninguna preparación; las educadoras comunitarias son bachilleres, sin ninguna capacitación y experiencia en la educación de los niños.

### **1.3 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿En qué situación se encuentran los centros Infantiles “Francisco Chiriboga”, “Gotitas de Amor” y “Tierra de Vida” de la ciudad de Riobamba, de acuerdo a los estándares de calidad para Centros Infantiles?

#### **1.4 DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA.**

La presente investigación se realizará en los Centros Infantiles “Francisco Chiriboga”, “Gotitas de Amor” y “Tierra de Vida”, del sector urbano de la Ciudad de Riobamba”, durante el período del 2008 – 2009.

#### **1.5 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA**

El problema está inmerso en el campo de la alimentación de los Centros de Educación Infantil. De acuerdo a observaciones y experiencias obtenidas por la investigadora en calidad de reemplazo realizado en varias ocasiones y también por haber colaborado como madre comunitaria en el centro infantil “La Primavera” de la Ciudad de Riobamba; se ha evidenciado que uno de los problemas más significativos que tienen los niños es la mala alimentación que reciben; el MENÚ repetitivo, casi todos los días se prepara sobre la base de arroz, fréjol, lenteja, atún, tallarín, sal, azúcar, aceite; no hay una buena combinación de productos. La cantidad de alimentos que se sirve a los niños es muy escasa, solo reciben dos cucharaditas soperas de arroz con atún, insuficiente para una ración alimenticia adecuada.

La realización de esta investigación surge de la urgente necesidad de tener una información real sobre la aplicación de los estándares de calidad para Centros Infantiles, a fin de mejorar la calidad del servicio del área nutricional en los centros Infantiles **“Francisco Chiriboga”, “Gotitas de Amor” y “Tierra de Vida”, del sector urbano de la Ciudad de Riobamba”.**

En el ámbito social y cultural, la presente investigación, permite fomentar el conocimiento del contenido nutricional y utilización de los alimentos que se producen en la zona.

La atención durante la primera infancia, en particular de niños y niñas provenientes de familias en situación de marginalidad, tiene un enorme potencial para compensar las carencias de los propios hogares y contribuir sustantivamente a romper el círculo vicioso de la pobreza.

Para romper este círculo, es esencial no sólo asegurar que sobrevivan, sino mejorar las oportunidades de los niños y de las niñas para desarrollarse de manera sana e integral. Esto se logra por medio de programas para mejorar acceso a servicios básicos como salud, educación, alimentación, vivienda y vestido.

La investigación planteada se convierte en un trabajo preventivo, puesto que conociendo la situación real de la nutrición infantil, podemos mejorar o fortalecer esta área; como lo demostraremos más adelante, una buena alimentación permite un buen desarrollo psicomotriz y así conseguir el incremento del rendimiento académico, desarrollo físico e intelectual

## **1.6 OBJETIVOS**

### **1.6.1 OBJETIVO GENERAL**

Determinar la situación actual en, el área nutricional, de los Centros Infantiles “Francisco Chiriboga”, “Gotitas de Amor” y “Tierra de Vida”, del sector urbano de la Ciudad de Riobamba”, de acuerdo con los estándares de calidad para Centros Infantiles para elaborar una propuesta alternativa en el área nutricional que permita el mejoramiento de los procesos de manejo, distribución y utilización de los alimentos.

### **1.6.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Realizar el diagnóstico situacional de los Centros Infantiles “Francisco Chiriboga”, “Gotitas de Amor” y “Tierra de Vida”, del sector urbano de la Ciudad de Riobamba”, de acuerdo con los estándares de calidad para Centros Infantiles, en el área nutricional.
- Determinar el nivel de calidad del servicio del área nutricional, en cuanto a higiene del personal encargado, conservación, tratamiento y manipulación en la preparación de alimento y forma como se suministra el alimento al niño/a.
- Elaborar una propuesta alternativa para el mejoramiento del área nutricional en los centros infantiles “Francisco Chiriboga”, “Gotitas de amor” y “Tierra de Vida”, de la ciudad de Riobamba”



**"El medio mejor para hacer buenos a los niños es hacerlos felices."**  
*Oscar Wilde (1854-1900), escritor irlandés.*

# CAPÍTULO II

# MARCO TEÓRICO

## 2.1 ANTECEDENTES

Formar un niño integrado al mundo que lo rodea, independiente, solitario, creativo, feliz, positivo y libre, capaz de enfrentar con éxito la vida y trascender, es un reto que todas las sociedades se plantean con muy pocos resultados positivos.

En el foro Mundial sobre la Educación organizado por la UNESCO en Dakar, Senegal del 26 al 28 de Abril de 2000 se rescató la importancia que tienen la atención y educación de la primera infancia en el éxito escolar ulterior, así como la necesidad de que exista una estrecha vinculación entre los distintos subsectores de la educación y entre la educación básica, la salud, la nutrición, el agua potable y el entorno natural.

Así mismo se manifestó que el aprendizaje deberá ser sano, seguro y protector. Para ello se requieren: i) buenas instalaciones hidráulicas y sanitarias; ii) acceso a los servicios de sanidad y nutrición o relación con ellos; iii) políticas y códigos deontológicos que favorezcan la salud física, psicosocial y emocional de profesores y alumnos; y iv) contenidos y prácticas de la educación que lleven a adquirir los conocimientos, actitudes, valores y aptitudes prácticas necesarias para la autoestima, la buena salud y la seguridad personal.<sup>4</sup>

Todos los gobiernos contrajeron colectivamente, en nombre de la comunidad internacional, el compromiso de lograr la educación básica “para todos los ciudadanos y todas las sociedades”.

En cumplimiento a este compromiso los estados se propusieron una “educación para todos y todas” basada en la inclusión social y equidad de género; los diferentes países adoptaron políticas que permitan velar por que antes del año 2015 todos los niños, y sobre todo las niñas y los niños que se encuentran en situaciones difíciles, tengan acceso a una enseñanza gratuita acompañada de una correcta alimentación y atención médica.

Tal es la preocupación por el tema que, en los últimos años se han desarrollado muchos estudios en diversos países y todos ellos concluyen en que las deficiencias nutricionales y cognitivas en la primera infancia condenan a muchos niños de países en desarrollo a un bajo

---

<sup>4</sup> UNESCO, Foro Mundial de la Educación, Dakar – Senegal 26 -28 de abril del 2000  
<http://unesdoc.unesco.org/images/0012/001211/121147S.pdf>

rendimiento escolar y una reducida productividad económica. Las investigaciones muestran que las inversiones en nutrición durante la edad preescolar —y lo antes posible— producen importantes dividendos económicos y en capital humano de largo plazo.

Harold Alderman y Elizabeth M. King, publicaron en el Centro Internacional de Políticas para el Crecimiento Inclusivo de Agosto de 2006, que “... en los países en desarrollo, muchos niños sufren graves deficiencias nutricionales y cognitivas desde los primeros instantes de su vida. Las estimaciones indican que en esos países hasta la octava parte de todos los niños nacen malnutridos (es decir, su peso al nacer no alcanza los 2,5 Kg) y que un gran porcentaje de ellos —el 47% en los países de ingreso bajo— siguen malnutridos antes de cumplir los cinco años. Estas cifras son sumamente preocupantes porque los efectos de la malnutrición que persisten hasta cumplido el segundo año de vida de un niño son difíciles de revertir. La malnutrición a temprana edad disminuye el potencial físico y cognitivo de los niños, pero también afecta sus rasgos no cognitivos, tales como la motivación y la perseverancia, con el consiguiente perjuicio para su salud, rendimiento educativo y éxito socioeconómico futuros.”<sup>5</sup>

Otro estudio recientes sobre desnutrición y función cognoscitiva en la edad preescolar, indica que función cognoscitiva del escolar y su rendimiento intelectual, están influidos por su historia nutricional y el ambiente psicosocial y familiar que enmarca su crecimiento y desarrollo. Investigaciones neurofarmacológicas han revelado cambios duraderos, aunque no permanentes, en la función neural receptora del cerebro, como resultado de un episodio temprano de malnutrición energético-proteica. Estos hallazgos indican que funciones cognoscitivas alteradas por la desnutrición, pueden estar más en relación con respuestas emocionales a situaciones de estrés, que a déficits cognoscitivos per se. Se espera que esta revisión sea útil a educadores y personal de salud, tanto en la prestación de servicios como en la realización de estudios sobre el tema<sup>6</sup>

Claudia S. Funes Márquez, en su estudio sobre Jardines materno-infantiles y salas de 5 años que pertenecen al Movimiento los Sin Techo, concluye “Un niño que no se alimenta bien en sus primeros años no adquiere los conocimientos necesarios, no tiene posibilidades de insertarse en la sociedad, teniendo en cuenta la carrera que se debe correr contra el tiempo,

---

<sup>5</sup> Harold Alderman y Elizabeth M: Invertir en el desarrollo en la primera infancia [Research Brief](#), Agosto /2006

<sup>6</sup> Carlos Hernán Daza, Nutrición infantil y rendimiento escolar, en *Colombia Médica* 1997; 28: 92-8

dado el incremento de la tecnología, que va abriendo brechas cada vez más amplias y a su vez, va dejando al "margen" a los más pobres".<sup>7</sup>

## **2.2 BASE LEGAL**

En nuestro país, la actual constitución política, en el artículo 44 manifiesta que “Las niñas, niños y adolescentes, tendrán derecho a su desarrollo integral, entendido como proceso de crecimiento, maduración despliegue de su intelecto, de sus capacidades, potencialidades y aspiraciones en un entorno familiar, escolar, social y comunitario de afectividad y seguridad”

Y en el Artículo 46, en la parte pertinente manifiesta que el estado adoptará, medidas que aseguren la “Atención a menores de seis años, que garanticen su nutrición, salud, educación y cuidado diario en un marco de protección integral de sus derechos...”

Para cumplir con el mandato de la Carta Magna, se creó el Ministerio de Inclusión Económica y Social (antes Ministerio de Bienestar Social), este organismo es responsable de formular, dirigir y ejecutar la política estatal en materia de protección de menores, mujeres, jóvenes, ancianos, personas discapacitadas, indígenas y campesinos, a través de cuatro programas como el ORI (operación rescate infantil), FODI (fondo de desarrollo infantil), PPS (programa de desarrollo social, aliméntate Ecuador), PRODER (programa de desarrollo rural territorial).

Corresponde a este Ministerio promover e impulsar la organización comunitaria, el cooperativismo con fines productivos y de desarrollo, y otras tareas orientadas a lograr el bienestar de la colectividad, mediante mecanismos que faciliten el acceso a la alimentación, vivienda, salubridad, protección, desarrollo social y a la satisfacción de aquellas necesidades que permitan a los sectores poblacionales más vulnerables de la sociedad, desarrollar su vida en condiciones aceptables.

Además es el encargado de Legalizar y supervisar el funcionamiento y proveer de asistencia técnica a los Centros Infantiles de Cuidado Diario, tanto públicos como privados que atienden a niños menores de cinco años de edad.<sup>8</sup>

---

<sup>7</sup> Claudia Funes, Jardines materno-infantiles y salas de 5 años que pertenecen al Movimiento los Sin Techo

Centrándose su atención en la calidad del servicio de los centros infantiles, su infraestructura física y condiciones ambientales, su equipamiento, capacitación, organización y gestión del recurso humano, el servicio de salud, alimentación, estimulación y trato afectivo que ofrecen al niño.

En la década del 90, el entonces Ministerio de Bienestar Social a través del Programa “Nuestros Niños” conjuntamente con el INFA, ORI y PRONEPE, realizó investigaciones que concluyó, en el año 2000, con la recomendación de que es necesario mejorar la calidad de los centros de cuidado diario infantil

Para lo cual se elaboró estándares de calidad de los servicios para aplicarse en los centros de cuidado diario de niños menores de cinco años de edad, que funcionaban bajo el patrocinio del INFA, ORI y PRONEPE.

EL Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES), a través del Instituto del Niño y la Familia (INFA) estableció normas para conceder la autorización de funcionamiento de centros de desarrollo infantil públicos y privados y los nuevos lineamientos bajo los cuales el INFA se responsabiliza. Por lo que hasta el 31 de diciembre de 2009, estos centros infantiles funcionaron bajo los acuerdos emitidos desde el MIES y a partir de enero del 2010 el MIES-INFA es el responsable de emitir la autorización para el funcionamiento de los Centros Infantiles, que tendrá una duración de 2 años, por lo que los directores de los centros procederán a actualizar toda la documentación respectiva para poder obtener la autorización de funcionamiento.

### **2.3. NORMATIVA PARA EL FUNCIONAMIENTO DE LOS CENTROS INFANTILES**

El Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES) mediante Resolución Administrativa No. 35 – DG – INFA \_ 2009<sup>9</sup>, expidió la normativa que rige a los Centros de Cuidado Infantil; en el que constar:

**Cap. I.-** La naturaleza, objetivo, creación y responsabilidades de los centros de desarrollo infantil.

**Cap. II.-** Los requisitos para obtener la autorización de funcionamiento.

---

<sup>8</sup> Ministerio de Bienestar Social. Estándares de calidad para los centros alternativos de desarrollo infantil, Acuerdo Ministerial 1713 del 29 de noviembre del 2000

<sup>9</sup> Ministerio de Inclusión Económica y Social, documento informativo 1

**Cap. III.-** La estructura administrativa y técnica.

**Cap. IV.-** La localización y espacio físico

**Cap. V.-** Las obligaciones.

**Cap. VI.-** Las amonestaciones, sanciones y solución de controversias.

En lo concerniente a la estructura administrativa y técnica el artículo 16 manifiesta que los centros estarán estructurados jerárquicamente de la siguiente forma:

- (i) Nivel Directivo: propietario, Director y/o representante legal;
- (ii) Nivel Técnico: educadoras, auxiliares infantiles, médico pediatra, psicólogo educativo, terapistas y profesores especiales; y,
- (iii) Nivel Administrativo y de servicios: auxiliares de limpieza, cocina, guardianía, conserjería.

Además, el art. 17.- establece los perfiles que deben cumplir el personal del centro así:

- a) Director o Directora: Profesionales en educación inicial, parvularia(o) o administrador(a) de centros infantiles. Debe acreditar una experiencia mínima de tres años de trabajo directo con niños y niñas. Debe permanecer en el centro toda la jornada de trabajo;
- b) Educadores o educadoras: Profesionales de educación inicial, educación infantil o parvularias(os) que acrediten un mínimo de dos años de experiencia de trabajo directo con niños y niñas en centros de desarrollo infantil. El número de educadoras/es responderá a lo establecido en los estándares de calidad según grupos etáreos que el centro infantil esté autorizado para atender. Deben permanecer en el centro toda la jornada de trabajo;
- c) Auxiliares infantiles o parvularias: Bachilleres con mínimo de dos años de experiencia de trabajo directo con niños y niñas en centros de desarrollo infantil, como apoyo a las educadoras según lo estipulado en las condiciones establecidas por el INFA para el funcionamiento de los centros de desarrollo infantil;
- d) Auxiliar de cocina: Con una formación mínima de educación básica y un año de experiencia específica. Deben permanecer en el centro toda la jornada de trabajo;
- e) Auxiliar de servicios: Con una formación mínima de educación básica. Debe trabajar en el centro durante toda la jornada;

- f) Médico o médica: Con especialidad en pediatría y/o medicina familiar, que acredite cursos de especialización y/o experiencia de dos años en el área de pediatría, tendrá como mínimo una asistencia semanal de 4 horas diarias; y,
- g) Psicólogo o psicóloga: Psicólogo educativo y/o psicólogo infantil, con experiencia de dos años de trabajo con niños y niñas en área específica, tendrá como mínimo una asistencia semanal de 4 horas diarias.

Si el centro contrata los servicios médico pediátrico y de psicólogo educativo a través de terceros, deberá presentar copia del respectivo contrato, el mismo que debe orientarse a la prevención y promoción de la salud física y mental de los niños y niñas en el centro.

En caso de que el centro de desarrollo infantil ofrezca servicios de computación, inglés, natación, u otros, deberá presentar la documentación que acredite que dicho personal está calificado para desempeñar estas actividades.

Asimismo, el art. 19 indica que personal que labora en el centro es personalmente responsable de la seguridad de los niños y niñas, sin perjuicio de las responsabilidades técnicas, administrativas y legales del propio Director o representante legal del centro.

En lo concerniente a la localización y espacio físico, el art. 20, manifiesta que para el funcionamiento de un centro de desarrollo infantil, se debe cumplir como mínimo con los estándares de calidad establecidos en el Acuerdo Ministerial No. 1771 de 22 de enero del 2003 y publicado en el Registro Oficial No. 40 del 14 de marzo del 2003, con el que se expiden los estándares de calidad para los centros de desarrollo infantil públicos y privados de modalidad convencional o las normas que los replacen en caso de derogatoria o reforma del acuerdo.

En la misma resolución se establecen obligaciones de los Centros, del INFA; así como la evaluación. Esta se realizará al finalizar cada año de funcionamiento, para lo cual, el técnico asignado emitirá informe con las recomendaciones del caso al Director Provincial del INFA, y al propietario o propietaria o representante legal, para los fines consiguientes.

La aplicación de las normas dispuestas en la Resolución Administrativa tendrá como basamento los principios universales que rigen el Derecho de Niñez y Adolescencia, tales

como el principio del interés superior de niños, niñas y adolescentes, de prioridad absoluta, de aplicación progresiva, de interpretación favorable a niños, niñas y adolescentes, recogidos por la Convención de los Derechos del Niño, Constitución de la República del Ecuador, Código de Niñez y Adolescencia y demás normas jurídicas aplicables.

En caso de incumplimiento de la normativa se sujetará a las amonestaciones y sanciones que constan en el artículo 35 de la misma Resolución Administrativa.

## **2.4 ESTÁNDARES DE CALIDAD PARA CENTROS ALTERNATIVOS DE DESARROLLO INFANTIL EN EL ÁREA DE NUTRICIÓN**

### **2.4.1 ¿Qué es un estándar de calidad?**

Estándar de calidad es el que reúne los requisitos mínimos en busca de la excelencia dentro de una organización institucional.

Los estándares de calidad determinan el nivel mínimo y máximo aceptable para un indicador. Si el valor del indicador se encuentra dentro del rango significa que estamos cumpliendo con el criterio de calidad que habíamos definido y que las cosas transcurren conforme a lo previsto. Si, por el contrario, estamos por debajo del rango significa que no cumplimos nuestro compromiso de calidad y deberemos actuar en consecuencia (o bien la apuesta fue demasiado optimista para los medios disponibles). Por el contrario, si estamos por encima, o bien tendremos que redefinir el criterio o, desde luego, estamos gastando (en términos de esfuerzo) más de lo que pensábamos que era necesario (o fuimos pesimistas para fijar el rango o pecamos de inexpertos). Por consiguiente, determina el mínimo nivel que comprometería la calidad de ese proceso. Por debajo del estándar la práctica (producto o servicio) no reúne calidad suficiente.

Para nuestro objetivo, un estándar es una norma que permite determinar la calidad de servicio del Centro Infantil y establecer un plan de mejoramiento para superar las dificultades.

La calidad de los servicios de los Centros Infantiles depende de su estructura física; condiciones ambientales; de su agrupamiento, capacitación, organización y gestión del

recurso humano; de la atención en salud, alimentación y trato afectivo que ofrezca al niño/a cada Centro de Cuidado.<sup>10</sup>

Para ello Ministerio de Inclusión Económica y Social ( antes Ministerio de Bienestar Social) a través del INNFA, ORI y PRONEPE, elaboró los estándares de calidad para los Centros de Desarrollo Infantil ( ver anexo 6); en la parte pertinente consta:

### **Alimentación**

#### **Vajilla con la que cuenta el Centro**

- Plato tendido para cada niño .....
- Plato hondo para cada niño .....
- Cuchara sopera para cada niño .....
- Vaso o jarro para cada niño .....

- No cuenta con vajilla para el número de niños y niñas existentes. 0 Puntos
- Si cuenta con vajilla suficiente para el número de niños y niñas existentes y se pueden servir los alimentos en un solo turno 3 Puntos

### **Muebles para menaje de cocina**

#### **Mobiliario para guardar los trastos de cocina**

- No existen suficientes muebles para guardar los trastos de cocina 0 Puntos
- Existen muebles suficientes, pero sin puertas, tipo repisa 1 Punto
- Existen muebles suficientes, todos con puertas 3 Puntos

### **Refrigeradora o guarda frío**

#### **El centro cuenta con una refrigeradora o guarda frío en buen estado**

- Si 0 Puntos
- No 3 Puntos

### **Almacenamiento de alimentos**

#### **Almacenamiento y conservación de alimentos**

---

<sup>10</sup> Ibid.

Los alimentos

- Tienen contacto con artículos de limpieza .....
- Tienen contacto con basura .....
- Tiene contacto con el suelo .....
- Están expuestos a moscas, roedores y otros animales .....
- Están expuestos al sol los alimentos perecibles y frescos (frutas, carnes, hortalizas) .....
- Están en contacto con los secos (harinas, granos) .....

- Con uno o más condiciones 0 Puntos
- Sin ninguna de las condiciones 3 Puntos

PLAN DE ALIMENTACIÓN:

Plan de alimentación y cumplimiento de recomendaciones nutricionales por grupos de edad.

En el centro, la alimentación que se da a los niños

- Cumple con horarios establecidos. ....
- Utiliza alimentos de temporada y del medio. ....
- Tiene consistencia adecuada. ....
- Tiene combinación adecuada. ....
- La ración es suficiente para la edad del niño/a. ....

- Se cumplen 1- 0 ningún punto 0 puntos
- Se cumplen 2- 3 puntos 1 punto
- Se cumplen 4 puntos 2 puntos
- Se cumplen los cinco puntos. 3 puntos

**SUMA DEL PUNTAJE OBTENIDO EN SUB ÁREA DE ALIMENTACIÓN** \_\_\_\_\_

LOCAL Y ÁREA FÍSICA:

Local en general

Uso del local donde funciona el centro infantil o jardín integrado:

- Uso compartido durante o luego de concluida la jornada de atención 0 Puntos
- Uso del local solo para el centro las 24 horas del día. 3 Puntos

#### Cocina

**El local tiene una cocina independiente, con paredes y puertas que no permiten la entrada de los niños**

- No 0 Puntos
- Sí 3 Puntos

#### **Lugar para guardar materiales de aseo y limpieza**

**El centro o jardín dispone de un lugar que sirve solamente para guardar los materiales de aseo y limpieza**

El local no tiene un lugar que sirva solamente para guardar los materiales de aseo y limpieza o los niños tienen libre entrada a ese lugar. 0 Puntos

El lugar si tiene un lugar que sirva solamente para guardar los materiales de aseo y limpieza y los niños no tienen acceso a dicho espacio 3 Puntos

#### **Hacinamiento**

Dentro del local el centro o jardín tiene dos metros cuadrados o más por niño como promedio para actividades deportivas y desarrollo.

- No 0 Puntos
- Sí 2 Puntos

## **2.5 QUÉ ES UN CENTRO INFANTIL**

Son instituciones públicas o privadas de educación temprana que ofrecen servicios de cuidado y educación infantil. En estos centros imparten dos niveles educativos: el nivel Inicial de 45 días de nacidos a 3 años, y el nivel Preescolar de 3 a 6 años.

Surgieron con la filosofía de que la educación es la guía del desarrollo y, por lo tanto, entre más temprano se brinde al niño una estimulación apropiada igualmente se logrará un mejor desarrollo multilateral y armónico de su personalidad, que propiciará la formación de nuevas generaciones más aptas para dirigir la sociedad en la que les corresponda vivir.

### **2.5.1 Elementos constituyentes del Centro Infantil**

1. Las referentes a la estructura física y material del centro infantil, y que se corresponde con los aspectos de diseño, ambiente, ornato, estética, higiene, entre otros.
2. Las concernientes a la planificación, organización, regulación y control del centro, y que se engloban en lo que constituye la dirección y gestión de la institución, que incluye, entre otras cosas, todo lo referido al personal docente, administrativo y de servicios que labora en el mismo.
3. Las que constituyen la razón fundamental de ser del centro infantil y a las cuales las anteriores deben estar conceptualmente supeditadas: la dirección, organización, y estructuración del proceso docente - educativo.

### **2.5.2 Prioridades estratégicas de los Centros de Infantiles.**

#### **1ª. Prioridad:**

Consolidar una nueva cultura de la infancia para todos los niños, enfatizando estrategias de "discriminación positiva" en favor de los niños de familias pobres y en situación de vulnerabilidad. Una nueva cultura de la infancia debiera partir por el cumplimiento de los derechos de todos los niños sin excepción alguna.

#### **2ª. Prioridad:**

Propiciar aprendizajes en ambientes que favorezcan el desarrollo físico, afectivo y psicomotriz del niño, reconociendo y estimulando las capacidades infantiles.

Los niños van construyendo sus matrices de comunicación y aprendizaje a partir de una organización psicomotriz desarrollada por lo menos en cuatro ámbitos el vínculo con él o los adultos más significativos, la exploración, la comunicación, el equilibrio.

#### **3ª. Prioridad:**

Vincular más a la familia como agente educador y socializador, propiciando la reflexión y comprensión de su papel en el desarrollo de la infancia.

Todo programa de cuidado y educación infantil debe integrar a la familia si quiere tener real éxito en sus tareas. Los programas basados en la familia tendrán mayor posibilidad de logros educativos.

Lamentablemente, en ambientes de pobreza, los padres no tienen, muchas veces, posibilidades de reconocer su propio valor o sus potencialidades como educadores. Una causa frecuente es que ellos mismos no poseen una experiencia pedagógica exitosa durante sus años de escuela.

El nivel educativo de los padres, particularmente el de las madres, aparece en muchas experiencias y determinados estudios como el factor clave en la educación, la alimentación y por consiguiente en la salud de sus hijos; es también influencia directa para la opción por dar a sus hijos educación preescolar y para evitar el abandono escolar en los grados superiores de primaria y secundaria.

#### 4ª. Prioridad:

Fortalecimiento del conocimiento científico sobre la infancia, su familia y comunidad a través de la investigación.

Una prioridad de la investigación científica en el desarrollo infantil, será tratar de conocer realmente al niño con el que se trabaja. Partiendo del niño real y en un mundo real, y, asimismo, procurando tener, a través de la investigación, mayor claridad conceptual sobre el niño ubicado en ambientes concretos.

#### 5ª. Prioridad:

Aproximación a las nuevas tecnologías con predominio de los criterios pedagógicos.

Admitir que toda nueva tecnología no tiende a reemplazar la anterior. El ordenador no reemplaza a la máquina de escribir ni al vídeo, éste no reemplaza al televisor, ni éste a la radio. Cada una tiene su función, sus potencialidades y limitaciones. De lo que se trata es que los niños desde pequeños sepan de su existencia y sean motivados para usar cada medio con mente alerta o atenta.

#### 6ª. Prioridad:

Búsqueda del educador de excelencia para la educación infantil.

Esta prioridad puede ser perfectamente la primera y está asociada al buen cumplimiento de las anteriores.

7ª. Prioridad:

La educación inicial en el sistema educativo: mejor articulación del nivel inicial con la educación primaria y mayor influencia sobre ésta.

## **2. 6. FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICA, SOCIAL, PSICOLÓGICA Y COGNITIVA**

### **2.6.1 Nutrición en los primeros años de vida (1 a 6 años)**

#### **2.6.1.1 Definición de Alimento**

Se puede definir como alimento a toda sustancia de origen agrícola o industrial no tóxica y capaz de satisfacer las necesidades nutritivas del organismo, tanto estructurales como energéticas.

A lo largo de la vida, el ser humano no cesa de consumir alimentos. Desde que nace hasta que muere, entre diez y veinte toneladas de productos alimentarios pasarán por su boca.

En cada época de la vida existen unos alimentos especialmente idóneos, que deben ser capaces de:

- Satisfacer las necesidades de nutrientes propias de cada periodo. Por ejemplo:
  - En la etapa de crecimiento, se precisan sobre todo alimentos que proporcionen nutrientes plásticos o formadores de la estructura y órganos corporales.
  - En la juventud, se necesitan más alimentos energéticos que suministren las calorías necesarias para desarrollar un mayor trabajo físico.
  - En la madurez, se precisan más nutrientes reguladores, capaces de normalizar todos los procesos que tienen lugar en el organismo.
- Prevenir las enfermedades y trastornos específicos que suelen presentarse en cada época, por ejemplo:

- Las alergias alimentarias en la infancia.
- La anemia en la adolescencia y en el embarazo.
- Los desordenes alimenticios en la juventud.
- La osteoporosis en la menopausia.
- La obesidad, las enfermedades coronarias, etc., a lo largo de la madurez y de la vejez.

La alimentación es mucho más que el hecho de comer para saciar el hambre o comer para vivir, debe conseguir mantener la salud y prevenir enfermedades.

El hecho de llevar a cabo una alimentación variada (incluyendo diversidad de alimentos) y equilibrada (en cantidad adecuada a las necesidades individuales), es, entre otros factores, una de las principales vías de promoción de salud y calidad de vida. Por un lado, cubre las necesidades biológicas básicas para que el cuerpo funcione cada día con total normalidad y por otro, sirve como prevención y tratamiento ante ciertas enfermedades y/o alteraciones orgánicas.

### **2. 6.1.2 Componentes de los alimentos**

Se denominan nutrientes y son los componentes de los alimentos aprovechables por nuestro organismo que hacen posible la vida y que se encuentran en ellos repartidos de forma desigual.

Son sustancias químicas definidas de origen vegetal, animal o mineral requeridas por el organismo en suficiente cantidad para permitir el funcionamiento normal, aportando energía y materiales necesarios para la formación, mantenimiento, crecimiento, reparación y reproducción de la masa vital. Desempeñan funciones diferentes en nuestro organismo en función de su naturaleza.

- **Hidratos de carbono**<sup>11</sup>: Constituyen la principal fuente de energía rápida para nuestro organismo. El organismo ha de transformar los hidratos de carbono en sus unidades básicas para que las células los puedan utilizar (glucosa). Así cuando hablamos de “nivel de azúcar en sangre” nos referimos a la glucosa. Un aporte adecuado de este nutriente implica el mantenimiento del peso y la composición corporal, al impedir que se utilicen las proteínas como fuente de energía. Sin embargo, cuando tomamos en exceso alimentos ricos en hidratos de carbono, una parte de este exceso se deposita en el hígado y los músculos en forma de glucógeno (reserva de energía) y otra parte se convierte en grasa que se almacena en el tejido adiposo o graso.

Liberan energía con la que el organismo logra mantener sus funciones vitales (bombeo de sangre, respiración, regulación y mantenimiento de la temperatura corporal...) y además permite el desarrollo de la actividad. Participan en la síntesis de material genético. Aportan fibra dietética.

Son fuentes de hidratos de carbono sencillos o de absorción rápida (azúcares simples): azúcar, almíbar, caramelo, jalea, dulces, miel, melaza, chocolate y derivados, repostería, pastelería, bollería, galletería, bebidas refrescantes azucaradas, fruta y su zumo, fruta seca, mermelada

Las fuentes de hidratos de carbono complejos o de absorción lenta (almidón) constituyen: los cereales, legumbres y tubérculos, y en menor proporción, verduras y hortalizas.

**Grasas:**<sup>12</sup> Constituyen la energía de reserva para nuestro organismo por excelencia. Son una fuente concentrada y almacenable de energía. Así, cuando ingerimos en exceso alimentos ricos en grasa, el cuerpo almacena las que no necesita en el tejido adiposo.

Las grasas se clasifican según su composición y sus propiedades en: grasa saturada (origen animal principalmente, abundante en la carne, los huevos y los lácteos y de origen vegetal, en el aceite de coco y de palma), grasa monoinsaturada (origen vegetal, abundante en el aceite de

---

<sup>11</sup> Fundación Eroski: Guía de trabajo y alimentación.  
<http://trabajoyalimentacion.consumer.es/documentos/componentes.php>

<sup>12</sup> Ibid

oliva y aguacate) y grasa poliinsaturada (origen vegetal principalmente, abundante en los aceites de semillas, los frutos secos y origen animal, en los pescados azules).

Además, aísla el cuerpo e impide pérdidas excesivas de calor, envuelve órganos vitales como el corazón y riñones, es el vehículo de transporte de las vitaminas liposolubles (A, D, E, K), es imprescindible para la formación de determinadas hormonas, suministra ácidos grasos esenciales (linoléico, linolénico) que no puede sintetizar el organismo.

- **Proteínas**<sup>13</sup>: Son el material fundamental para la construcción de nuestros tejidos, aunque desempeñan también otras funciones muy importantes. Con ellas se forma la estructura del organismo, se renuevan y reparan los tejidos, se mantiene en buen estado nuestro sistema de defensas que nos protege frente a agentes externos e infecciones.

Una vez ingeridas a través de diferentes alimentos, en el organismo se transforman en sus unidades fundamentales: los aminoácidos. Las proteínas humanas son una combinación de 22 aminoácidos, de los cuáles 8 son esenciales, es decir, deben ser aportados diariamente a través de los alimentos, porque el organismo no puede sintetizarlos por él mismo.

La calidad de una proteína depende de la cantidad de aminoácidos esenciales presentes en ella. Aquellas que contienen cantidades suficientes de cada uno de los aminoácidos esenciales son proteínas de alto valor biológico. Cuando falta un aminoácido esencial, el valor biológico de esa proteína disminuye. El organismo no puede sintetizar proteínas si sólo falta un aminoácido esencial. Todos los aminoácidos esenciales se encuentran presentes en las proteínas de origen animal, por tanto, estas proteínas son de mejor calidad que las de origen vegetal (deficitarias en uno o más de esos aminoácidos). Sin embargo, proteínas incompletas bien combinadas pueden dar lugar a otras de valor equiparable a las de la carne, el pescado y el huevo (especialmente importante en regímenes vegetarianos). Las combinaciones favorables al equilibrio proteico son mezclar legumbres con arroz o con trigo, cereales con frutos secos, etc.

---

<sup>13</sup> Ibid.

Además, contribuyen al equilibrio orgánico al transportar grasas y oxígeno, forman parte de determinadas hormonas y de las inmunoglobulinas o anticuerpos responsables de la defensa del organismo.

Las proteínas de origen animal (proteínas completas) se encuentran en: carne, pescado, huevos y lácteos. De origen vegetal (proteínas incompletas): legumbres, cereales y frutos secos.

• **Vitaminas y minerales.** Facilitan y controlan las diversas funciones fisiológicas, con el fin de que todos los procesos que tienen lugar en nuestro organismo discurren con normalidad.

**Vitaminas:** Se necesitan en pequeñas cantidades para el crecimiento, mantenimiento de la vida y reproducción. Conocemos 13 vitaminas que son esenciales para el hombre. El propio cuerpo no las puede sintetizar, por lo que hemos de asegurar su aporte a través de la alimentación. Atendiendo a su composición se clasifican en dos grupos:

**Liposolubles: A, D, E, K.** Estas vitaminas no se disuelven en agua sino en grasa, por lo que la alimentación debe incluir diariamente cantidad suficiente de grasa. El organismo es capaz de almacenarlas en el hígado y en el tejido adiposo. De ahí, que su suplementación se realice exclusivamente bajo prescripción médica, ya que el exceso puede acarrear consecuencias negativas para la salud (por ej. un exceso de vitamina A durante el embarazo puede provocar malformaciones en el feto).

**Hidrosolubles:** vitaminas del grupo B y vitamina C o ácido ascórbico. Son solubles en agua, por lo que puede haber pérdidas importantes cuando los alimentos se remojan, hierven o están en contacto con abundante agua. El organismo no puede almacenarlas y elimina el exceso por la orina, por lo que es necesario conseguir un aporte suficiente a través de la alimentación todos los días. Fuentes de vitaminas encontramos distribuidas tanto en alimentos vegetales como animales.

**Sales minerales.** Son elementos que el cuerpo requiere en proporciones bastante pequeñas para su crecimiento, conservación y reproducción. Al igual que las vitaminas, no aportan energía. Hay algunos que se necesitan en mayor proporción y son los macrominerales (calcio, fósforo, sodio, cloro, magnesio, hierro y azufre). Los microminerales o elementos traza son también esenciales pero se necesitan en menor cantidad (zinc, cobre, yodo, cromo, selenio, cobalto, molibdeno, manganeso y flúor, entre otros), por lo que no existe tanta posibilidad de que se produzcan déficits.

Las fuentes dietéticas de sales minerales están ampliamente distribuidos en los distintos alimentos: frutas, verduras, hortalizas, levaduras, lácteos, legumbres y cereales, carnes, etc. Existen en los alimentos otros componentes no nutritivos, que desempeñan igualmente funciones destacables para el equilibrio orgánico: fibra, agua y elementos fitoquímicos (sustancias que se hallan únicamente en los vegetales).

**Hierro:** El hierro es uno de los nutrientes más investigados y mejor conocidos. Este gran interés viene determinado porque su deficiencia nutricional es la más común y por el hecho de que afortunadamente, puede ser prevenida en gran medida.

El hierro es el elemento más abundante en el organismo animal e igualmente en el ser humano. El contenido corporal total de hierro es aproximadamente de 3,8 g en el hombre y 2,3 g en la mujer. El hierro presente en los distintos compartimientos corporales lo podemos agrupar en dos categorías: hierro que interviene en forma hemínica y no hemínica en funciones enzimáticas o metabólicas, y hierro asociado a transporte y reservas.<sup>14</sup>

En el cuerpo el hierro forma parte de la hemoglobina cuya función primordial es el transporte de oxígeno. Forma parte de la mioglobina y cito cromos y está presente en diversos sistemas enzimáticos. Su deficiencia produce anemia nutricional, se asocia también con alteraciones del sistema inmunológico, apatía y bajo rendimiento escolar de niños y niñas. Las necesidades de hierro para los escolares es de 10 mg/día

**Yodo:** El yodo es un mineral que necesitamos en cantidades muy pequeñas, se almacena en la glándula tiroides. El yodo contribuye a quemar el exceso de grasa, es muy importante no carecer de este mineral para tener un buen funcionamiento de la hormona tiroidea o tiroxina y de la triyodotironina y evitar así el bocio (crecimiento anormal de la glándula tiroides).

Las fuentes naturales del yodo son la sal yodada, la sal marina sin refinar, el pescado, el marisco, el ajo, la cebolla, los rábanos y especialmente las algas marinas son alimentos ricos en yodo.<sup>15</sup>

---

<sup>14</sup> *Ibíd.*

<sup>15</sup> P. CERVERA y otros. (2004) *Alimentación y Dieta terapia. Cuarta edición.*

La nutrición infantil en los primeros años de vida es un tema que poco a poco va cobrando interés porque los efectos se observan no solo en la nutrición, sino también en el crecimiento cronológico y educativo ya sea a corto, mediano y largo plazo.

De ahí que, la interrelación alimentación - educación durante la infancia es fundamental; el papel de la nutrición temprana en las nuevas estrategias de salud preventiva es primordial ya que no se puede modificar el patrón genérico de nuestra población a corto ni a mediano plazo. La práctica de nutrición pediátrica, se modificará radicalmente centrándose a la prevención de una salud adulta normal.<sup>16</sup>

Los tres primeros años de vida se presentan como una etapa de transición entre la fase de crecimiento muy rápido, propia del lactante, y el periodo de crecimiento estable, que se extiende desde los tres años hasta el comienzo de la pubertad. Éste es un periodo madurativo en el cual el niño realiza avances importantes en la adquisición de funciones psicomotoras, al tiempo que sus funciones digestivas y metabólicas van alcanzando un grado de madurez suficiente para aproximar su alimentación a la del niño mayor.

Sin embargo, un niño no se convierte de inmediato en un adulto, sus necesidades energéticas y de determinados nutrientes aconsejan ajustar la dieta a sus particularidades fisiológicas, no precisa de normas rígidas y es preciso adaptar e individualizar la dieta ajustándola a la propia constitución y costumbres del niño.

Hay que poner especial cuidado en la conducta alimenticia del niño que aún pequeño está sujeta a determinadas aversiones y preferencias, lo que puede conducir en ocasiones a una dieta carente de algunos nutrientes.

Las primeras etapas de la vida son fundamentales para que el individuo forme todo su sistema inmunitario y para evitarle la patología secundaria a una nutrición incorrecta. La alimentación correcta a partir del año de edad se basa en el consumo de una dieta equilibrada que cumpla los tres objetivos siguientes:

---

<sup>16</sup> Donnell Alejandro, Bengoa José Ma. (1997) Nutrición y alimentación del niño en los primeros años de vida. Organización Panamericana de Salud. Washington DC.

- Asegurar un crecimiento y desarrollo óptimos.
- Evitar carencias nutritivas.
- Prevenir enfermedades.

### **2.6.2 Crecimiento infantil**

El crecimiento y desarrollo del niño se caracteriza por una secuencia ordenada de eventos cronológicos, de numerosos detalles en su expresión física y cognoscitiva, y por la gran variabilidad de resultados en cuanto a la capacidad física y funcional del individuo.

Asimismo, por la interacción de múltiples factores biopsicosociales y nutricionales que condicionan el crecimiento y el desarrollo y determinan la óptima realización del potencial genético de cada ser humano.

Esencialmente, depende de la herencia y del medio social donde se desenvuelve el niño, del acervo y las tradiciones culturales que lo rodean y de la capacidad de satisfacer sus requerimientos nutricionales en cada momento específico de la vida.

Además, está influido por la enfermedad y a su vez la enfermedad es a menudo modificada por el crecimiento.

Existe amplia documentación sobre las relaciones entre crecimiento físico, desarrollo cognoscitivo y estado emocional, como sucede en la pubertad, cuando se alcanza en forma muy temprana o más tardía de lo esperado para la edad cronológica respectiva. Son conocidos los trastornos psicológicos y de comportamiento que puede experimentar el niño, ya sea en una u otra de las anteriores circunstancias, durante este período crítico de la vida. Por consiguiente, es fundamental conocer los procesos relacionados con el crecimiento y el desarrollo en los primeros años de vida, para comprender la dinámica de la salud y los factores que determinan el comportamiento del niño y condicionan su ulterior rendimiento escolar.

La competencia profesional y el éxito de los responsables por la salud y el crecimiento del niño, aumentarán en razón directa al conocimiento que se tenga sobre estos procesos, entre los que se destacan la alimentación y la nutrición como factores esenciales para satisfacer los requerimientos fisiológicos.

Por otro lado, con bases científicas sólidas se podrá incrementar la capacidad para el manejo apropiado de las desviaciones que se produzcan como resultado de los desequilibrios, por exceso o por defecto, en el consumo de nutrientes, lo que constituye en esta época de transición demográfica y polarización epidemiológica nutricional, factor importante de riesgo para la salud individual y colectiva de los países en desarrollo. Es pertinente anotar que en los últimos años se ha observado un incremento progresivo de la malnutrición por exceso en varios países de Latinoamérica, debido entre otros factores, al desequilibrio entre consumo y gasto calórico, que ocasiona una mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad, tanto en grupos afluentes como en estratos de bajos ingresos de la sociedad.

### **2.7.3.1 Patrones generales de crecimiento**

Existe una secuencia ordenada de eventos en el crecimiento y desarrollo del ser humano que ayuda al estudio y comprensión del proceso. Por ejemplo, el sistema nervioso autónomo es el centro principal del organismo que dirige y coordina el crecimiento del niño. Por tanto, es lógico que este sistema y su cubierta protectora crezcan y se desarrollen a una velocidad superior que el resto del cuerpo al que sirven.

La curva de crecimiento neural muestra este patrón de crecimiento, donde el tejido nervioso alcanza en el momento del nacimiento, cerca de la cuarta parte del tamaño final, uno poco más de la mitad en el primer año de vida y 90% a los seis años de edad. Este crecimiento acelerado es característico del cerebro, la médula espinal, los ojos y varios de los diámetros del cráneo.

El crecimiento del cuerpo en forma global, sigue otro patrón, con un arranque rápido en el período fetal y durante la infancia, seguido de un período largo de crecimiento relativamente lento, y luego de una segunda aceleración en la adolescencia. Esta curva en forma de «S» es el patrón de crecimiento del esqueleto, la estatura y el peso, de los órganos de la respiración y digestión, del volumen sanguíneo, y otros componentes de la masa corporal.

La aceleración inicial del crecimiento es bastante uniforme en cuanto a edad de aparición, pero el momento de la segunda aceleración, o período de la adolescencia, tiene una gran variabilidad e introduce una serie de diferencias individuales que se deben tener en cuenta.

Con un examen de salud del individuo en crecimiento se puede corroborar el propio juicio clínico sobre si el niño o el joven observado crece o no de la manera esperada. La talla o

estatura y el peso son las mediciones más usadas con este propósito, lo mismo que los diámetros de cabeza, tronco, cintura y cadera, circunferencia del brazo y pliegues cutáneos.

La evaluación de las dimensiones antropométricas es sin duda indispensable para determinar el estado nutricional de individuos a nivel clínico y poblacional.

### **2.7.3.2 Nutrición y desarrollo cognoscitivo del niño**

Una buena nutrición permite que se produzcan rápidos cambios de tamaño y proporciones corporales con signos de crecimiento también cambios invisibles del cerebro, a los 5 años de edad el niño alcanza una madurez de 50% del cerebro de un adulto lo que permite resolver problemas más complejos; a lo largo de toda su vida constituye el fundamento físico del aprendizaje, la memoria y el conocimiento en general.

Por el contrario, la desnutrición en época temprana de la vida produce efectos en el desarrollo del cerebro por lo que, la mayoría de los cambios en el crecimiento de las estructuras cerebrales eventualmente se recuperan en alguna medida, aunque perduran las alteraciones en el hipocampo y el cerebelo.

Recientes investigaciones neurofarmacológicas han revelado cambios duraderos, aunque no permanentes, en la función neural receptora del cerebro, como resultado de un episodio temprano de malnutrición energético-proteica.

El rango de vulnerabilidad por edad, de los efectos de la desnutrición a largo plazo, puede ser mucho mayor de lo que se había sospechado y aún se desconoce el nivel mínimo de desnutrición (déficit de ingesta de alimentos) que es necesario para producir estas alteraciones de largo término.

Gran parte de los estudios sobre desnutrición y retardo mental se han realizado en niños de edad preescolar, al reconocerse el papel esencial de la nutrición en el crecimiento y desarrollo físico del niño.

Por esta razón, es pertinente referirse a una de las más importantes investigaciones internacionales sobre el tema. El estudio longitudinal sobre nutrición y crecimiento infantil, realizado en cuatro comunidades rurales de Guatemala por el Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá (INCAP) en los años 1969-1977.

Esta investigación aportó valiosa información sobre el efecto positivo de la suplementación alimentaria en el desarrollo físico y cognoscitivo del menor de 3 años, pero no mostró impacto sobre el crecimiento del niño entre los 3 y 7 años de vida. El suplemento nutricional o «atole» (grupo experimental) consistió en una mezcla de alto valor calórico y proteico que se suministró a las madres durante todo el embarazo y a los niños.

Después de diez años (1988-1997), el INCAP realizó un estudio transversal en una muestra de 2,220 individuos pertenecientes al estudio inicial, aún residentes en las comunidades originales, dirigido a evaluar los efectos que tuvo la mejoría de la nutrición en los primeros años de vida, sobre sus condiciones actuales -físicas y de capacidad funcional- como adolescentes y adultos. Se hicieron mediciones sobre manejo de información, inteligencia, competencia funcional y logros educativos (pruebas psicoeducacionales y de procesamiento de información).

Luego de analizar varias hipótesis alternativas, se concluyó que los cambios dietéticos producidos por la suplementación alimentaria, dan la explicación más sólida a las diferencias positivas observadas en las pruebas de comportamiento, en los individuos que recibieron suplementación alimentaria durante los primeros años de vida<sup>7</sup>.

Entre los efectos a largo plazo, se encontró mayor masa magra y estatura sobre todo en mujeres, mayor capacidad de trabajo en los hombres y mejoramiento de la función intelectual en ambos sexos. Sin embargo, la intervención nutricional no aceleró la maduración durante la adolescencia, medida por la edad ósea y la menarquia.

Se concluye que la mejoría del estado nutricional en los primeros años de vida tiene importantes efectos a largo plazo en la adolescencia y la edad adulta<sup>8</sup>, lo cual por inferencia podría considerarse como un factor favorable en el desempeño y rendimiento intelectual del niño en la edad escolar.

### **2.7.3.3 Desarrollo físico motor**

Entre los 2 y 6 años de edad el cuerpo del niño cambia de forma proporcionada y tamaño, hay un rápido desarrollo del cerebro, da origen a habilidades más complejas y refinadas del aprendizaje, perfeccionamiento de habilidades motoras gruesas y finas. El crecimiento físico

del niño/a es el resultado de la genética, la alimentación y crecimiento de acuerdo al lugar donde viven.

Los tres primeros años de vida se presentan como una etapa de transición entre la fase de crecimiento muy rápido, propia del lactante, y el periodo de crecimiento estable, que se extiende desde los tres años hasta el comienzo de la pubertad. Éste es un periodo madurativo en el cual el niño realiza avances importantes en la adquisición de funciones psicomotoras, al tiempo que sus funciones digestivas y metabólicas van alcanzando un grado de madurez suficiente para aproximar su alimentación a la del niño mayor.

Sin embargo, un niño no se convierte de inmediato en un adulto, sus necesidades energéticas y de determinados nutrientes aconsejan ajustar la dieta a sus particularidades fisiológicas, no precisa de normas rígidas y es preciso adaptar e individualizar la dieta ajustándola a la propia constitución y costumbres del niño.

Hay que poner especial cuidado en la conducta alimenticia del niño que aún pequeño está sujeta a determinadas aversiones y preferencias, lo que puede conducir en ocasiones a una dieta carente de algunos nutrientes.

Las primeras etapas de la vida son fundamentales para que el individuo forme todo su sistema inmunitario y para evitarle la patología secundaria a una nutrición incorrecta.

A partir de los cuatro y hasta los once años de edad, debemos establecer dos periodos: la etapa preescolar que comprende desde los cuatro a los seis años y la escolar, desde los seis a los once años.

En la etapa preescolar, el ritmo de crecimiento es menor que en el primer año de vida. Una correcta educación nutricional resulta fundamental, pues estas edades constituyen el comienzo de un periodo trascendental para la adquisición de unos hábitos alimentarios saludables.

Durante el periodo escolar, el crecimiento y la ganancia de peso son lentos pero uniformes. Se trata de una etapa de preparación para el desarrollo y el crecimiento característicos de la adolescencia (estirón puberal) que sobrevendrá posteriormente. Es importante continuar con

la formación de buenos hábitos alimentarios y con una dieta equilibrada, tanto en casa como en la escuela.

En cuanto a ambas etapas, los niños y niñas en edad escolar necesitan los mismos alimentos que los de menor edad, pero en mayor cantidad para cubrir sus necesidades energéticas y nutritivas.

#### **2.7.4 Situación actual de salud de los párvulos en el Ecuador**

En 1998, el 26.4% de los niños menores de 4 años se encontraba afectado por la desnutrición crónica. Aunque este porcentaje ha declinado desde 1986, cuando alcanzó el 20%; sin embargo, la mejora nutricional es menor a la observada en otros países latinoamericanos.

En el Ecuador, la desnutrición, afecta a un importante sector de la población, especialmente a aquellos grupos de escasos recursos económicos; lo que influye directamente en su peso y talla. Actualmente, existen unos 5000 niños en edad escolar que padecen de algún tipo de desnutrición asociado, muchas veces, a deficiencias de micro nutrientes; incluso un 70% de ellos, tiene anemia por deficiencia de hierro.

Las mejoras observadas entre 1986 y 1998 se pueden atribuir principalmente al aumento de la educación de las madres y al control de la natalidad. Las áreas rurales de la sierra ecuatoriana y en particular la población indígena continúan afectadas por este problema en proporciones muy altas.

La situación de la Sierra rural es crítica puesto que, la desnutrición crónica alcanza el 41%, este se debe a la pobreza, los bajos niveles educativos y el predominio de patrones dietéticos con reducidos contenidos de lácteos y cárnicos y la consecuente carencia de micro nutrientes, proteínas y grasas principalmente.

Por el contrario, en la Costa y en la Amazonía el acceso al pescado reduce relativamente el problema nutricional.

La desnutrición se desarrolla a partir del nacimiento hasta los tres años de edad, en consecuencia los programas para combatirla deben focalizarse principalmente para estos

primeros años de vida promoviendo la lactancia materna exclusiva hasta los seis meses y luego una adecuada alimentación complementaria.

El impulso de programas integrales que mejoren las condiciones de empleo, ingresos y educación de los hogares particularmente en el campo, es indispensable para lograr una mejora sustentable de las condiciones de vida de los niños y sus hogares.

### 2.7.6 Distribución de calorías por comida: Colaciones y almuerzos.

Estas recomendaciones nutricionales según la FAO/OMS/UNU/85. Deben cubrirse a través de diferentes comidas del día en base a los siguientes porcentajes:

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| Desayuno              | 20% |
| Colación de la mañana | 10% |
| Almuerzo              | 30% |
| Colación de la tarde  | 10% |

El 30% restante completan los padres en el hogar.

### 2.7.7 Porciones normales de alimentos para niños pre-escolares según el grupo de edad<sup>17</sup>

Cuadro N°1

| ALIMENTO                  |                          | 1 a 3 años | 4 a 6 años |
|---------------------------|--------------------------|------------|------------|
| NUTRIENTE                 | ALIMENTO                 |            |            |
| CALCIO Y FÓSFORO          | Leche pasteurizada       | 350 g.     | 430 g.     |
|                           | Leche en polvo           | 42 g.      | 53 g.      |
|                           | Queso                    | 65g.       | 75 g.      |
| PROTEÍNA ANIMAL           | Res, borrego, cerdo, ave | 55 g.      | 70g.       |
|                           | Huevos                   | 90g.       | 120g.      |
|                           | Vísceras                 | 60g.       | 80g.       |
|                           | Pescado                  | 55g.       | 70g.       |
|                           | Mariscos                 | 70g.       | 90g.       |
| CORBOHIDRATOS ( almidón ) | Cereales                 | 140g.      | 190g.      |
|                           | Tubérculos               | 300g.      | 400g.      |
|                           | Azúcar                   | 75g.       | 100g.      |
| VITAMINAS Y MINERALES     | Frutas                   | 20g.       | 30g.       |
|                           | Hortalizas               | 80g.       | 120g.      |
|                           |                          | 70g.       | 90g.       |

<sup>17</sup> Alejandro O. Donnell, Nutrición y alimentación del niño.

## **2.8 ALIMENTACIÓN Y EDUCACIÓN**

La alimentación en la formación de los niños/as en edad escolar es indispensable, porque permite desarrollar sus capacidades intelectuales, psicomotrices, cognitivas. Si tenemos niños mal nutridos en el aula, observaremos cansancio, desmotivación, somnolencia que influirá negativamente en el aprendizaje.

La acción coordinada e intersectorial entre las áreas de salud y educación es uno de los más importantes desafíos en el mundo actual. Lo es tanto para las escuelas como para las comunidades en las cuales éstas se hallan insertas debido al crecimiento de trastornos y dificultades de aprendizaje relacionados con la malnutrición aquejan a gran parte de la población infantil de los países de la región.

América Latina transita actualmente por lo que se denomina “Transición Nutricional”, fenómeno caracterizado por una alta prevalencia de desnutrición crónica, que produce baja talla ya que el niño no puede desarrollar su potencial genético de crecimiento debido a una alimentación carente por largos períodos de tiempo durante los primeros años de vida. También se evidencian altos índices de sobrepeso y obesidad, y cifras alarmantes de anemia por falta de hierro.

La mala alimentación afecta al normal funcionamiento del organismo, agrava la evolución de las enfermedades, al tiempo que facilita que se contraigan.

La alimentación es fundamental en el desarrollo físico de los niños, y está estadísticamente comprobado que un adulto mal alimentado rinde un 80% menos que uno bien alimentado.

Un informe de la CEPAL publicado recientemente en Internet, indica que en la Región, el 18.5% de su población es extremadamente pobre, el 11% está subnutrida y, de los niños menores de 5 años, el 7.9% están desnutridos: “55 millones de latinoamericanos y caribeños padecen algún grado de subnutrición”. Las estadísticas mencionadas deberían ser una señal de alerta para el sistema educativo, debido a los efectos que las condiciones de salud, y nutrición tienen sobre el aprendizaje y el desarrollo educativo de los niños.

Según el Subcomité de Nutrición de las Naciones Unidas (2000), la deficiencia de hierro y la anemia que ésta produce, afecta en el mundo en proceso de desarrollo, aproximadamente al 53 % de los niños en edad escolar y al 42% en edad preescolar.

Las secuelas sufridas por estos niños son irreversibles ya que la falta de hierro durante los dos primeros años de vida provoca retardo del crecimiento cerebral, reducción de su tamaño y menor desarrollo intelectual.

Fenómenos como la deserción, la repitencia, y el bajo rendimiento escolar, son comúnmente analizados desde una perspectiva educativa. Tradicionalmente las políticas orientadas a la atención de estos fenómenos han sido diseñadas por autoridades de este sector, sin la participación de otros actores en el diseño de estrategias alternativas que podrían tener impacto positivo en el rendimiento escolar o en el descenso de la repetición escolar. Me refiero especialmente al diseño de programas que surjan de la actividad conjunta de las autoridades tanto del área educativa como de salud.

La crisis económica imperante en nuestra región ha llevado a que muchas escuelas implementen comedores escolares. Es interesante notar como en varios países ha disminuido el ausentismo y aumentado la matrícula escolar a partir de que los niños pueden recibir alimentación diaria. Una medida tan simple como esta, ha también motivado a las familias a mantener sus niños en la escuela y reducido la deserción escolar.

A pesar de los beneficios que estos comedores puedan tener, es necesario contar con políticas mas abarcativas que no respondan solamente a situaciones de crisis o emergencia, sino que se generen a partir de comprender la importancia que la nutrición y la salud pueden tener en la educación.

Estas son políticas y/o acciones abarcativas o intersectoriales que pueden ser realizadas desde los ministerios de cada área, pero también y quizás mas importante, aquellas que se pueden impulsar desde la comunidad y en particular desde los centros infantiles. Por esta razón, es imperativo poder brindar programas de capacitación y formación dirigidos a los docentes, que cubran aspectos vinculados con la nutrición y la salud en los centros educativos.<sup>18</sup>

En conclusión, existen elementos de juicio derivados de estudios importantes sobre desnutrición y desarrollo intelectual en la edad preescolar, que se pueden extrapolar con cautela para explorar la dinámica de interrelaciones semejantes en la edad escolar.

---

<sup>18</sup> María Elena Boschi, Alimentación y educación, un derecho para la infancia en las Américas\* OEA - Trust for the Americas - Boletín Informativo - © OEA 2005

En otras palabras, se puede asumir que si un niño llega a la edad escolar después de haber padecido desnutrición crónica en sus primeros años, retardo en el crecimiento y atraso en su desarrollo cognoscitivo, es bien probable que su rendimiento educativo se vea afectado negativamente en alguna forma e intensidad.

De ahí la importancia de mantener una óptima nutrición de la madre y el niño, prevenir la enfermedad y asegurar el desarrollo del potencial genético de cada individuo, mediante acciones de autocuidado y promoción de la salud, que empiezan desde el momento de la concepción y continúan durante todo el período del crecimiento y desarrollo del niño.

En esta tarea, el conocimiento que se tenga sobre la interrelación de nutrición, salud y desarrollo intelectual, tanto a nivel de la familia como de las instituciones responsables de la salud de madres y niños, será factor básico para asegurar la incorporación normal del niño a la escuela.

Asimismo, el rendimiento del niño en la escuela dependerá en grado sumo de las facilidades físicas existentes y de la capacidad pedagógica e interés de los maestros por desarrollar en sus educandos todo su potencial intelectual.

Un buen ambiente escolar, unido a condiciones mínimas de bienestar económico y psicosocial en la familia, que incluya una alimentación saludable para el niño, son elementos indispensables para el éxito del niño en la escuela.<sup>19</sup>

## **2.9 FORMACIÓN DE HÁBITOS EN LOS NIÑOS DE 0 A 6 AÑOS<sup>20</sup>**

La Educación Inicial contribuye a la formación integral del niño y la niña en el contexto de la acción conjunta y coordinada de las diferentes redes de atención de la comunidad y la familia. Su meta es promover el intercambio de situaciones de aprendizaje y vivencias, que ayuden a

---

<sup>19</sup> Carlos Hernán Daza, Conferencia dictada en el VIII Congreso Nacional de Nutrición y Dietética, Cali, agosto 14-15, 1997.

<sup>20</sup> UNICEF: Formación de hábitos Alimentarios y de estilos de vida, pp 231ss

afianzar el crecimiento y desarrollo, los hábitos, la personalidad, individualidad y desenvolvimiento social del niño y la niña.

En tal sentido, es importante considerar que los hábitos alimentarios, higiene y estilos de vida saludables se asimilan e integran a la personalidad durante los primeros años, consolidándose hasta perdurar incluso en la edad adulta; de ahí la importancia de brindar una orientación adecuada y oportuna a los/as docentes, la familia y otros adultos significativos responsables de la atención y cuidado de los niños y las niñas, en cuanto a qué y cómo hacer para promover la enseñanza- aprendizaje de hábitos saludables y valorarlos como herramientas que ayudan a proteger y cuidar la salud.

### **2.9.1 ¿Qué es un Hábito?**

Los hábitos conforman las costumbres, actitudes, formas de comportamientos que asumen las personas ante situaciones concretas de la vida diaria, las cuales conllevan a formar y consolidar pautas de conducta y aprendizajes que se mantienen en el tiempo y repercuten (favorable o desfavorablemente) en el estado de salud, nutrición y el bienestar.

La promoción, formación y consolidación de los hábitos alimentarios y estilos de vida saludables de forma sistemática contribuye a:

- Prevenir desde las primeras etapas de la vida la aparición de trastornos y enfermedades vinculadas con la alimentación y nutrición, que se pueden manifestar a corto plazo y posteriormente en la edad escolar, adolescencia y hasta en la edad adulta.
- Lograr que los conocimientos en materia de salud, nutrición y estilos de vida saludables sean adaptados al nivel de aprendizaje de los niños, las niñas, docentes y adultos significativos, para su aplicación en la rutina escolar, familiar y en la comunidad.
- Formar rutinas que favorezcan una relación alimentaria sana y estimulen actitudes positivas de los niños y las niñas hacia una alimentación saludable.
- Valorar y aprender las pautas de conducta y actitudes que contribuyan a estimular la protección y cuidado responsable de su salud integral.
- Fomentar el bienestar integral y seguridad alimentaria de la familia y de cada uno de sus integrantes, especialmente los niños y las niñas.

### **2.9.2 Habilidades desarrolladas con la práctica de los hábitos saludables**

El hogar, el maternal, el preescolar y la comunidad ofrecen una gama de estímulos generadores de experiencias, que brinda a los niños y las niñas la oportunidad de intercambiar experiencias, formar hábitos y desarrollar las siguientes habilidades:

La formación de hábitos alimentarios y estilos de vida saludables es un proceso interactivo en el que es importante tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Acciones dirigidas a la formación de hábitos saludables.
- Rol de los adultos como mediadores y agentes modeladores.
- El ambiente humano y físico que rodea el momento de las comidas y la práctica de los hábitos saludables.

Es más fácil consolidar los hábitos saludables de manera temprana, antes que los niños y las niñas adquieran comportamientos negativos, ya que cambiar los conocimientos, las actitudes, valores y patrones de comportamiento inadecuados toma mucho más tiempo y exige también un orden o estrategia metódica, si se quiere alcanzar resultados positivos.

En la formación de hábitos saludables es primordial que los niños y las niñas vivencien experiencias que les permitan avanzar en la consolidación de hábitos saludables. Esto es, mostrar de manera práctica las indicaciones de los pasos a seguir durante la rutina diaria para formar hábitos saludables. Los niños y las niñas comprenden mejor mirando el cómo hacer,

Es allí donde los adultos cumplen la función de mediadores y agentes modeladores de los hábitos saludables. Los adultos representan modelos a seguir por los niños y las niñas mediante sus acciones, lenguaje y actitud, marcan la pauta de acción en el desarrollo oportuno de las rutinas y actividades que contribuyen a formar hábitos saludables.

Estos tienen en sus manos la oportunidad de brindar una gran variedad de experiencias para enriquecer el aprendizaje de hábitos y vigilar que se den las condiciones e interacciones apropiadas, en torno a este proceso.

### **2.9.3 El ambiente humano y físico que rodea el momento de las comidas y la práctica de los hábitos saludables:**

Las condiciones y/o vínculos que se establecen entre los niños, las niñas y su entorno (físico y socio afectivo) en el momento de las comidas, son fundamentales para lograr una relación de intercambio positivo que estimule la enseñanza-aprendizaje de hábitos alimentarios y estilos de vida saludables. Para crear un ambiente humano cálido y positivo es importante tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Responder de manera afectuosa y positiva a las necesidades que expresen los niños y las niñas.
- Tomar el tiempo suficiente para alimentarlos y a su vez darles muestras de afecto, como cantarles una canción, o conversar con ellos en relación a su alimentación, haciendo de las comidas momentos amenos para compartir.

### **2.9.4 Área de alimentación o comedor**

Es importante que el ambiente o área de alimentación ofrezca condiciones que garanticen a los niños y las niñas experiencias gratificantes y seguras, bajo la supervisión continua del adulto. Al respecto se sugiere que estos espacios cumplan con los siguientes requisitos:

- El área debe ofrecer condiciones de seguridad, limpieza, familiaridad y ambientación adecuada, con motivos y ornamentos que resulten agradables y se relacionen con la buena alimentación, para que los niños y las niñas sientan la necesidad de explorar y curiosear sintiéndose seguros(as) y contentos(as).
- Es importante que los niños y las niñas coman en una mesa a la altura adecuada, mantengan sus pies apoyados en el piso, sin que estos se balanceen en el aire, de manera que puedan mirar a sus compañeros y manipular bien los alimentos, facilitar sus movimientos y desenvolvimiento, que se sientan confortables, cómodos, que pueden manejar los utensilios y equipos de manera segura y con cierta autonomía.
- Los utensilios, platos, cubiertos y manteles, a utilizar en la alimentación deben estar adaptados al tamaño de los niños y las niñas. Los vasos, cubiertos y platos deben ser irrompibles, de dimensiones adecuadas; los vasos y tazas deben ser de base ancha, fáciles de usar para que estén seguros mientras aprenden cómo usarlos apropiadamente.

### **2.9.5 Actividades y rutinas a realizar antes durante y después de las comidas**

- Informar a los niños y las niñas en relación al MENÚ, en el caso de los niños y las niñas menores de 3 años, igualmente se les participa acerca del MENÚ a servir, utilizando gestos y palabras que denoten gustos por los alimentos.
- Estimularlos, para que de manera organizada y bajo la supervisión de los adultos colaboren en los preparativos y preparación de las comidas.
- Crear e implementar rutinas paso a paso, para el aprendizaje de hábitos de higiene
- Cuando se planifica en función de las experiencias alimentarias hay que pensar en tres grandes momentos: Experiencias sugeridas antes de las comidas: personal y ambiental como el lavado de las manos previo y después de las comidas y después de ir al baño, el cepillado de los dientes y para mantener el área del comedor en adecuadas condiciones de higiene.
- Evitar largos momentos de espera antes de las comidas, esto produce inquietud y malestar, lo cual ocasiona que adultos y niños(as) se estresen y se pierda así una oportunidad para disfrutar una experiencia saludable; sentar a los niños a comer solamente cuando la comida está servida.
- El tiempo dedicado a las comidas debe oscilar entre 20 y 30 minutos, en sus horarios respectivos, diferenciando las horas de las comidas de otras rutinas del día, así el niño y la niña aprende a darle su tiempo y espacio a las diferentes actividades diarias. La comida debe mantenerse como evento principal, en el que no se incluyan otras actividades. La hora de comer también debe visualizarse como un acto de mucho agrado.

### **2.9.6 Recomendaciones para la formación de hábitos saludables a tener en cuenta a la hora de las comidas:**

- Incentivar a través del ejemplo, buenos modales en la mesa, por ejemplo: la buena postura corporal, el uso del mantel, los cubiertos, la servilleta y enseñarles la manera apropiada de masticar los alimentos, con la boca cerrada, masticando bien cada bocado e invitarlos a comer despacio para un mejor aprovechamiento y disfrute de los alimentos y del momento de las comidas, entre otros.
- Mientras comen, no permitir a los niños y a las niñas jugar o caminar, ni hablar cuando mastican los alimentos, o si tienen la boca llena. No apresurarlos a comer.

- Mantener regularidad y constancia en cuanto a los horarios de comidas y el lugar donde comen. También es importante evitar que haya agentes distractores como la TV.
- Evitar servir antes y durante las comidas, caramelos o cualquier otra golosina o "chuchería" que pueda disminuir el apetito. A partir de los 2 - 3 años los niños y las niñas pueden comer golosinas en pequeñas cantidades, que resulten accesibles y seguras para ellos y siempre bajo la supervisión de los adultos.

Es importante que los adultos conversen y enseñen a los niños y niñas a tomar parte activa de manera supervisada, en el seguimiento de los procedimientos relacionados con el uso y manejo de los equipos y utensilios empleados durante la alimentación y rutinas de aseo personal:

### **2.9.9 Pasos a seguir para formar hábitos alimentarios y estilos de vida saludables**

- Hacer un diagnóstico de la situación de salud y nutrición de los niños y niñas.
- Fomentar la enseñanza-aprendizaje de hábitos alimentarios saludables.
- Trabajar en articulación con la comunidad y las instituciones de las redes de detención.

Hacer un diagnóstico de la situación de salud y nutrición de los niños y las niñas para obtener información acerca de las costumbres, conocimientos, expectativas, valores y patrones que adoptan las familias, la comunidad educativa y los niños y las niñas en relación a los hábitos alimentarios y de higiene, cuales son las preferencias, el consumo de alimentos y como es su rutina de vida en cuanto a recreación y actividad físicas.

### **2.10 ALIMENTOS QUE SE PRODUCEN EN LA PROVINCIA DE CHIMBORAZO**

|           |                  |               |                 |
|-----------|------------------|---------------|-----------------|
| Arvejas   | Acelga           | Perejil       | Manzana         |
| Habas     | Espinaca         | Cilantro      | Pera            |
| Fréjol    | Cebolla blanca   | Apio          | Claudia         |
| Mellico   | Cebolla colorada | Leche         | Tomate de árbol |
| Maíz      | Nabo             | Yogurt        | Tomate de riñón |
| Trigo     | Brócoli          | Huevos        | Mora            |
| Cebada    | Coliflor         | Carne Chancho | Duraznos        |
| Quinua    | Romanesco        | Carne Pollo   | Capulí          |
| Papas     | Col              | Carne Cuy     | Frutilla        |
| Chochos   | Zambo            | Carne Borrego | Higo            |
| Zanahoria | Zapallo          | Carne de res  | Membrillo       |

**"Lo que se les dé a los niños, los niños darán a la sociedad."**  
*Karl A. Menninger (1893 - 1990 ), psiquiatra estadounidense.*

# CAPÍTULO III

## METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

### 3.1 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación es de tipo descriptivo comparativo y propositiva porque los datos se obtendrán a través de técnicas de investigación como: Encuesta, entrevista, observación, y se realiza una comparación con los estándares de calidad para centros infantiles; además, se recurre al estudio de documentos que permiten obtener información, narrar hechos, emitir juicios de valor respecto al área nutricional y de esta manera llegar a conclusiones y recomendaciones que facilitarán la estructura de la propuesta de organización y administración para el área nutricional de los centros infantiles en estudio.

La investigación está orientada por el paradigma crítico – constructivo, y sustentada cuantitativamente porque recogerá datos y referentes numéricos para ser procesados como apoyo de la estadística descriptiva.

Sin embargo la metodología de la investigación será predominantemente cualitativa porque se realiza una propuesta alternativa para el área nutricional de los centros infantiles “FRANCISCO CHIRIBOGA”, “GOTITAS DE AMOR” Y “TIERRA DE VIDA”, DEL SECTOR URBANO DE LA CIUDAD DE RIOBAMBA”, utilizando los alimentos que se producen en la zona.

### 3.2 NIVELES O TIPOS DE INVESTIGACIÓN

- **Cualitativa:** porque se realiza una propuesta de manejo adecuado de alimentos para el área nutricional
- **Cuantitativa:** porque recogerá datos y referentes numéricos
- **Estadística descriptiva:** porque los datos obtenidos cualitativamente son representados en barras

### 3.3 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

Principalmente se utiliza técnicas como la observación, encuesta, entrevista, investigación documental, comparación con los estándares de calidad para Centros Infantiles y las técnicas de trabajo de campo.

CUADRO N° 2

| <b>TÉCNICAS</b>           | <b>INSTRUMENTOS</b>   | <b>SUJETOS DE INVESTIGACIÓN</b>                                      |
|---------------------------|---|--|
| Observación y supervisión | Estándares de Calidad para Centros Infantiles   | Centros Infantiles   |
|                           | Guía de observación   | Infraestructura, equipamiento  |
| Encuesta                  | Cuestionario de conocimientos y prácticas en alimentación, higiene y conservación de los alimentos. | Personal Administrativo y Padres de Familia (informantes de calidad) |
| Entrevista                | Cuestionario de conocimientos y prácticas en alimentación, higiene y conservación de los alimentos. | Directivos de los Centros Infantiles                                 |

### 3.4 INVESTIGACIÓN DE CAMPO

El contacto en forma directa con la realidad permite la obtención de la información según los objetivos del proyecto de investigación. Teniendo una intervención social, porque se elabora y se desarrolla una propuesta de un modelo operativo viable como es la formulación de propuesta alternativa para el área nutricional de los Centros Infantiles “FRANCISCO CHIRIBOGA”, “GOTITAS DE AMOR” Y “TIERRA DE VIDA”, DEL SECTOR URBANO DE LA CIUDAD DE RIOBAMBA”

La investigación está orientada a la descripción del problema en los Centros Infantiles del sector urbano de Riobamba; para ello se realiza una programación previa para definir la logística y los aspectos que se van a descubrir y la manera de realizar el trabajo.

Investigación Bibliográfica y Documental: datos que provienen de libros, revistas, folletos, periódicos, referentes a las variables de estudio o que tengan relación con ellos, constituyen referentes importantes.

### 3.5 POBLACIÓN Y MUESTRA.

Dada que la población es pequeña (ver recuadros) no se obtendrá una muestra y se trabajará con todos los componentes; por lo que habrá mayor confiabilidad en la investigación; la única excepción constituye el grupo de padres de familia donde se aplicó el cálculo muestral en la toma de la encuesta. Así

$$n = \frac{N}{E^2 (N-1) + 1}$$

## CUADRO N° 3

Cabe señalar que solo el Centro Infantil Francisco Chiriboga dispone de 3 recursos técnicos especializados como son: psicólogo, ecónoma y enfermería

| CENTRO INFANTIL     | NIÑOS      | DIRECTOR | PARVULARIAS | EDUCADORAS COMUNIT. | PSICO.   | ECÓNOMA  | ENFERMERA | PPFF      | TOTAL      |
|---------------------|------------|----------|-------------|---------------------|----------|----------|-----------|-----------|------------|
| Francisco Chiriboga | 110        | 1        | 4           | 3                   | 1        | 1        | 1         | 17        | 121        |
| Tierra de Vida      | 65         | 1        | 1           | 6                   | -----    | -----    | -----     | 15        | 73         |
| Gotitas de Amor     | 45         | 1        | -----       | 4                   | -----    | -----    | -----     | 14        | 5          |
| <b>Total:</b>       | <b>120</b> | <b>3</b> | <b>5</b>    | <b>14</b>           | <b>1</b> | <b>1</b> | <b>1</b>  | <b>46</b> | <b>199</b> |

### 3.6 PROCESAMIENTO DE INFORMACIÓN

- Revisión de la información, limpieza de la información defectuosa o incompleta; al hacer la depuración de la información nos encontramos con que el personal administrativo no tenía conocimientos de un MENÚ.
- Presentación grafica de los resultados, las personas que están a cargo de la preparación de los alimentos sí estaban de acuerdo con que se realice una guía de estándares de calidad en el área de nutrición.
- Para el procesamiento de la información, se utilizará Word y Excel como paquetes informáticos. Word como procesador de palabras y Excel para cálculos y representaciones graficas

### 3.7 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

#### Variable independiente: Diagnóstico situacional

CUADRO N° 4

| Conceptualización  | Categoría o dimensiones | Indicadores       | Ítems básicos          | Técnicas e instrumentos |
|--|-------------------------|-------------------|------------------------|-------------------------|
| Los diagnósticos situacionales son estados que permiten una visión más clara y actual de las diversas problemáticas existentes en el proceso | Centros Infantiles      | Área de Nutrición | Adecuada<br>Inadecuada | Encuesta                |

#### Variable dependiente: Estándares de calidad en el área de nutrición

CUADRO N° 5

| Conceptualización  | Categoría o dimensiones                                   | indicadores                              | Ítems básicos  | Técnicas e instrumentos           |
|--|---|--|--|-----------------------------------|
| Es un instrumento que permite medir los servicios del centro infantil en el área de nutrición. | Recurso humano<br><br>Servicio de atención a los niños/as | Calidad<br><br>Servicio<br><br>Nutrición | Cumple<br>No cumple<br><br>Cumple<br>No cumple<br><br>Adecuada<br>Inadecuada | Fichas de observación y encuestas |

**Variable dependiente: Alimentos diarios que consumen los niños de los centros infantiles investigados.**

**CUADRO N° 6**

| Conceptualización   | Categoría o dimensiones                    | indicadores                                     | Ítems básicos  | Técnicas e instrumentos           |
|---|--|---|--|-----------------------------------|
| Alimento es toda sustancia de origen agrícola o industrial no toxico. | Industrializados<br>Naturales o agrícolas. | Manipulación<br>Cuidado<br>Conservación<br>Aseo | Cumple<br>No cumple<br>Cumple<br>No cumple<br><br>Adecuada<br>Inadecuada | Fichas de observación y encuestas |

### **3.8 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

La información será procesada mediante un programa estadístico que permita realizar el análisis estadístico; así como los estándares de calidad para Centros Infantiles.

### **3.9 ENTREVISTA APLICADA A LAS AUTORIDADES DE LOS CENTROS DE EDUCACIÓN INFANTIL**

#### **A. DATOS INFORMATIVOS**

|   |                              |
|---|------------------------------|
| <input type="checkbox"/> NOMBRE DEL CENTRO INFANTIL:    | <b>“FRANCISCO CHIRIBOGA”</b> |
| <input type="checkbox"/> RESPONSABLE DE LA INSTITUCIÓN: | <b>Ms. Fanny Castillo</b>    |
| <input type="checkbox"/> DIRECCIÓN:                     | <b>Junín s/n y Nogales</b>   |
| <input type="checkbox"/> TELÉFONO:                      | <b>2961536</b>               |
| <input type="checkbox"/> RESPONSABLE DE LA OBSERVACIÓN: | <b>Germania Vallejo</b>      |
| <input type="checkbox"/> FECHA:                         | <b>20 de abril de 2009</b>   |

#### **B. CUESTIONARIO:**

##### **1. ¿Cómo está organizado el Área Nutricional de su Centro Infantil?**

En el Centro Infantil “Francisco Chiriboga” el área nutricional se encuentra organizada con todo lo indispensable para funcionar. Cuenta con Cocina, despensa, comedor, equipamiento de refrigeración para almacenamiento y conservación de alimentos, todos organizados en muebles con sus debidas protecciones, además cuenta con todos los utensilios de cocina y comedor para los niños.

##### **2. ¿Existen las condiciones físicas que garanticen un adecuado manejo de los alimentos?**

Las condiciones físicas y de espacio son adecuadas para el manejo de los alimentos.

##### **3. ¿El personal de cocina es profesional en el área de nutrición?**

El personal de cocina no es capacitado académicamente en el área de nutrición, pero tienen experiencia, ya que han trabajado anteriormente en salones de comida y demás lugares donde se prepara alimentos

**4. ¿La alimentación diaria de los niños está en función de una guía alimentaria técnicamente elaborada?**

La alimentación diaria de los niños, no está elaborada técnicamente, pero si cuenta con un MENÚ diario, preparado por el personal de cocina.

**5. ¿Los alimentos que se dan a los niños están en función de los estándares de calidad emanados por el Ministerio de Bienestar Social?**

Sí, se trata de seguir los estándares de calidad de los centros infantiles establecidos por el Ministerio de Inclusión Económica y Social

**6. ¿Con qué frecuencia utilizan los alimentos de la zona?**

La mayor parte de la alimentación que se prepara para los niños, está basada en alimentos de la zona.

## **INTERPRETACIÓN**

De los resultados de la entrevista se analiza que el centro infantil “Francisco Chiriboga” tiene infraestructura administrativa aceptable. El espacio físico dedicado a la cocina es amplio y sus diversas áreas están debidamente organizadas; en lo que concierne a la forma de preparar los alimentos, no poseen una guía alimentaria sino que se basa en un MENÚ elaborado por el personal de cocina. La mayor parte de la alimentación que se prepara para los niños, tiene como base los productos de la zona. Tratan de cumplir con los estándares de calidad.

**A. DATOS INFORMATIVOS:**

- NOMBRE DEL CENTRO INFANTIL: **“TIERRA DE VIDA”**
- RESPONSABLE DE LA INSTITUCIÓN: **Lic. Clemencia Casignia**
- DIRECCIÓN: **Juan Bernardo de León y Puruhá**
- TELÉFONO: **2951657**
- RESPONSABLE DE LA OBSERVACIÓN: **Germania Vallejo**
- FECHA: **4 de mayo de 2009**

**B. CUETIONARIO:**

**1. ¿Cómo está organizado el Área Nutricional de su Centro Infantil?**

El área nutricional en el centro Infantil “Tierra de Vida” cuenta con cocina, comedor, despensa en una zona destinada para este efecto.

**2. ¿Existen las condiciones físicas que garanticen un adecuado manejo de los alimentos?**

Las condiciones de espacio son un poco limitadas para ello, pero nos arreglamos y atendemos bien a los niños.

**3. ¿El personal de cocina es profesional en el área de nutrición?**

No son profesionales pero tienen experiencia en la cocina y si lo hacen de una manera nutricional.

**4. ¿La alimentación diaria de los niños está en función de una guía alimentaria técnicamente elaborada?**

Tenemos un MENÚ diario de comidas que maneja el personal de cocina y varía de acuerdo a su experiencia, pero no ha sido elaborado según normas técnicas.

**5. ¿Los alimentos que se ofrecen a los niños están en función de los estándares de calidad emanados por el Ministerio de Inclusión Económica y Social?**

Si por que, cada semana compramos la comida, legumbres y cosas del mercado.

**6. ¿Con qué frecuencia utilizan los alimentos de la zona?**

Con mucha frecuencia se utiliza los alimentos de la zona; además es variado y está de acuerdo a las necesidades nutricionales de los niños.

**INTERPRETACIÓN**

La organización administrativa del área nutricional del Centro Infantil “Tierra de Vida” es muy limitada pues al no existir espacio físico suficiente todos servicios: cocina, comedor, despensa, deben funcionar en un solo ambiente. No cuenta con refrigerador para conservar los alimentos.

El espacio físico es limitado y no hay separación de un ambiente a otro. El personal de cocina no es capacitado para desempeñar la función, solo trabaja en base a su experiencia. MENÚ diario de cocina es manejado y adaptado por el mismo personal.

A criterio de la Directora del centro, los estándares de calidad del MIES; sin embargo queda demostrado que no es verdad. Los alimentos de la zona son utilizados frecuentemente y son adquiridos cada semana de acuerdo a las necesidades.

**A. DATOS INFORMATIVOS:**

- NOMBRE DEL CENTRO INFANTIL: **“GOTITAS DE AMOR”**
- RESPONSABLE DE LA INSTITUCIÓN: **Sra. Fernanda Pino**
- DIRECCIÓN: **Barrio San José de Chibunga**
- TELÉFONO:
- RESPONSABLE DE LA OBSERVACIÓN: **Germania Vallejo**
- FECHA: **20 de mayo de 2009**

**B. CUESTIONARIO:**

**1. ¿Cómo está organizado el Área Nutricional de su Centro Infantil?**

Tenemos algunas deficiencias, como la falta de espacio físico para que funcione el comedor y la cocina independientemente. No contamos con refrigerador para la conservación de alimentos y como usted ve en un solo ambiente funciona casi todo.

**2. ¿Existen las condiciones físicas que garanticen un adecuado manejo de los alimentos?**

No por falta de infraestructura y espacio físico, no tenemos suficiente equipamiento.

**3. ¿El personal de cocina es profesional en el área de nutrición?**

Ninguna de ellas es profesional en el área de cocina.

**4. ¿La alimentación diaria de los niños está en función de una guía alimentaria técnicamente elaborada?**

Tenemos MENÚs de referencia de otros centros, emanados por el INFA. Pero en la realidad se prepara los alimentos de acuerdo a lo que hay.

**5. ¿Los alimentos que se dan a los niños están en función de los estándares de calidad emanados por el Ministerio de Bienestar Social?**

Si tratamos de dar los alimentos de acuerdo a los estándares de calidad del MIES.

**6. ¿Con qué frecuencia utilizan los alimentos de la zona?**

Los alimentos de la zona, se utilizan en el MENÚ, cada vez que nos vienen a dejar.

## **INTERPRETACIÓN**

En el Centro Infantil “Gotitas de Amor”, el espacio físico es muy limitado: la cocina y el comedor funcionan en un solo ambiente, el área del comedor se ocupa también para desarrollar otras actividades de los niños, son espacios para múltiples actividades. No poseen refrigerador para conservar los alimentos y como no existe mobiliario no se tienen organizadas las áreas. Ninguna de las personas encargadas de la cocina tiene conocimiento específico en la preparación de alimentos. El centro tiene referentes de MENÚs, pero la comida es preparada de acuerdo a los alimentos existentes, por lo que los productos de la zona son poco consumidos. Se trata de ofrecer los alimentos de acuerdo a los estándares de calidad del MIES.

## **CONCLUSIONES**

De los tres centros investigados, solo el Francisco Chiriboga consume alimentos propios de la zona. Los centros Gotitas de amor y Tierra de vida no poseen infraestructura adecuada; el área de concina no guarda las debidas seguridades. En las tres instituciones, el personal de cocina no está capacitado para cumplir a cabalidad su función.

El centro infantil Gotitas de amor no cumple con los estándares de calidad en el área de nutrición; por lo que amerita urgentemente un plan de mejoras, que bien podría ser mi propuesta.

### 3.10 ENCUESTA APLICA AL PERSONAL ENCARGADO DEL CENTRO INFANTIL (C.I).

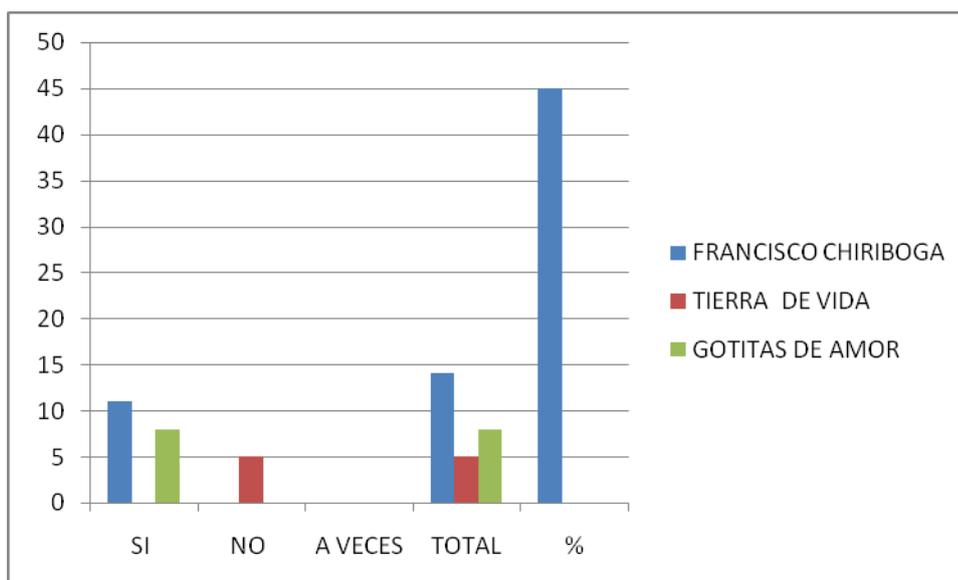
1. El Centro Infantil se encuentra con todos los servicios básicos.

2. CUADRO N° 7

|                            | SI           | NO           | A VECES     | TOTAL       | %            |
|----------------------------|--------------|--------------|-------------|-------------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>11</b>    | <b>----</b>  | <b>----</b> | <b>11</b>   | <b>45.84</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>08</b>    | <b>----</b>  | <b>----</b> | <b>08</b>   | <b>33.3</b>  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | <b>---</b>   | <b>05</b>    | <b>----</b> | <b>05</b>   | <b>20.83</b> |
| <b>TOTAL</b>               | <b>19</b>    | <b>5</b>     | <b>----</b> | <b>24</b>   |              |
| <b>%</b>                   | <b>79.17</b> | <b>20.83</b> | <b>----</b> | <b>----</b> | <b>100%</b>  |

Fuente: Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil  
 Elaborado por: Germania Vallejo C.

GRÁFICO N° 2 Servicios Básicos



#### Análisis e Interpretación

El 79.17% correspondiente al personal de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga y Tierra de Vida manifiestan que sí existen servicios básicos mientras que el 20.83%, Gotitas de Amor, contesta negativamente.

Interpretado el cuadro y gráfico el 79.17% del personal de los Centros Infantiles manifiestan que sí existen los servicios básicos.

2. ¿Existe basureros con su respectiva tapa en distintos lugares del Centro Infantil?

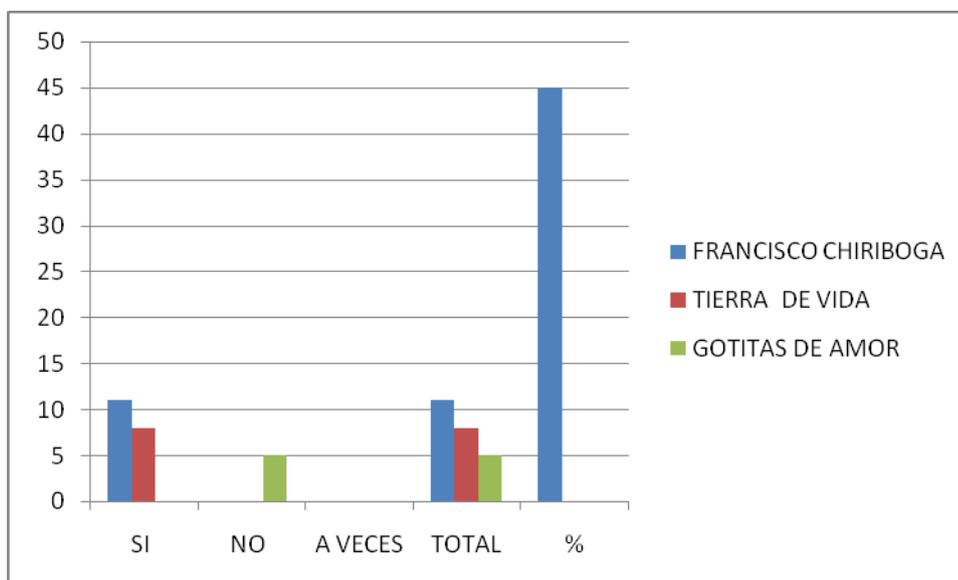
CUADRO N° 8

|                            | SI           | NO           | A VECES | TOTAL     | %            |
|----------------------------|--------------|--------------|---------|-----------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>11</b>    | ----         | ----    | <b>11</b> | <b>45.84</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>08</b>    | ----         | ----    | <b>08</b> | <b>33.33</b> |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | -----        | <b>5</b>     | ----    | <b>5</b>  | <b>20.83</b> |
| <b>TOTAL</b>               | <b>19</b>    | <b>5</b>     | ----    | <b>24</b> |              |
| <b>%</b>                   | <b>79.17</b> | <b>20.83</b> | ----    | ----      | <b>100%</b>  |

Fuente: Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil

Elaborado por: Germania Vallejo C.

GRÁFICO N° 3 Basureros en el Centro Infantil



**Análisis e Interpretación**

El 79.17% que corresponde al personal de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga y Tierra de Vida manifiestan que sí existen basureros con su respectiva tapa en distintos lugares de los Centros Infantiles, contrariamente un 20.83% que corresponde a Gotitas de Amor dice que no existen.

Visto cuadro y gráfico en un 79.17% en los Centros Infantiles manifiesta que sí existen basureros con su respectiva tapa en distintos lugares

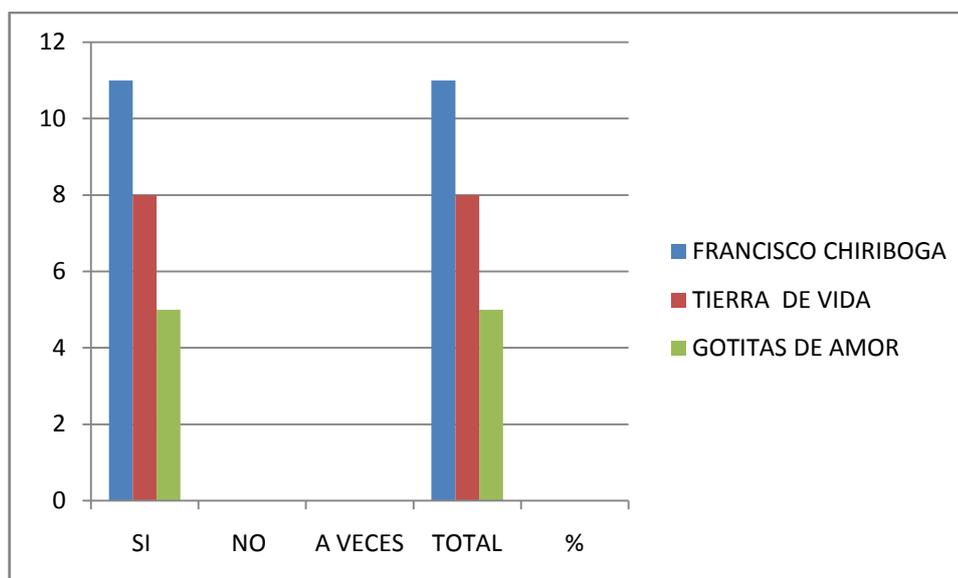
**3. ¿El local permanece completamente limpio, libre de orinas, heces fecales, basuras polvos?**

**CUADRO N° 9**

|                            | SI         | NO   | A VECES | TOTAL     | %            |
|----------------------------|------------|------|---------|-----------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>11</b>  | ---- | ----    | <b>11</b> | <b>45.84</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>08</b>  | ---- | ----    | <b>08</b> | <b>33.33</b> |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | <b>05</b>  | ---- | ----    | <b>05</b> | <b>20.83</b> |
| <b>TOTAL</b>               | <b>24</b>  | ---- | ----    | <b>24</b> |              |
| <b>%</b>                   | <b>100</b> |      |         | ----      | <b>100%</b>  |

**Fuente:** Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil  
**Elaborado por:** Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 4 Limpieza del Local**



**Análisis e Interpretación**

El 100% del personal de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor, manifiestan que el local permanece completamente limpio, libre de orinas, heces fecales, basuras polvos;

Visto el cuadro y gráfico, el 100 % manifiesta que el local permanece completamente limpio, libre de orinas, heces fecales, basuras polvos.

**4. ¿Hierven la vajilla que utilizan los niños/as?**

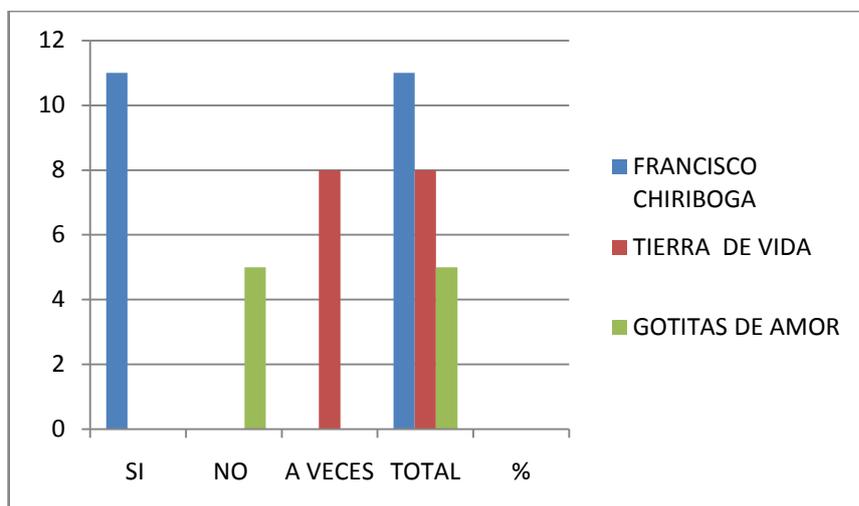
**CUADRO N° 10**

|                            | SI           | NO           | A VECES      | TOTAL     | %            |
|----------------------------|--------------|--------------|--------------|-----------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>11</b>    | ----         | ----         | <b>11</b> | <b>45.84</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | -----        | ----         | <b>08</b>    | <b>08</b> | <b>33.33</b> |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | -----        | <b>5</b>     | ----         | <b>5</b>  | <b>20.83</b> |
| <b>TOTAL</b>               | <b>11</b>    | <b>5</b>     | <b>08</b>    | <b>24</b> |              |
| <b>%</b>                   | <b>45.84</b> | <b>20.83</b> | <b>33.33</b> | ----      | <b>100%</b>  |

**Fuente:** Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil

**Elaborado por:** Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 5** **Hierven la vajilla**



**Análisis e Interpretación**

El 45.84 % del personal correspondiente a los Centro Infantil Francisco Chiriboga, manifiesta que sí hierven la vajilla que utilizan los niños/as, el 33.33% correspondiente al Tierra de Vida, manifiesta que a veces, y en el Gotitas de Amor con el 20.83% dice que no lo hacen.

Visto el cuadro y gráfico es necesario recomendar que la importancia de hervir la vajilla que utilizan los niños/as de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor.

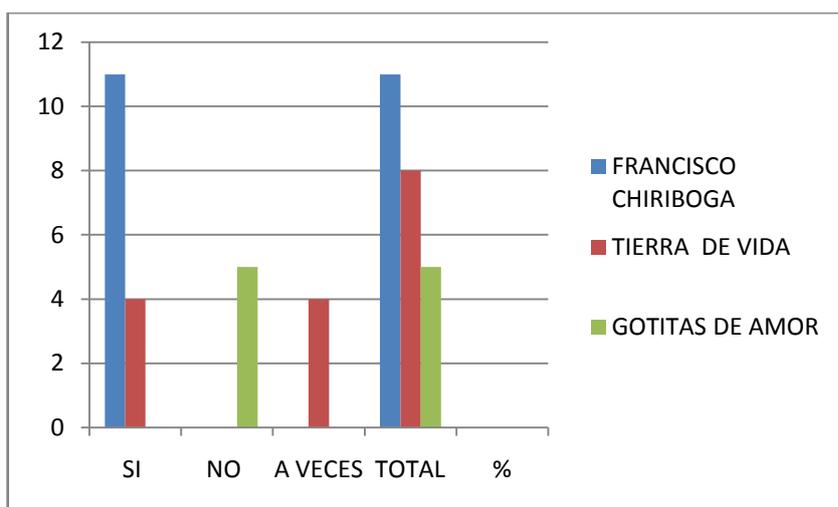
5. ¿Se utilizan con frecuencia los alientos que se producen de la zona y de temporada?

CUADRO N° 11

|                     | SI    | NO    | A VECES | TOTAL | %     |
|---------------------|-------|-------|---------|-------|-------|
| FRANCISCO CHIRIBOGA | 11    | ----  | ----    | 11    | 45.84 |
| TIERRA DE VIDA      | 04    | ----  | 04      | 08    | 33.3  |
| GOTITAS DE AMOR     | ----  | 05    | ----    | 5     | 20.83 |
| TOTAL               | 15    | 05    | 04      | 24    |       |
| %                   | 62.57 | 20.83 | 16.6    | ----  | 100%  |

Fuente: Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil  
 Elaborado por: Germania Vallejo C.

GRÁFICO N° 6 Utilización de los alimentos de la zona



**Análisis e Interpretación**

El 62.57% del personal correspondiente a los Centros Infantiles Francisco Chiriboga y Tierra de Vida dice que se utilizan con frecuencia los alimentos que se producen en la zona, el Gotitas de Amor en un 20.83% manifiesta que no se utilizan, en tanto que Tierra de Vida en un 16.6% dicen que a veces se utilizan productos de la zona.

Visto el cuadro y gráfico los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor si se utilizan con frecuencia los alimentos que se producen en la zona

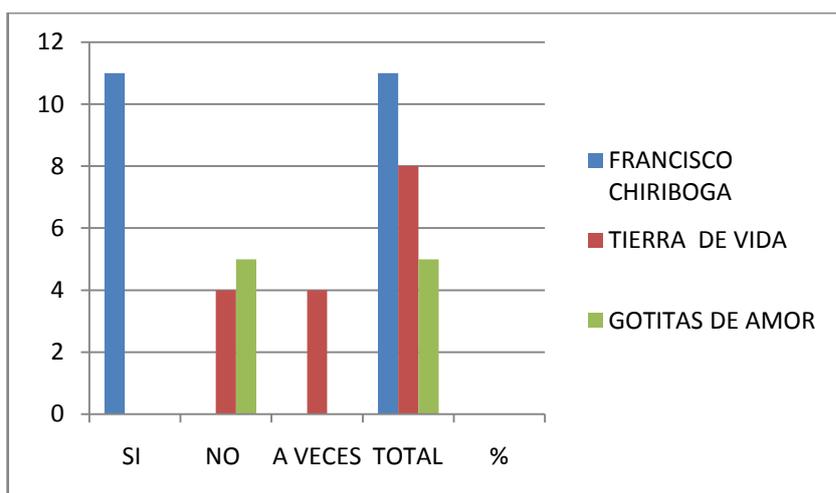
6. ¿Conserva frescos los alimentos?

CUADRO N° 12

|                            | SI           | NO          | A VECES      | TOTAL       | %            |
|----------------------------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>11</b>    | <b>----</b> | <b>----</b>  | <b>11</b>   | <b>45.84</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>----</b>  | <b>04</b>   | <b>04</b>    | <b>08</b>   | <b>33.3</b>  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | <b>----</b>  | <b>05</b>   | <b>----</b>  | <b>5</b>    | <b>20.83</b> |
| <b>TOTAL</b>               | <b>11</b>    | <b>09</b>   | <b>04</b>    | <b>24</b>   |              |
| <b>%</b>                   | <b>45.84</b> | <b>37.5</b> | <b>16.66</b> | <b>----</b> | <b>100%</b>  |

Fuente: Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil  
Elaborado por Germania Vallejo C.

GRÁFICO N° 7 Conservación de los alimentos



**Análisis e Interpretación**

El 45.84% correspondiente al Centro Infantil Francisco Chiriboga manifiesta que sí conservan frescos los alimentos; los Centros Infantiles Tierra de Vida y Gotitas de Amor en el 37.5% dice que no poseen las condiciones necesarias, mientras que Tierra de Vida en el 16.66% dice que a veces conservan frescos los alimentos.

El personal encargado de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor manifiesta que no conservan frescos los alimentos.

**7. ¿Ha recibido capacitación sobre manipulación, preparación y conservación de alimentos?**

**CUADRO N° 13**

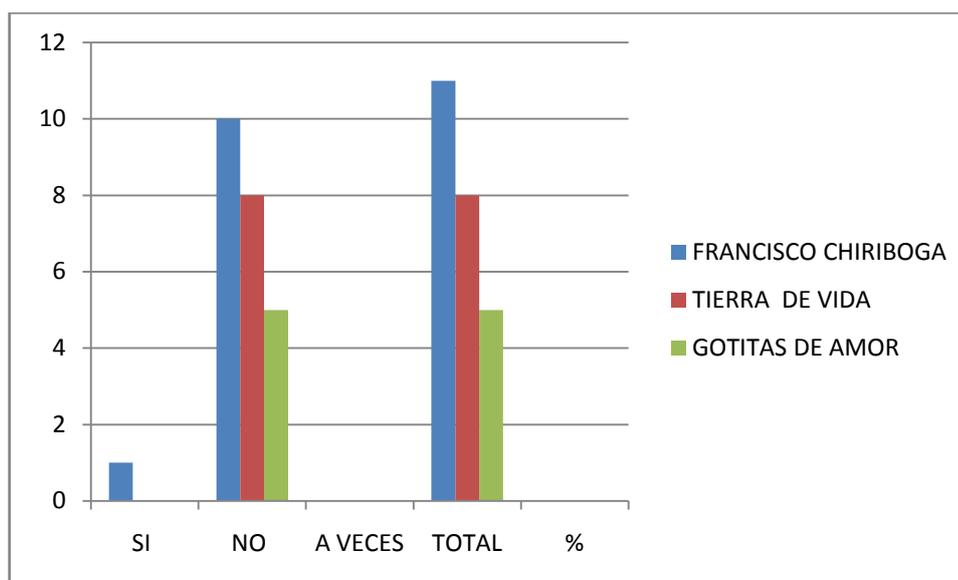
|                            | SI          | NO        | A VECES     | TOTAL       | %            |
|----------------------------|-------------|-----------|-------------|-------------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>01</b>   | <b>10</b> | <b>----</b> | <b>11</b>   | <b>45.84</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>----</b> | <b>08</b> | <b>----</b> | <b>08</b>   | <b>33.3</b>  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | <b>----</b> | <b>05</b> | <b>----</b> | <b>05</b>   | <b>20.83</b> |
| <b>TOTAL</b>               |             | <b>24</b> | <b>----</b> | <b>24</b>   |              |
| <b>%</b>                   | <b>01</b>   | <b>99</b> | <b>----</b> | <b>----</b> | <b>100%</b>  |

**Fuente:** Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil.

**Elaborado por:** Germania Vallejo C.C

**GRÁFICO N° 8**

**Cursos de capacitación en manipulación, preparación y conservación alimentos.**



**Análisis e interpretación**

El 99% correspondiente al personal de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor manifiesta que no ha recibido capacitación sobre manipulación, preparación y conservación de alimentos.

En conclusión se sugiere al personal encargado del área de nutrición, tome un curso sobre manipulación, preparación, conservación de los alimentos.

**8. ¿El lugar donde prepara los alimentos tiene la seguridad pertinente para que los niños no ingresen?**

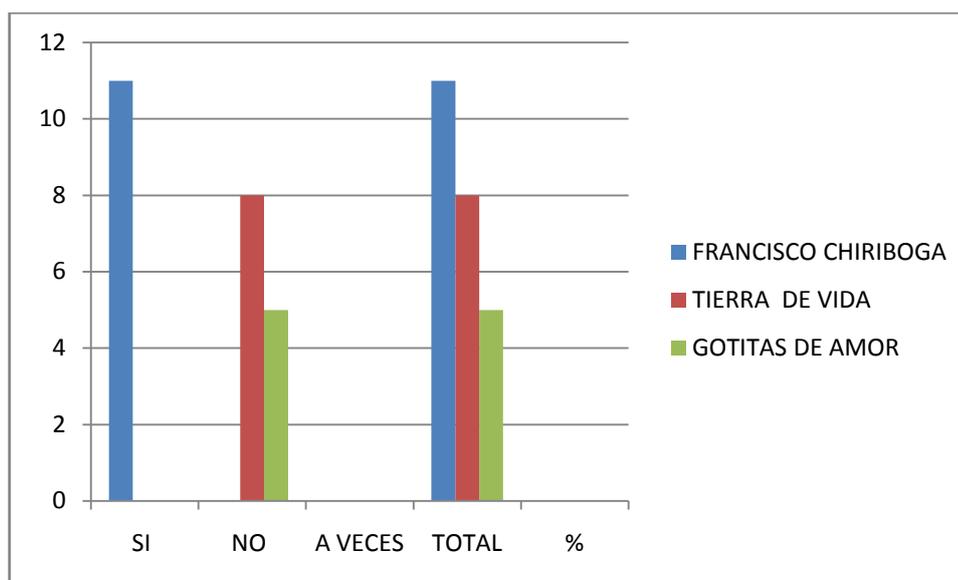
**CUADRO N° 14**

|                            | SI           | NO           | A VECES     | TOTAL        | %            |
|----------------------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>11</b>    | <b>----</b>  | <b>----</b> | <b>11</b>    | <b>45.84</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>----</b>  | <b>08</b>    | <b>----</b> | <b>08</b>    | <b>33.3</b>  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | <b>----</b>  | <b>05</b>    | <b>----</b> | <b>5</b>     | <b>20.83</b> |
| <b>TOTAL</b>               | <b>11</b>    | <b>13</b>    | <b>----</b> | <b>-----</b> |              |
| <b>%</b>                   | <b>45.84</b> | <b>54.16</b> | <b>----</b> | <b>----</b>  | <b>100%</b>  |

**Fuente:** Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil.  
**Elaborado por:** Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 9**

**Seguridad del lugar de preparación de los alimentos**



**Análisis e interpretación**

El 45.84 % correspondiente al personal encargado del Centro Infantil Francisco Chiriboga manifiesta que el lugar donde se preparan los alimentos sí tiene seguridad pertinente, en tanto que el Tierra de Vida y Gotitas de Amor. (54.16%) no la tienen.

En conclusión los Centros Infantiles tienen poca seguridad pertinente para que los niños/as ingresen a la cocina.

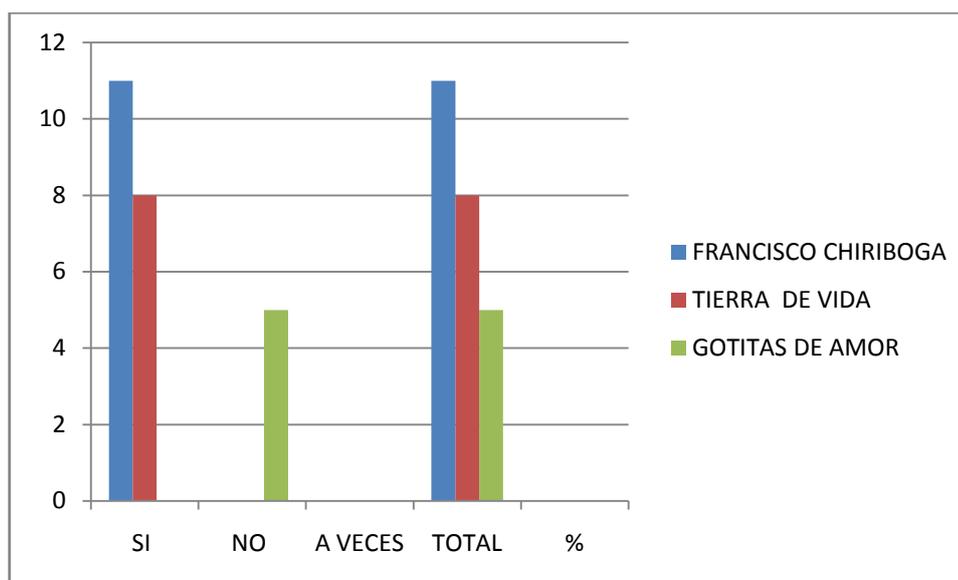
**9. ¿El comedor es apto para los niños?**

**CUADRO N° 15**

|                            | SI           | NO           | A VECES     | TOTAL        | %            |
|----------------------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>11</b>    | <b>----</b>  | <b>----</b> | <b>11</b>    | <b>45.84</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>08</b>    |              | <b>----</b> | <b>08</b>    | <b>33.3</b>  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | <b>----</b>  | <b>05</b>    | <b>----</b> | <b>5</b>     | <b>20.83</b> |
| <b>TOTAL</b>               | <b>19</b>    | <b>05</b>    | <b>----</b> | <b>-----</b> |              |
| <b>%</b>                   | <b>79.17</b> | <b>20.83</b> | <b>----</b> | <b>----</b>  | <b>100%</b>  |

**Fuente:** Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil  
**Elaborado por:** Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 10**  
**Calidad de los muebles de comedor**



**Análisis e interpretación**

El 79.17% correspondiente al personal encargado del Centro Infantil Francisco Chiriboga y Tierra de vida manifiesta que los muebles del comedor sí son aptos para los niños; mientras que el Gotitas de Amor, 20.83%, dicen que no son aptos.

En conclusión los muebles de comedor de los Centros Infantiles sí son aptos para los niños/as.

**10. Considera usted agradable el ambiente donde se alimentan los niños/as**

**CUADRO N° 16**

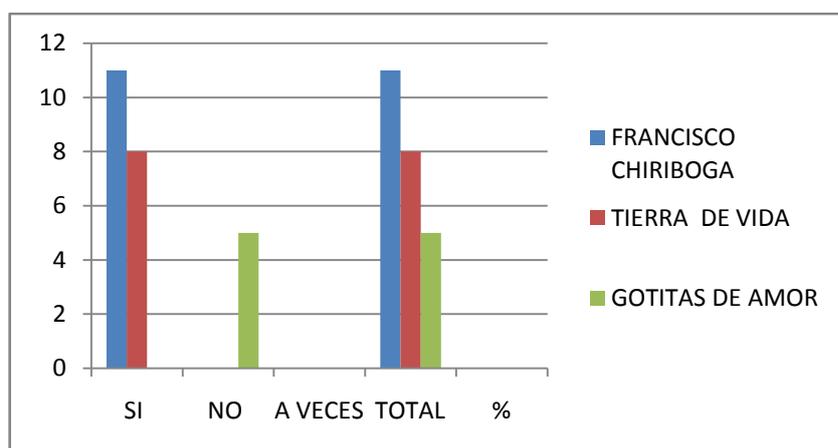
|                            | SI           | NO           | A VECES | TOTAL     | %            |
|----------------------------|--------------|--------------|---------|-----------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>11</b>    | ----         | ----    | <b>11</b> | <b>45.84</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>08</b>    | ----         | ----    | <b>08</b> | <b>33.3</b>  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | ----         | <b>05</b>    | ----    | <b>5</b>  | <b>20.83</b> |
| <b>TOTAL</b>               | <b>19</b>    | <b>05</b>    | ----    | -----     |              |
| <b>%</b>                   | <b>79.17</b> | <b>20.83</b> | ----    | ----      | <b>100%</b>  |

**Fuente:** Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil

**Elaborado por:** Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 11**

**Ambiente de alimentación**



**Análisis e interpretación**

El 79.17 % correspondiente al personal encargado del Centro Infantil Francisco Chiriboga considera que el ambiente donde se alimentan los niños/as es agradable, mientras que Tierra de Vida y Gotitas de Amor, 20.83%, dicen que no lo es.

El lugar donde se alimentan los niños/as del Centro Infantil Francisco Chiriboga y Tierra de Vida sí es agradable, en tanto que en el Centro Infantil Gotitas de Amor no lo es; por lo que se sugiere trabajar en autogestión.

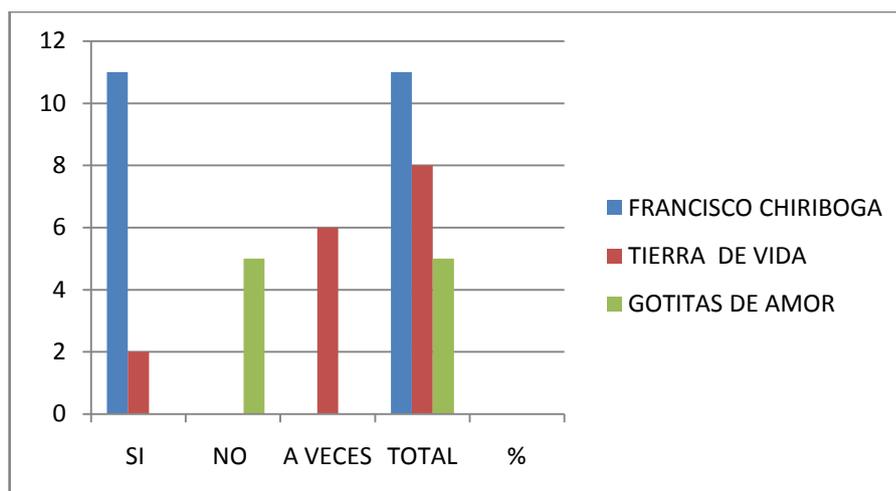
**11. ¿Motiva usted cuando los niños no desean ingerir alimentos?**

**CUADRO N° 17**

|                            | SI           | NO           | A VECES     | TOTAL       | %            |
|----------------------------|--------------|--------------|-------------|-------------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>11</b>    | <b>----</b>  | <b>----</b> | <b>11</b>   | <b>45.84</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>02</b>    | <b>----</b>  | <b>06</b>   | <b>08</b>   | <b>33.3</b>  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | <b>----</b>  | <b>05</b>    | <b>----</b> | <b>05</b>   | <b>20.83</b> |
| <b>TOTAL</b>               | <b>13</b>    | <b>05</b>    | <b>06</b>   | <b>24</b>   |              |
| <b>%</b>                   | <b>54.16</b> | <b>20.84</b> | <b>25</b>   | <b>----</b> | <b>100%</b>  |

**Fuente:** Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil  
**Elaborado por:** Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 12**  
**Motivación para la alimentación**



**Análisis e interpretación**

El 45.84% correspondiente al Centro Infantil Francisco Chiriboga, manifiesta que sí motiva a los niños; en el Centro Infantil Tierra de Vida, el 8.32%, si motiva, el 25% a veces lo hace. En el Centro Infantil Gotitas de Amor, 20.84%, dice que no lo hace.

Por lo que concluimos que, los niños sí reciben motivación al momento de alimentarles, por parte del personal de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga y Tierra de Vida, en tanto que los niños del Centro Infantil Gotitas de Amor no la tienen; e ahí la importancia de que el personal sea capacitado en el trato con los niños.

**12. ¿Ha recibido capacitación sobre nutrición infantil?**

**CUADRO N° 18**

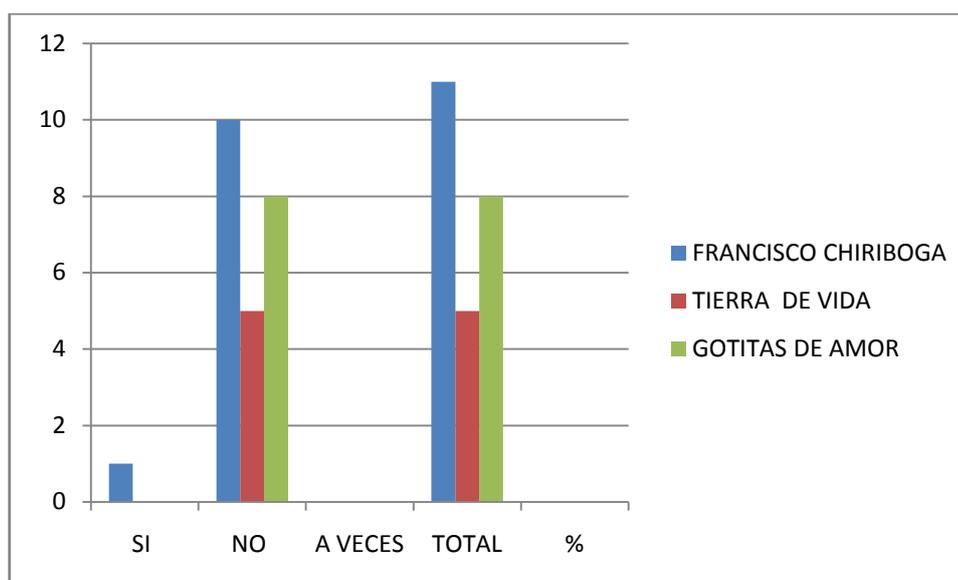
|                            | SI          | NO        | A VECES     | TOTAL       | %            |
|----------------------------|-------------|-----------|-------------|-------------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>01</b>   | <b>10</b> | <b>----</b> | <b>11</b>   | <b>45.84</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>----</b> | <b>05</b> | <b>----</b> | <b>05</b>   | <b>33.3</b>  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | <b>----</b> | <b>08</b> | <b>----</b> | <b>08</b>   | <b>20.83</b> |
| <b>TOTAL</b>               | <b>----</b> | <b>24</b> | <b>----</b> | <b>----</b> |              |
| <b>%</b>                   | <b>01</b>   | <b>99</b> | <b>----</b> | <b>----</b> | <b>100%</b>  |

Fuente: Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil

Elaborado por: Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 13**

**Capacitación en Nutrición Infantil**



**Análisis e interpretación**

El 99% del personal encargado de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor manifiesta que no ha recibido capacitación sobre nutrición infantil.

En conclusión es necesario que los Centros Infantiles cuenten con un programa de capacitación en el área de nutrición infantil.

**13. ¿Cree usted que es necesario tener una buena alimentación en la infancia?**

**CUADRO N° 19**

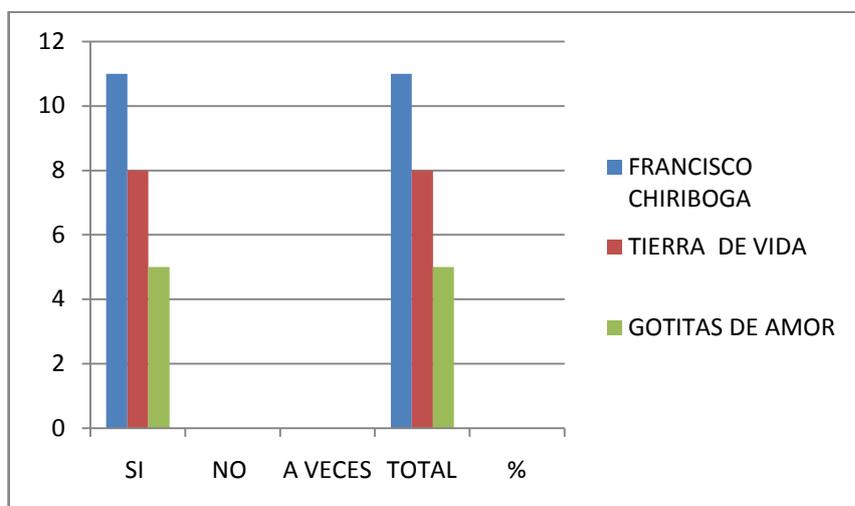
|                            | SI         | NO    | A VECES | TOTAL     | %            |
|----------------------------|------------|-------|---------|-----------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>11</b>  | ----  | ----    | <b>11</b> | <b>45.84</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>08</b>  | ----  | ----    | <b>08</b> | <b>33.3</b>  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | <b>05</b>  | ----- | ----    | <b>5</b>  | <b>20.83</b> |
| <b>TOTAL</b>               | <b>24</b>  | ----  | ----    | <b>24</b> |              |
| <b>%</b>                   | <b>100</b> |       | ----    | ----      | <b>100%</b>  |

Fuente: Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil

Elaborado por: Germania Vallejo C..

**GRÁFICO N° 14**

**Alimentación en la infancia**



**Análisis e interpretación**

El 100 % del personal de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor cree que sí es necesario tener una buena alimentación en la infancia.

En conclusión los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor consideran que es importante que los niños tengan una buena alimentación en la infancia.

**14. ¿Usted se realiza exámenes médicos periódicamente?**

**CUADRO N° 20**

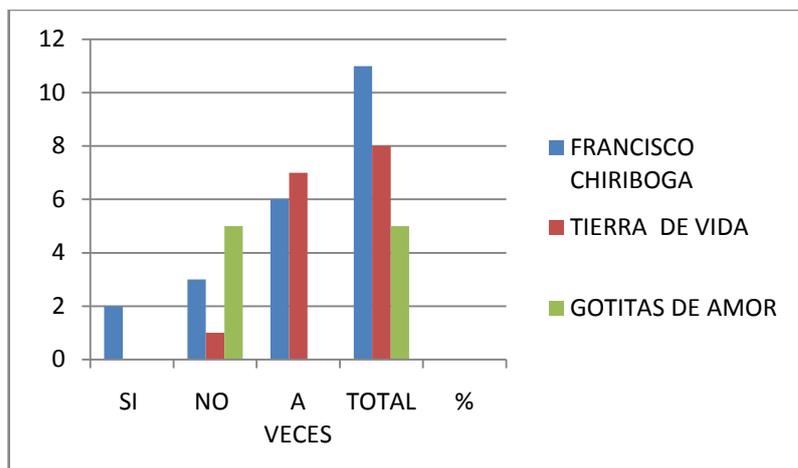
|                            | SI           | NO          | A VECES      | TOTAL       | %            |
|----------------------------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>02</b>    | <b>03</b>   | <b>06</b>    | <b>11</b>   | <b>45.84</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>----</b>  | <b>01</b>   | <b>07</b>    | <b>08</b>   | <b>33.3</b>  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | <b>-----</b> | <b>05</b>   | <b>----</b>  | <b>5</b>    | <b>20.83</b> |
| <b>TOTAL</b>               | <b>02</b>    | <b>08</b>   | <b>13</b>    | <b>24</b>   |              |
| <b>%</b>                   | <b>18.34</b> | <b>27.5</b> | <b>54.16</b> | <b>----</b> | <b>100%</b>  |

**Fuente:** Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil.

**Elaborado por:** Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 15**

**Periodicidad de exámenes médicos**



**Análisis e interpretación**

La respuesta se divide entre un si, 18.34; no 27.5%; y, un contundente 54.16 % a veces se realizan exámenes médicos.

La mayoría del personal encargado de los Centros Infantiles no cumple con un requisito fundamental, el hacerse exámenes médicos; por lo que se debería orientar en la importancia que tiene cumplir con esta parte de la normativa.

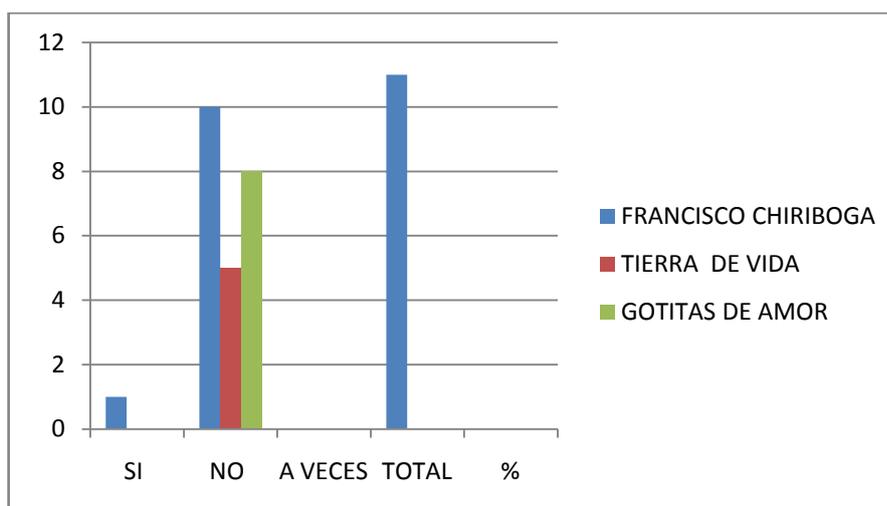
15. Con la experiencia que usted tiene, considera estar preparado para brindar alimentación balanceada a los niños.

**CUADRO N° 21**

|                            | SI          | NO         | A VECES     | TOTAL       | %            |
|----------------------------|-------------|------------|-------------|-------------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>01</b>   | <b>10</b>  | <b>----</b> | <b>11</b>   | <b>45.84</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>----</b> | <b>05</b>  | <b>----</b> | <b>----</b> | <b>33.3</b>  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | <b>----</b> | <b>08</b>  | <b>----</b> | <b>----</b> | <b>20.83</b> |
| <b>TOTAL</b>               | <b>----</b> | <b>24</b>  | <b>----</b> | <b>----</b> |              |
| <b>%</b>                   | <b>----</b> | <b>100</b> | <b>----</b> | <b>----</b> | <b>100%</b>  |

Fuente: Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil  
Elaborado por: Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 16**  
**Experiencia en nutrición**



**Análisis e interpretación:**

El 100% del personal encargado de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor considera que no están preparados para brindar alimentación balanceada a los niños.

En conclusión es necesario que el personal encargado de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor reciba capacitación adecuada para que puedan ofrecer una alimentación balanceada a los niños.

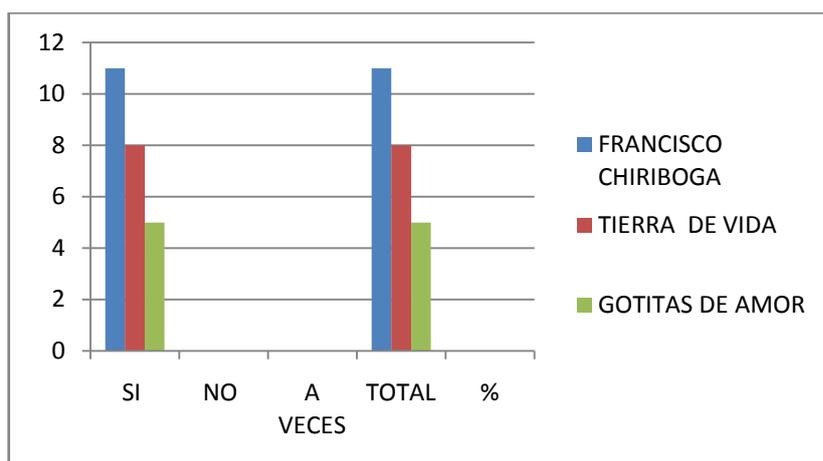
16. ¿Cree usted que es necesario crear una guía de alimentación para madres comunitarias?

CUADRO N° 22

|                     | SI  | NO   | A VECES | TOTAL | %     |
|---------------------|-----|------|---------|-------|-------|
| FRANCISCO CHIRIBOGA | 11  | ---- | ----    | 11    | 45.84 |
| TIERRA DE VIDA      | 08  | ---- | ----    | 08    | 33.3  |
| GOTITAS DE AMOR     | 05  | ---- | ----    | 5     | 20.83 |
| TOTAL               | 24  | ---- | ----    | 24    |       |
| %                   | 100 | ---- | ----    | ----  | 100%  |

Fuente: Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil  
Elaborado por: Germania Vallejo C.

GRÁFICO N° 17  
Necesidad de una guía de alimentación



### Análisis e interpretación

El 100% del personal encargado de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor, manifiestan que sí es necesario crear una guía de alimentación para madres comunitarias

En conclusión es necesaria la creación de una guía de alimentación alternativa de fácil manejo para madres comunitarias.

**17. El Centro Infantil cuenta con Nutricionista.**

**CUADRO N° 23**

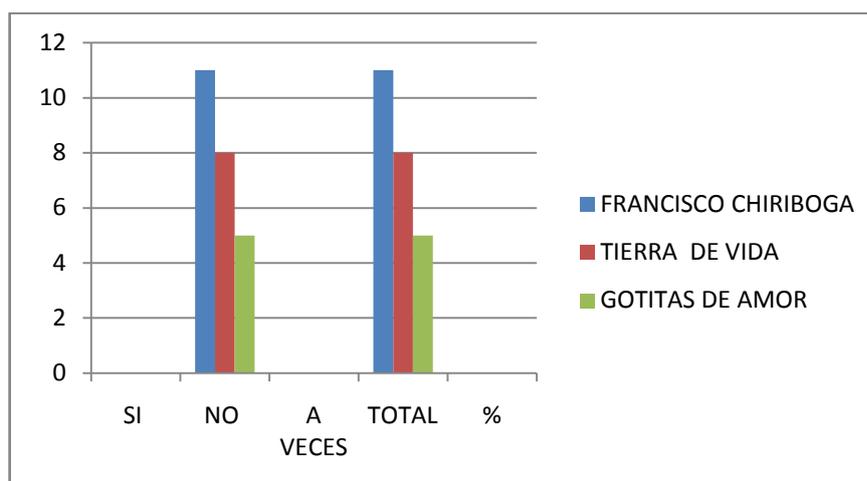
|                            | SI           | NO           | A VECES | TOTAL     | %            |
|----------------------------|--------------|--------------|---------|-----------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> |              | <b>11</b>    | ----    | <b>11</b> | <b>45.84</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | -----        | <b>08</b>    | ----    | <b>08</b> | <b>33.3</b>  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | -----        | <b>05</b>    | ----    | <b>5</b>  | <b>20.83</b> |
| <b>TOTAL</b>               | <b>11</b>    | <b>13</b>    | ----    | <b>24</b> |              |
| <b>%</b>                   | <b>45.84</b> | <b>54.16</b> | ----    | ----      | <b>100%</b>  |

**Fuente:** Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil

**Elaborado por:** Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 18**

**Nutricionista**



**Análisis e Interpretación**

El 45.84% correspondiente al Centro Infantil Francisco Chiriboga manifiesta que sí cuenta con Nutricionista, mientras que Tierra de Vida y Gotitas de Amor en un 54.16 % dicen que no cuentan con este servicio profesional.

En conclusión debemos decir que es de gran importancia que todos los Centros Infantiles Tierra de Vida y Gotitas de Amor cuenten con nutricionista y ecónoma.

**17. Hierve el agua para que los niños consuman.**

**CUADRO N° 24**

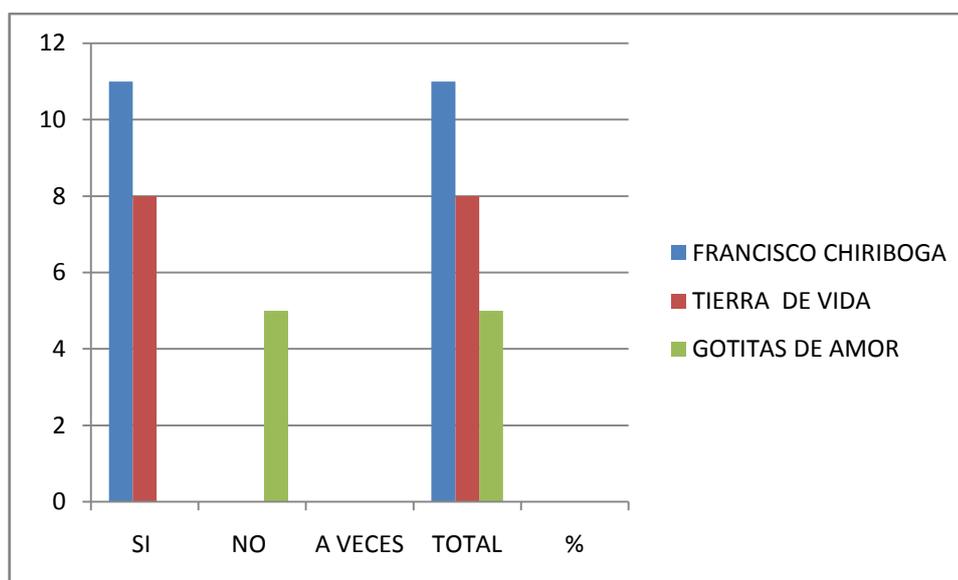
|                            | SI           | NO           | A VECES | TOTAL     | %            |
|----------------------------|--------------|--------------|---------|-----------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>11</b>    | ----         | ----    | <b>11</b> | <b>45.84</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>08</b>    | ----         | ----    | <b>08</b> | <b>33.3</b>  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | -----        | <b>5</b>     | ----    | <b>5</b>  | <b>20.83</b> |
| <b>TOTAL</b>               | <b>19</b>    | <b>5</b>     | ----    | <b>24</b> |              |
| <b>%</b>                   | <b>79.17</b> | <b>20.83</b> | ----    | ----      | <b>100%</b>  |

**Fuente:** Encuesta aplicada al personal encargado del Centro Infantil.

**Elaborado por:** Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 19**

**Agua Hervida**



**Análisis e Interpretación**

El 79.17 % que corresponde a los Centros Infantiles Francisco Chiriboga y Tierra de Vida manifiestan que sí hierven el agua, mientras que Gotitas de Amor, 20.83%, dicen que no lo hacen.

En conclusión el personal encargado de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga y Tierra de Vida sí hierva el agua.

### 3.11 ENCUESTA DIRIGIDA A LOS PADRES DE FAMILIA

#### 1. El local permanece completamente limpio, libre de orina, heces fecales, basura, polvo

CUADRO N° 25

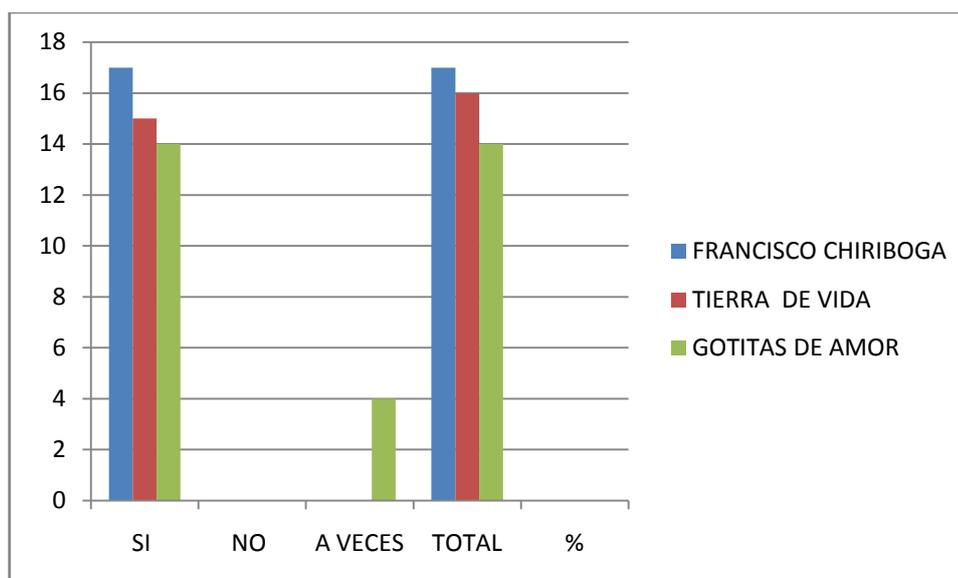
|                     | SI   | NO   | A VECES | TOTAL | %     |
|---------------------|------|------|---------|-------|-------|
| FRANCISCO CHIRIBOGA | 17   | ---- | ----    | 17    | 36.2  |
| TIERRA DE VIDA      | 16   | ---- | ----    | 16    | 34.0  |
| GOTITAS DE AMOR     | 10   | ---- | 04      | 14    | 29.8  |
| TOTAL               | 43   | ---- | 04      | 47    | ----- |
| %                   | 91.5 | ---- | 8.5     | ----  | 100%  |

Fuente: Encuesta dirigida a los Padres de Familia

Elaborado por: Germania Vallejo C.

GRÁFICO N° 20

Limpieza del local



#### Análisis e Interpretación

El 91.5% de Padres de Familia de los Centros Infantiles investigados, manifiesta que el local permanece completamente limpio, libre de orina, heces fecales, basura, polvo mientras que en el 8.5 %, dicen que no se mantiene limpio el local del Centro Infantil.

Visto el cuadro y gráfico, de manera general, sí se mantienen el local limpio libre de orina, heces fecales, basura, polvo etc.

2. Se utiliza con frecuencia los alimentos de temporada que se producen en la zona

CUADRO N° 26

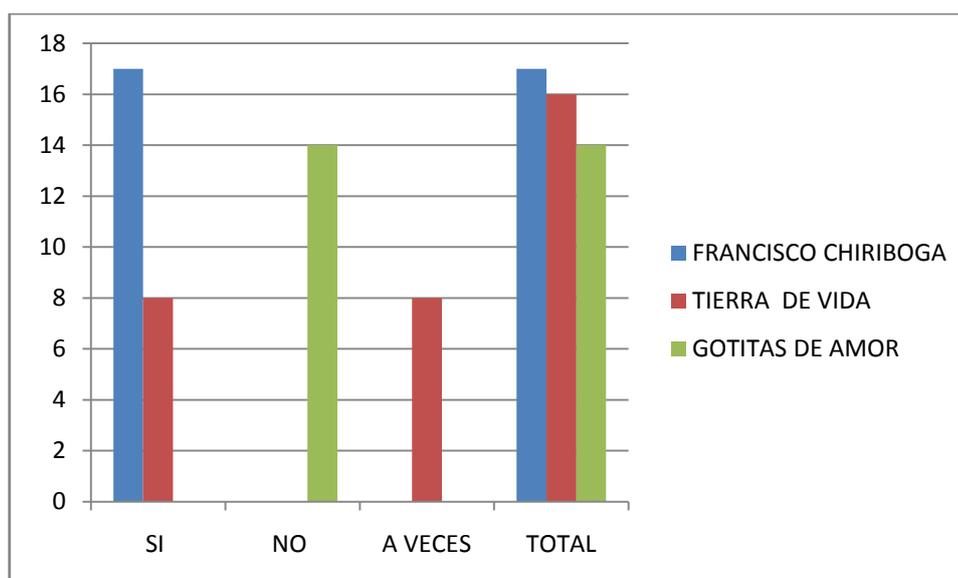
|                            | SI    | NO   | A VECES | TOTAL | %     |
|----------------------------|-------|------|---------|-------|-------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | 17    | ---- | ----    | 17    | 36.2  |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | 8     | ---- | 8       | 16    | 34.0  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | ----- | 14   | ----    | 14    | 29.8  |
| <b>TOTAL</b>               | 25    | 14   | 08      | 47    | ----- |
| <b>%</b>                   | 53.2  | 29.8 | 17.0    | ----  | 100%  |

Fuente: Encuesta dirigida a los Padres de Familia

Elaborado por: Germania Vallejo C.

GRÁFICO N° 21

Uso de los alimentos de la zona



**Análisis e Interpretación**

El 53.2 % de Padres de Familia manifiestan que sí se utiliza con frecuencia los alimentos que se producen en la zona, el 29.8 % dicen que no, en tanto que Tierra de Vida, 17 %, dice que a veces utilizan productos de la zona.

Visto el cuadro y gráfico en conclusión los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor si se utiliza con frecuencia los alimentos que se producen en la zona.

3. El lugar donde preparan los alimentos tiene la seguridad pertinente para que niños/as no ingresen.

**CUADRO N° 27**

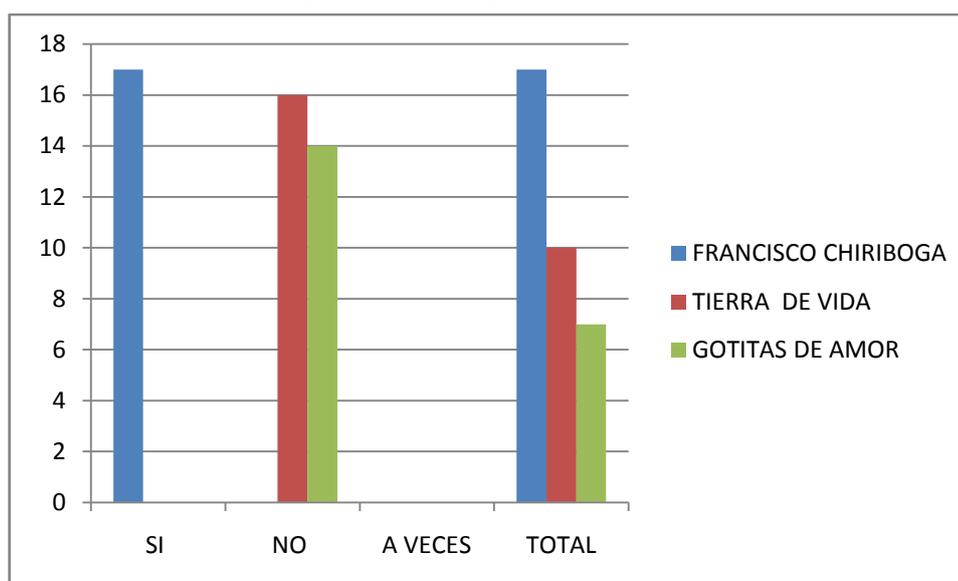
|                            | SI    | NO   | A VECES | TOTAL | %     |
|----------------------------|-------|------|---------|-------|-------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | 17    | ---- | ----    | 17    | 36.2  |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | ----- | 16   | ----    | 10    | 34.0  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | ----- | 14   | ----    | 07    | 29.8  |
| <b>TOTAL</b>               | 17    | 30   | ----    | 27    | ----- |
| <b>%</b>                   | 36.2  | 63.8 | ----    | ----  | 100%  |

Fuente: Encuesta dirigida a los Padres de Familia

Elaborado por: Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 22**

Seguridad del lugar donde se preparan los alimentos



### **Análisis e Interpretación**

El 36.2 % correspondiente a los Padres de Familia del Centro Infantil Francisco Chiriboga, manifiesta que el lugar donde preparan los alimentos sí tienen la seguridad pertinente para que niños/as no ingresen; mientras que el 63.8 % correspondiente a los Padres de Familia de Tierra de Vida y Gotitas de Amor manifiestan que no tienen las seguridades suficientes que impidan que sus hijos puedan ingresar a la cocina.

En conclusión en los Centros Infantiles Tierra de Vida y Gotitas de Amor existe un alto de riesgo de que los niños sufras accidentes debido a la inseguridad del lugar.

4. ¿Considera usted agradable el ambiente donde se alimentan los niños?

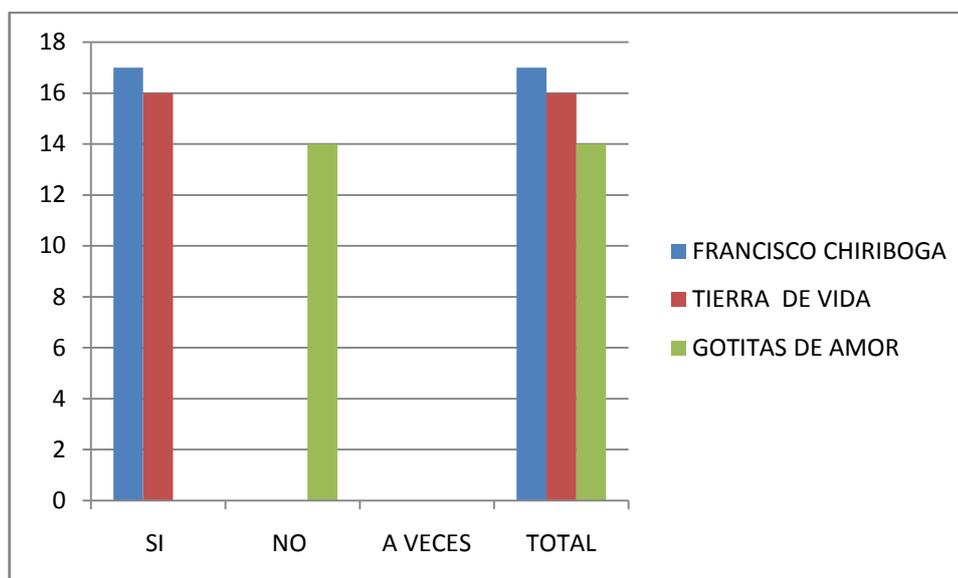
CUADRO N° 28

|                            | SI          | NO          | A VECES | TOTAL     | %           |
|----------------------------|-------------|-------------|---------|-----------|-------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>17</b>   | ----        | ----    | <b>17</b> | <b>36.2</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>16</b>   | ----        | ----    | <b>16</b> | <b>34.0</b> |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | -----       | <b>14</b>   | ----    | <b>14</b> | <b>29.8</b> |
| <b>TOTAL</b>               | <b>33</b>   | <b>14</b>   | ----    | <b>47</b> | -----       |
| <b>%</b>                   | <b>70.2</b> | <b>29.8</b> | ----    | ----      | <b>100%</b> |

Fuente: Encuesta dirigida a los Padres de Familia  
Elaborado por Germania Vallejo C.

GRÁFICO N° 23

Ambiente del lugar de alimentación



**Análisis e interpretación**

El 70.2 % de Padres de Familia correspondiente al Centro Infantil Francisco Chiriboga y Tierra de Vida manifiesta que sí es agradable el ambiente donde se alimentan los niños/as, en tanto que el Gotitas de Amor (29.8 %) dice que el ambiente no es agradable.

En conclusión, en los Centros Infantiles, el lugar donde se alimentan los niños sí es agradable.

**5. ¿Cree usted que las madres comunitarias están capacitadas para cuidar la alimentación de los niños que están a su cuidado?**

**CUADRO N° 29**

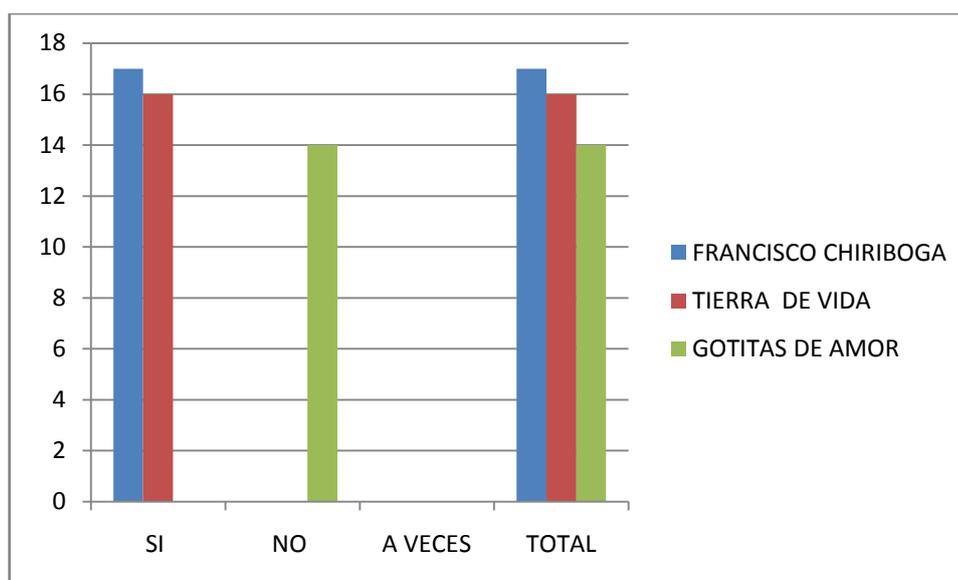
|                            | SI   | NO   | A VECES | TOTAL | %     |
|----------------------------|------|------|---------|-------|-------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | 17   | ---- | ----    | 17    | 36.2  |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | 16   | ---- | ----    | 16    | 34.0  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | ---- | 14   | ----    | 14    | 29.8  |
| <b>TOTAL</b>               | 33   | 14   | ----    | 47    | ----- |
| <b>%</b>                   | 70.2 | 29.8 | ----    | 100%  | 100%  |

**Fuente:** Encuesta dirigida a los Padres de familia.

**Elaborado por:** Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 24**

**Capacitación de las madres en nutrición**



**Análisis e Interpretación**

El 70.2% correspondiente a los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida manifiesta que las madres comunitarias sí están capacitadas pero que podrían recibir más capacitación. Para el 29.8 % restante, expresa que no las madres no tienen un conocimiento cabal sobre nutrición.

En conclusión es importante que las madres comunitarias de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor tengan mayor capacitación en cuidado de niños.

6. ¿Cree usted que las personas encargadas del manejo de alimentos tienen el conocimiento suficiente?

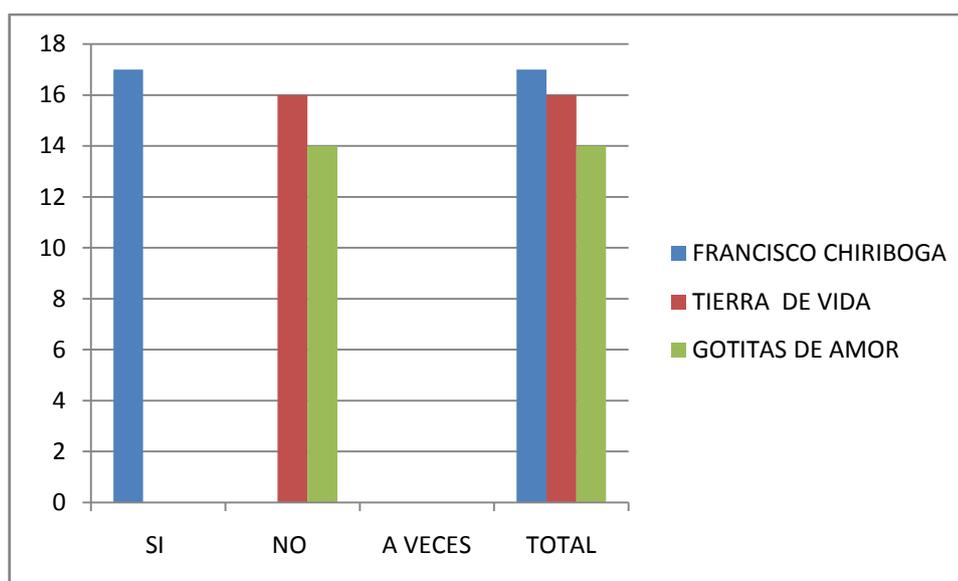
**CUADRO N° 30**

|                            | SI   | NO   | A VECES | TOTAL | %    |
|----------------------------|------|------|---------|-------|------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | 17   | ---- | ----    | 17    | 36.2 |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | ---- | 16   | ----    | 16    | 34.0 |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | ---- | 14   | ----    | 14    | 29.8 |
| <b>TOTAL</b>               | 17   | 30   | ----    | 47    | ---- |
| <b>%</b>                   | 36.2 | 63.8 | ----    | ----  | 100% |

Fuente: Encuesta dirigida a los Padres de Familia

Elaborado por: Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 25**  
Conocimientos en nutrición



### Análisis e Interpretación

El 36.2% correspondiente a los Padres de Familia del Centro Infantil Francisco Chiriboga manifiesta que las personas encargadas del manejo de alimentos sí tienen el conocimiento suficiente, en tanto que Tierra de Vida y Gotitas de Amor (63.8%) dice que no están en capacidad de manejar los alimentos.

En conclusión es importante que se difunda mayores alternativas de las formas de manejo de los alimentos en los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor.

**7. Las madres comunitarias observan medidas de aseo para preparar los alimentos.**

**CUADRO N° 31**

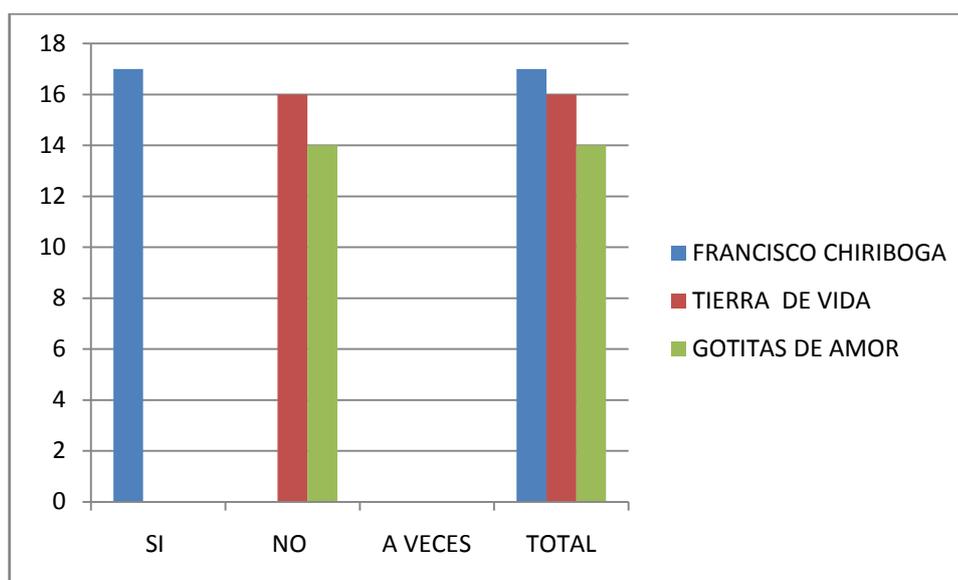
|                            | SI          | NO          | A VECES     | TOTAL       | %            |
|----------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>17</b>   | <b>----</b> | <b>----</b> | <b>17</b>   | <b>36.2</b>  |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>----</b> | <b>16</b>   | <b>----</b> | <b>16</b>   | <b>34.0</b>  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | <b>----</b> | <b>14</b>   | <b>----</b> | <b>14</b>   | <b>29.8</b>  |
| <b>TOTAL</b>               | <b>17</b>   | <b>30</b>   | <b>----</b> | <b>47</b>   | <b>-----</b> |
| <b>%</b>                   | <b>36.2</b> | <b>73.8</b> | <b>----</b> | <b>100%</b> | <b>100%</b>  |

Fuente: Encuesta dirigida a los Padres de Familia

Elaborado por: Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 26**

**Medidas de aseo**



**Análisis e Interpretación**

El 36.2 % manifiesta que las madres comunitarias sí observan medidas de aseo en tanto que el 73.8% de los Centros Infantiles Tierra de Vida y Gotitas de Amor manifiestan que no.

En conclusión en los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor no existe la suficiente precaución para mantener el aseo debido al lugar donde se preparan los alimentos.

## 8. Los niños consumen alimentos frescos

**CUADRO N° 32**

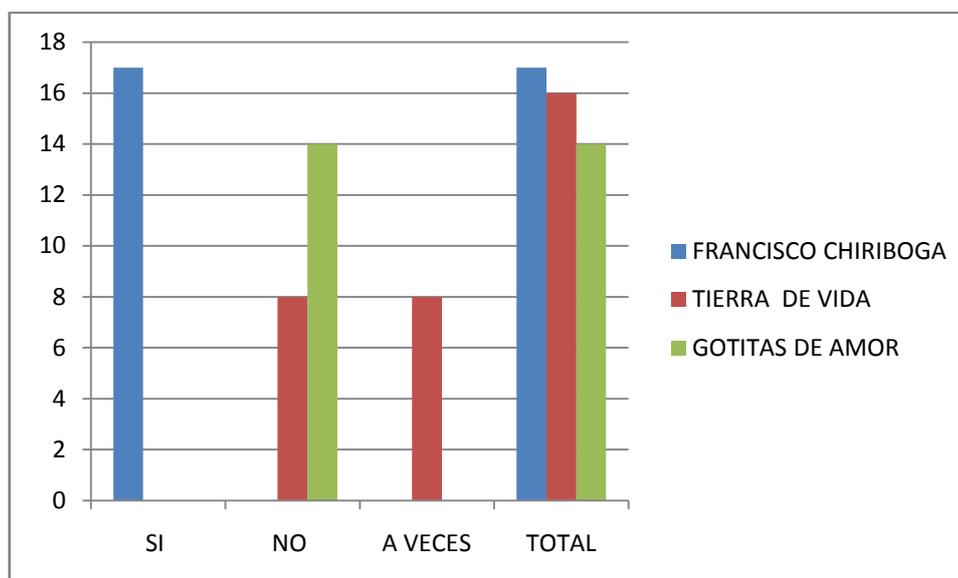
|                            | SI           | NO          | A VECES     | TOTAL       | %            |
|----------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>17</b>    | <b>----</b> | <b>----</b> | <b>17</b>   | <b>36.2</b>  |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>-----</b> | <b>8</b>    | <b>8</b>    | <b>16</b>   | <b>34.0</b>  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | <b>-----</b> | <b>14</b>   | <b>----</b> | <b>14</b>   | <b>29.8</b>  |
| <b>TOTAL</b>               | <b>17</b>    | <b>22</b>   | <b>08</b>   | <b>47</b>   | <b>-----</b> |
| <b>%</b>                   | <b>36.2</b>  | <b>46.8</b> | <b>17.0</b> | <b>----</b> | <b>100%</b>  |

**Fuente:** Encuesta dirigida a los Padres de Familia

**Elaborado por:** Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 27**

**Alimentos frescos**



### Análisis e Interpretación

El 36.2% de Padres de Familia manifiestan que si mantienen los alimentos frescos, el 46.8% dicen que no, y el 17.0% dice que a veces conservan frescos los alimentos.

En conclusión en los Centros Infantiles Tierra de Vida y Gotitas de Amor los alimentos no permanecen frescos.

9. Colocan en un lugar visible o en el cartel el MENÚ de la semana

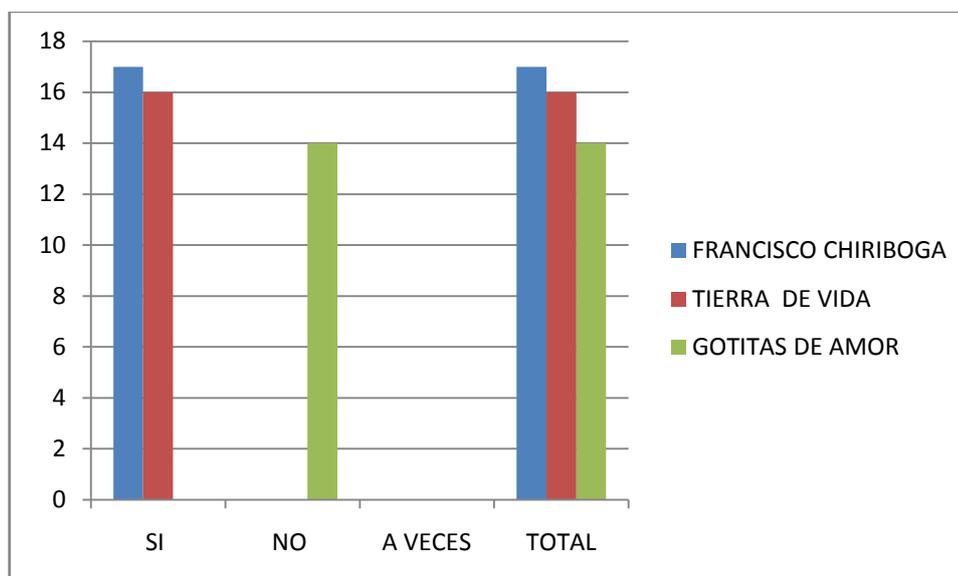
CUADRO N° 33

|                            | SI          | NO          | A VECES | TOTAL     | %           |
|----------------------------|-------------|-------------|---------|-----------|-------------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | <b>17</b>   | ----        | ----    | <b>17</b> | <b>36.2</b> |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | <b>16</b>   | ----        | ----    | <b>16</b> | <b>34.0</b> |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | -----       | <b>14</b>   | ----    | <b>14</b> | <b>29.8</b> |
| <b>TOTAL</b>               | <b>33</b>   | <b>14</b>   | ----    | <b>47</b> | -----       |
| <b>%</b>                   | <b>70.2</b> | <b>29.8</b> | ----    | ----      | <b>100%</b> |

Fuente: Encuesta dirigida a los Padres de Familia

Elaborado por: Germania Vallejo C.

GRÁFICO N° 28  
Visibilidad del MENÚ de la semana



**Análisis e Interpretación**

El 70.2 % correspondiente al Francisco Chiriboga y Tierra de Vida dice que sí colocan en un lugar visible el cartel del MENÚ de la semana, mientras que Gotitas de Amor, 29.8%, dice que no lo hacen.

En conclusión en los Centros Infantiles Francisco Chiriboga y Tierra de Vida si colocan en un lugar visible o en el cartel el MENÚ de la semana.

**10. Usted proporciona a su niño alimentos como cachitos, papas enfundadas, pinchos, salchipapas u otros (comida chatarra).**

**CUADRO N° 34**

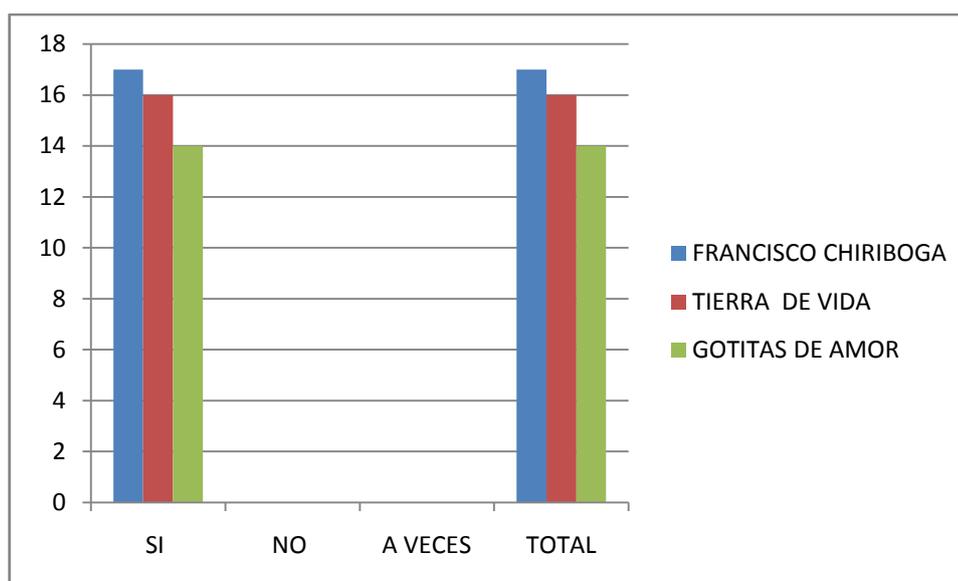
|                            | SI  | NO   | A VECES | TOTAL | %     |
|----------------------------|-----|------|---------|-------|-------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | 17  | ---- | ----    | 17    | 36.2  |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | 16  | ---- | ----    | 16    | 34.0  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | 14  | ---- | ----    | 14    | 29.8  |
| <b>TOTAL</b>               | 47  | ---- | ----    | 47    | ----- |
| <b>%</b>                   | 100 | ---- | ----    | ----  | 100%  |

Fuente: Encuesta dirigida a los Padres de Familia

Elaborado por: Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 29**

**Comida chatarra**



**Análisis e Interpretación**

El 100% de Padres de Familia de los Centros Infantiles investigados dicen que sí proporciona a su niño alimentos como cachitos, papas de funda, pinchos, salchipapas u otra (comida chatarra).

En conclusión se debe capacitar sobre las consecuencias nutricionales que provoca el consume excesivo de alimentos industrializados o comida chatarra a los Padres de Familia de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor.

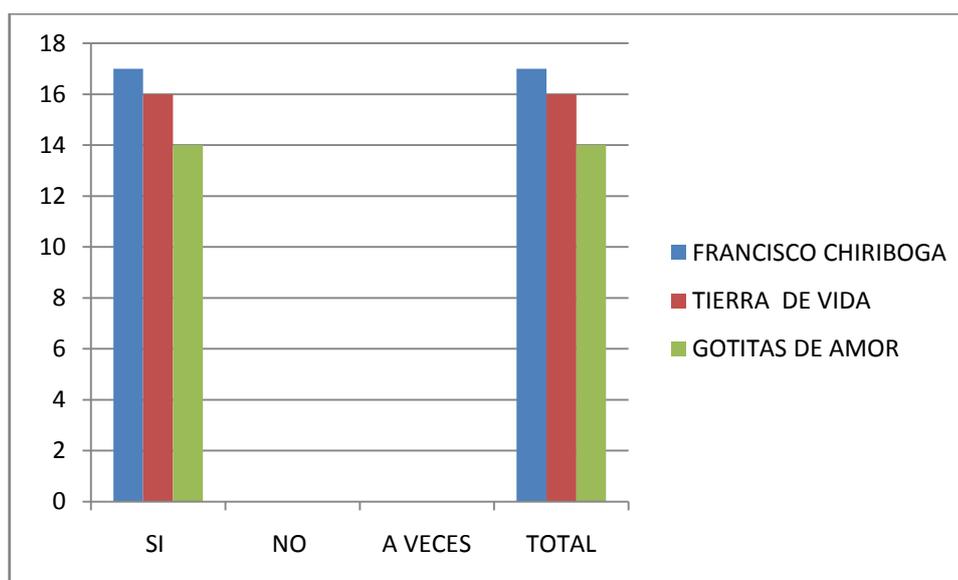
**11. Considera usted necesario la creación de una guía nutricional para madres comunitarias.**

**CUADRO N° 35**

|                            | SI  | NO   | A VECES | TOTAL | %     |
|----------------------------|-----|------|---------|-------|-------|
| <b>FRANCISCO CHIRIBOGA</b> | 17  | ---- | ----    | 17    | 36.2  |
| <b>TIERRA DE VIDA</b>      | 16  | ---- | ----    | 16    | 34.0  |
| <b>GOTITAS DE AMOR</b>     | 14  | ---- | ----    | 14    | 29.8  |
| <b>TOTAL</b>               | 47  | ---- | ----    | 47    | ----- |
| <b>%</b>                   | 100 | ---- | ----    | ----  | 100%  |

**Fuente:** Encuesta dirigida a los Padres de Familia  
**Elaborado por:** Germania Vallejo C.

**GRÁFICO N° 30 Necesidad de una Guía Nutricional**



**Análisis e Interpretación**

El 100% de Padres de Familia de los Centros Infantiles investigados considera que es necesaria la elaboración de una guía nutricional para madres comunitarias.

En conclusión es importante el diseño, elaboración y aplicación de de una propuesta alternativa de alimentación para madres comunitarias de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor.

### 3.12 RESUMEN DE LOS RESULTADOS DE LA ENCUESTA

Cuadro 36

| PREGUNTAS   | SI   | NO  | A VECES     |
|---|--|---|-------------|
| 1. ¿Hierve la vajilla que utilizan los niños?   | Francisco Chiriboga                                    | Gotitas de Amor                                     | Tierra Vida |
| 2. ¿Ha recibido algún curso sobre manipulación, preparación y conservación de alimentos?                | Francisco Chiriboga                                    | Tierra Vida<br>Gotitas de Amor                      |             |
| 3. ¿Ha recibido capacitación sobre nutrición infantil?  | Francisco Chiriboga                                    | Francis.Chiriboga<br>Tierra Vida<br>Gotitas de Amor |             |
| 4. ¿Realiza un control interno sobre el manejo económico del Centro Infantil?                           | Francisco Chiriboga<br>Tierra Vida                     | Gotitas de Amor                                     |             |
| 5. ¿El local permanece completamente limpio, libre de orina, heces fecales, basura, polvo?              | Francisco Chiriboga<br>Tierra Vida<br>Gotitas de Amor  |   |             |
| 6. ¿Se utiliza con frecuencia los alimentos que se producen en la zona?                                 | Francisco Chiriboga<br>Tierra Vida                     | Gotitas de Amor                                     |             |
| 7. ¿El lugar donde preparan los alimentos tiene la seguridad pertinente para que los niños no ingresen? | Francisco Chiriboga                                    | Tierra Vida<br>Gotitas de Amor                      |             |
| 8. ¿Considera Usted agradable el ambiente donde se alimentan los niños?                                 | Francisco Chiriboga<br>Tierra Vida                     | Gotitas de Amor                                     |             |
| 9. ¿Usted proporciona a su niño/a alimentos como cachitos, papas enfundadas, pinchos, salchipapas?      | Francisco Chiriboga<br>Tierra Vida,<br>Gotitas de Amor |   |             |
| 10. ¿Cree usted que es necesario crear una guía nutricional para madres comunitarias?                   | Francisco Chiriboga<br>Tierra Vida,<br>Gotitas de Amor |   |             |

### **3.13 INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS DE LA ENCUESTA**

**1. ¿El personal encargado de cocina hierva la vajilla que utilizan los niños?**

En el Centro Infantil Francisco Chiriboga si hierva la vajilla utilizada frecuentemente; el Centro Infantil Tierra de Vida lo realiza a veces y Gotitas de Amor no lo hace.

**2. ¿Ha recibido algún curso sobre manipulación, preparación, conservación de alimentos?**

En el Francisco Chiriboga, únicamente la ecónoma ha recibido capacitación en manipulación, preparación, conservación de alimentos, mientras que, los Centros Infantiles Tierra de Vida y Gotitas de Amor no tienen conocimientos en esta área.

**3. ¿Ha recibido capacitación en nutrición infantil?**

En el Centro Infantil Francisco Chiriboga, solo la ecónoma ha recibido capacitación en nutrición infantil, mientras que el Tierra de Vida y Gotitas de Amor no tienen conocimientos en este tema.

**4. ¿Realiza un control interno sobre el manejo económico del Centro Infantil?**

Los Centros Infantiles Francisco Chiriboga y Tierra de Vida si realizan un control interno del manejo económico, en tanto que el Gotitas de Amor no lo hace.

**5. ¿El local permanece completamente limpio, libre orina heces fecales, basura, polvo?**

Los tres Centros Infantiles tienen un nivel aceptable de aseo e higiene en los diferentes ambientes que se trabaja con los niños.

**6. ¿Se utiliza con frecuencia los alimentos que se producen en la zona?**

Los Centros Infantiles Francisco Chiriboga y Tierra de Vida sí utilizan con frecuencia los alimentos de la zona mientras que el Gotitas de Amor no lo hace.

**7. ¿El lugar donde preparan los alimentos tiene la seguridad pertinente para que los niños no ingresen?**

Solo el Centro Infantil Francisco Chiriboga tiene aislada el área de cocina de los demás ambientes. Mientras que Tierra de Vida y Gotitas de Amor tiene libre ingreso, a este lugar.

**8. ¿Considera Usted agradable el ambiente donde se alimentan los niños?**

En los Centros Infantiles Francisco Chiriboga y Tierra de Vida el lugar donde se alimentan los niños es agradable, en tanto que el Centro Infantil Gotitas de Amor no tiene un lugar destinado únicamente para la alimentación.

**9. ¿Usted proporciona a su niño/a alimentos como cachitos, papas de funda, pinchos, salchipapas, etc.?**

Los Padres de los Centros Infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor, si proporcionan alimentos industrializados a sus hijos.

**10. ¿Cree usted que es necesario crear una propuesta alternativa de alimentación para madres comunitarias?**

Los Centros Infantiles si consideran necesario crear una propuesta alternativa de alimentación para madres comunitarias.

### 3.14 RESULTADOS DE LA FICHA DE OBSERVACIÓN

#### 1.- DATOS INFORMATIVOS

- Centro Educativo de Investigación: “ FRANCISCO CHIRIBOGA ”
- Responsable de la Institución: Ms. Fanny Castillo
- Dirección: Junín s/n y Nogales
- Teléfono: 2961536
- Persona Responsable de la Observación: Germania Vallejo
- Fecha: 14 al 30 de abril de 2009

#### 2.- ASPECTOS OBSERVADOS.

| CARACTERÍSTICA   | FRECUENCIA |                |               |
|--|------------|----------------|---------------|
|  | SIEMPRE    | OCASIONALMENTE | NO SE OBSERVA |
| Aseo de vajilla  | X          |                |               |
| Limpieza de alimentos  | X          |                |               |
| Conservación de los alimentos  |            | X              |               |
| Cuenta con la vajilla suficiente para el número de niños.  | X          |                |               |
| Mobiliario para guardar los utensilios de cocina pero sin puerta.  | X          |                |               |
| Muebles suficientes con puertas  | X          |                |               |
| Consumo de los alimentos de temporada que se producen en la zona.  | X          |                |               |
| Cuenta con una refrigeradora   | X          |                |               |
| Se encuentra en un lugar visible el MENÚ de la semana  |            |                | X             |
| Se encuentra orina o heces fecales en alguna parte del Centro.   |            |                | X             |
| Se encuentra basura, comida o polvo acumulado en el piso del Centro.   |            |                | X             |
| Existen basureros con tapa en los diferentes basureros del Centro.   |            |                | X             |
| Hay limpieza de la cocina, utensilios y comedor.   | X          |                |               |
| <b>INFRAESTRUCTURA</b>   |            |                |               |
| El local cuenta con una cocina independiente con paredes y puertas que no permite la entrada de los niños.           | X          |                |               |
| El local tiene un lugar para guardar los materiales de aseo y limpieza y los niños no tienen acceso a dicho espacio. | X          |                |               |

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| Posee suficientes letrinas e inodoros  | X |   |   |
| El local permanece completamente limpio, heces fecales, basura, polvo                      | X |   |   |
| El ambiente donde se alimentan los niños es agradable                                      | X |   |   |
| <b>RECURSOS HUMANOS</b>  |   |   |   |
| En el Centro existe una madre comunitaria por cada 8 - 10, 11 -15, 16 a 18 niños, 19 y más |   |   | X |
| Poseen Certificado de Salud las madres comunitarias  |   | X |   |
| Las madres comunitarias están capacitadas para cuidar la alimentación de los niños         |   |   | X |
| Los niños consumen alimentos industrializados  | X |   |   |

## INTERPRETACIÓN

### 1. HIGIENE Y CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS

El área está en buenas condiciones de salubridad. Los alimentos son lavados y conservados en los lugares respectivos (refrigerador).

La vajilla es suficiente para cada niño. Luego de su uso ésta es lavada y ubicada en un mobiliario debidamente cerrado para evitar que se contamine.

Los alimentos que consumen son los que se producen en la zona.

### 2. INFRAESTRUCTURA

La cocina es independiente y presenta las seguridades necesarias (paredes y puertas que bloquean el ingreso de los niños). Además observamos una decoración con colores llamativos.

Tiene un lugar específico para guardar los materiales de aseo y limpieza.

Hay independencia entre las diferentes áreas.

Poseen servicios higiénicos en suficiente número. Se conservan limpios.

### 3. RECURSOS HUMANOS

- Un Director
- Una psicóloga
- Cuatro educadoras parvularias
- Tres educadoras comunitarias
- Una ecónoma
- Una auxiliar de enfermería
- 110 niños

Las madres comunitarias no poseen certificado de salud ni capacitan en el área de nutrición.

**1.- DATOS INFORMATIVOS**

- Centro Educativo de Investigación: “TIERRA DE VIDA”
- Persona Responsable de la Institución: Lic. Clemencia Casignia
- Dirección: Juan Bernardo de León 09-57 y Puruhá
- Teléfono: 2951657
- Responsable de la Observación: Germania Vallejo
- Fecha: 5 al 19 de mayo de 2009

**2.- ASPECTOS OBSERVADOS.**

| <b>FRECUENCIA</b>  | <b>SIEMPRE</b> | <b>OCASIONAL</b> | <b>NO SE OBSERVA</b> |
|--|----------------|------------------|----------------------|
| <b>CARACTERÍSTICA</b>  |                |                  |                      |
| Aseo de vajilla  |                | X                |                      |
| Limpieza de alimentos  | X              |                  |                      |
| Conservación de los alimentos  |                |                  | X                    |
| El Centro cuenta con la vajilla suficiente para el número de niños.  |                |                  |                      |
| Mobiliario para guardar los utensilios de cocina pero sin puerta.  |                |                  | X                    |
| Muebles suficientes con puertas  |                |                  | X                    |
| Consumo de los alimentos que se producen en la zona.   | X              |                  |                      |
| El Centro cuenta con una refrigeradora   |                |                  | X                    |
| Se encuentra en un lugar visible el MENÚ de la semana  |                |                  | X                    |
| Se encuentra orina o heces fecales en alguna parte del Centro.   |                | X                |                      |
| Se encuentra basura, comida o polvo acumulado en el piso del Centro.   |                | X                |                      |
| Existen basureros con tapa en los diferentes basureros del Centro.   |                | X                |                      |
| Hay limpieza de la cocina, utensilios y comedor.   |                | X                |                      |
| <b>INFRAESTRUCTURA</b>   |                |                  |                      |
| El local cuenta con una cocina independiente con paredes y puertas que no permite la entrada de los niños.           |                |                  | X                    |
| El local tiene un lugar para guardar los materiales de aseo y limpieza y los niños no tienen acceso a dicho espacio. |                |                  | X                    |
| Posee suficientes letrinas e inodoros  |                | X                |                      |
| El local permanece completamente limpio,   |                | X                |                      |

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| heces fecales, basura, polvo  |   |  |   |
| El ambiente donde se alimentan los niños es agradable                                       |   |  | X |
| <b>RECURSOS HUMANOS</b>   |   |  |   |
| En el Centro existe una madre comunitaria por cada 8 - 10, 11 -15, 16 a 18 niños, 19 y más. |   |  | X |
| Poseen Certificado de Salud las madres comunitarias   |   |  | X |
| Las madres comunitarias están capacitadas para cuidar la alimentación de los niños          |   |  | X |
| Consumen los niños alimentos industrializados   | X |  |   |

## INTERPRETACIÓN

### 1. HIGIENE Y CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS

Como resultado de la observación se deduce que esta área no presenta condiciones de seguridad requeridas.

La cocina no posee puerta, por lo tanto los niños pueden ingresar sin ningún problema.

Los alimentos son lavados y conservados al aire libre.

La vajilla es suficiente para cada niño. Luego de su uso ésta es lavada y ubicada en un mueble sin puertas.

Los alimentos que consumen son los que se producen en la zona.

No se observan suficientes basurereros en la institución.

### 2. INFRAESTRUCTURA

La infraestructura de este centro infantil no es adecuada. El área de cocina no es independiente y no presenta las seguridades necesarias. Existe desorganización, puesto que no existe un lugar para cada cosa.

Las baterías sanitarias son escasas.

El espacio dedicado al comedor es pequeño aunque llamativa.

Las áreas deportivas son muy reducidas.

### 3. RECURSOS HUMANOS

- Una Directora
- Una educadora parvularia
- Seis educadoras comunitarias
- 65 niños

**1.- DATOS INFORMATIVOS**

- Centro Educativo de Investigación: **“GOTITAS DE AMOR”**
- Persona Responsable de la Institución: Sra. Fernanda Pino
- Dirección: Barrio San José de Chibunga
- Teléfono:
- Responsable de la Observación: Germania Vallejo
- Fecha: 21 al 5 de junio de 2009

**2.- ASPECTOS OBSERVADOS.**

| <b>FRECUENCIA</b><br><b>CARACTERÍSTICA</b>  | <b>SIEMPRE</b>  | <b>OCASIONALMENTE</b> | <b>NO SE OBSERVA</b> |
|---|-----------------|-----------------------|----------------------|
|   | Aseo de vajilla |                       |                      |
| Limpieza de alimentos   |                 |                       | X                    |
| Conservación de los alimentos   |                 |                       | X                    |
| El Centro cuenta con la vajilla suficiente para el número de niños.   | X               |                       |                      |
| Mobiliario para guardar los utensilios de cocina pero sin puerta.   |                 |                       | X                    |
| Muebles suficientes con puertas   |                 |                       | X                    |
| Consumo de los alimentos que se producen en la zona.  |                 | X                     |                      |
| El Centro cuenta con una refrigeradora  |                 |                       | X                    |
| Se encuentra en un lugar visible el MENÚ de la semana   |                 |                       | X                    |
| Se encuentra orina o heces fecales en alguna parte del Centro.  |                 | X                     |                      |
| Se encuentra basura, comida o polvo acumulado en el piso del Centro.  |                 | X                     |                      |
| Existen basureros con tapa en los diferentes basureros del Centro.  |                 | X                     |                      |
| Hay limpieza de la cocina, utensilios y comedor.  |                 |                       | X                    |
| <b>INFRAESTRUCTURA</b>  |                 |                       |                      |
| El local cuenta con una cocina independiente con paredes y puertas que no permite la entrada de los niños.  |                 |                       | X                    |
| El local tiene un lugar para guardar los materiales de aseo y limpieza y los niños no tienen acceso a dicho |                 |                       | X                    |

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| espacio.   |  |   |   |
| Tiene la independencia y separación de lugares para los grupos 0 – 2, 2 – 4 y 4 – 6        |  |   | X |
| Posee suficientes letrinas e inodoros  |  |   | X |
| El local permanece completamente limpio, heces fecales, basura, polvo                      |  | X |   |
| El ambiente donde se alimentan los niños es agradable                                      |  |   | X |
| <b>RECURSOS HUMANOS</b>  |  |   |   |
| En el Centro existe una madre comunitaria por cada 8 - 10, 11 -15, 16 a 18 niños, 19 y más |  |   | X |
| Poseen Certificado de Salud las madres comunitarias  |  |   | X |
| Las madres comunitarias están capacitadas para cuidar la alimentación de los niños         |  |   | X |
| Consumen los niños alimentos industrializados  |  | X |   |

## INTERPRETACIÓN

### 1. HIGIENE Y CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS

En este centro se observa que no hay higiene en el área de la cocina, existen residuos de comida sobre la mesa

El área no presenta las condiciones de seguridad requeridas.

La cocina no posee puerta, por lo tanto los niños pueden ingresar sin ningún problema.

Los alimentos son lavados y conservados al aire libre

La vajilla es suficiente para cada niño. Luego de su uso ésta es lavada y ubicada al aire libre.

Los alimentos que consumen son los que pueden conseguir.

No se observan suficientes basureros en la institución.

### 2. INFRAESTRUCTURA

La infraestructura de este centro infantil no es adecuada. El área de cocina no es independiente y no presenta las seguridades necesarias. Existe desorganización, puesto que no existe un lugar para cada cosa.

Las baterías sanitarias son insuficientes.

No hay comedor.

Las aulas de clase son improvisadas.

Las áreas deportivas son muy reducidas.

### **3. RECURSOS HUMANOS**

- Una Directora
- Cuatro educadoras comunitarias
- 45 niños

De las observaciones realizadas concluyo que de los tres centros, el “Francisco Chiriboga” es el que está en mejores condiciones; sin embargo es necesario que mejore los estándares de calidad en lo referente a nutrición ya que se requiere una dieta más balanceada

Los centros Gotitas de Amor y Tierra de Vida, se enfrentan a más limitaciones en cuanto a infraestructura, conservación de alimentos y recursos humanos, además no preparan los alimentos según los estándares de calidad, por lo que es necesaria y urgente la aplicación de un plan de mejoras.

### **3.15 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **3.15.1 CONCLUSIONES:**

De los resultados obtenidos, luego de tabular, analizar e interpretar los datos, se concluye en forma real y explícita el área nutricional, de los Centros Infantiles “Francisco Chiriboga”, “Gotitas de Amor” y “Tierra de Vida no se ajusta en su totalidad a los estándares de calidad de servicios nutricionales. Además:

1. La mayoría del personal encargado tienen poco conocimiento sobre la correcta nutrición y lo poco que conocen, no aplican satisfactoriamente.
2. Se verifica que el personal encargado de cocina, aplica menús en base a su conocimiento empírico, el mismo que no es el más indicado, debido a la falta de capacitación en el campo nutricional.
3. Existe inseguridad en los centros infantiles Gotitas de Amor y Tierra de Vida, y por lo tanto los niños corren riesgos de sufrir; por el contrario el centro Francisco Chiriboga tiene una correcta adecuación de esta área.
4. El Centro Infantil Francisco Chiriboga sí cuenta con refrigerador para conservar los alimentos; pero los otros dos: Tierra de Vida y Gotitas de Amor, no mantienen los alimentos frescos por falta de refrigerador o un frigorífico destinado para el efecto.
5. Los Centros Infantiles “Francisco Chiriboga”, “Gotitas de Amor” y “Tierra de Vida tienen un nivel aceptable de aseo e higiene en los ambientes y sectores donde se trabaja con los niños.
6. Los centros infantiles Tierra de Vida y Gotitas de Amor no cuentan con suficientes baterías higiénicas.
7. Los tres centros infantiles no cuentan con una guía alimenticia para que los niños/as tengan una adecuada nutrición y puedan desarrollar sus capacidades, habilidades y destrezas.

8. La utilización de los productos de la zona no es de forma frecuente.
9. Se concluye que el Centro Infantil Francisco Chiriboga brinda mejores condiciones para sus actividades; sin embargo es necesario contar con una propuesta alternativa de nutrición.

### **3.15.2 RECOMENDACIONES**

1. Diseñar una propuesta alternativa en el área Nutricional de acuerdo a los estándares de calidad establecidos por el MIES y de esta forma mejorar la calidad de los servicios en los Centros infantiles Francisco Chiriboga, Tierra de Vida y Gotitas de Amor.
2. Sugerir a los directores de los Centros Infantiles, la aplicación de esta propuesta alternativa.
3. Incluir en las dietas alimenticias productos de la zona.
4. Capacitar al personal en el área de nutrición, manejo y conservación de alimentos.
5. Organizar y distribuir de mejor forma el área donde se preparan los alimentos.

**“Los niños lo comprenden todo, mas que nosotros, y no olvidan nada”**  
*Miguel de Unamuno (1864-1936), filósofo español*

**El futuro del mundo depende del alimento de los niños.**

# CAPÍTULO IV

# PROPUESTA ALTERNATIVA

# **ESCUELA POLITÉCNICA DEL EJÉRCITO**

**MODALIDAD DE EDUCACIÓN A DISTANCIA**

**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES**



**TEMA:**

**PROPUESTA ALTERNATIVA PARA EL ÁREA NUTRICIONAL DE LOS CENTROS INFANTILES “FRANCISCO CHIRIBOGA”, “GOTITAS DE AMOR” Y “TIERRA DE VIDA”, UTILIZANDO LOS ESTÁNDARES DE CALIDAD.**

**AUTORA: MARÍA GERMANIA VALLEJO CANDO**

**DIRECTOR/A: DRA. XIMENA TAPIA**

**COORDIRECTOR: DR. MILTON BENALCAZAR**

**SANGOLQUÍ - 2010**

## **ORGANIZACIÓN Y ADMINISTRACIÓN EN EL ÁREA NUTRICIONAL DE LOS CENTROS INFANTILES**



**MARIA GERMANIA VALLEJO CANDO**

## 1. INTRODUCCIÓN

Este documento tiene como fin ayudar en el área de nutrición y de manera especial a las madres comunitarias puesto que, muchas de ellas no tienen una preparación adecuada para organizar un MENÚ diario. Esta situación nos motiva a buscar alternativas que permitan mejorar los niveles de estándares de calidad en el área de nutrición en beneficio de los niños/as de los centros infantiles mejoren su alimentación.

Los alimentos son sustancias sólidas y líquidas que, al ser ingeridas se transforman químicamente en principios activos inmediatos que el organismo asimila y utiliza. El conjunto de estas transformaciones se denomina “digestión”. El cuerpo humano obtiene de los alimentos no sólo la energía necesaria para que nuestros órganos funcionen, sino también, las sustancias que renuevan continuamente las células de los tejidos. La mala alimentación afecta al normal funcionamiento del organismo, agrava la evolución de las enfermedades, al tiempo que facilita que se contraigan.

La alimentación es fundamental en el desarrollo físico de los niños, y está estadísticamente comprobado que un adulto mal alimentado rinde un 80% menos que uno bien alimentado.

La alimentación constituye un hecho en el que influyen todos los aspectos de la actividad social, como son el dinero de la producción industrial, los tabúes, la religión, etc”.<sup>21</sup>

La Organización Mundial de la Salud señala que “67 millones de niñas/os en el mundo tienen un peso y estatura inferior al que corresponde, como resultado de una ingesta alimenticia reducida”. Asimismo, según UNICEF el 40% de los menores de 5 años, en países de desarrollo, sufren retraso en el crecimiento de moderado a grave”<sup>22</sup>.

“En el Ecuador, el 86% de los habitantes se encuentran en la pobreza ...”<sup>23</sup> dura realidad que de hecho nos invita a pensar en el tipo de alimentación que recibe este grupo de pobres del país, “...investigaciones realizadas en 33 mil niños menores de 5 años, dan a conocer que

---

<sup>21</sup> Sagera, Fernandez, J.V., 1991 Cocina Natural 1ª edición Colombia Editores Osiris 1991

<sup>22</sup> Tomado de la pagina web de la OMS, fecha

<sup>23</sup> El Comercio mayo de 2006

6 de cada 10 infantes ecuatorianos son desnutridos”<sup>24</sup> debido a las difícil situación económica de la familia que ha obligado a cambiar las costumbres alimenticias, puesto que, no es posible adquirir alimentos que antes se solía consumir, así como se ha disminuido el número de ingestas, (numero de veces que se ingiere el alimento).

Como consecuencia de ello, tenemos hombres y mujeres mal alimentados, madres embarazadas que no alcanzan el peso ideal de su estado, bebés prematuros, niños desnutridos, con bajo peso y talla, vulnerables a las enfermedades y con dificultades de aprendizaje; individuos con menor capacidad productiva. Todo esto significa pérdidas económicas para el estado. Por ello se afirma: ***“invertir en nutrición es invertir en el desarrollo económico no solo familiar sino del país.”***

La desnutrición no afecta sólo al crecimiento, desarrollo físico y resistencia a las enfermedades, es además un factor decisivo en el desarrollo de la capacidad intelectual de la persona. Una alimentación deficiente afecta al desarrollo intelectual, principalmente en los niños, que tendrán problemas en la concentración y presentarán una cierta apatía que se reflejarán en un gran desinterés en los estudios, como consecuencia de ello, en fracasos escolares; además generalmente, presentan estos niños, un coeficiente intelectual más bajo que el resto de los niños bien nutridos. Todo ello se debe a que el cerebro, al igual que el resto del cuerpo sufre esta desnutrición en sus tejidos, por lo que se retrasa el desarrollo del sistema nervioso central. Se ha comprobado que la maduración cerebral más importante en la vida del hombre se produce durante los dos primeros años de vida. Teniendo en cuenta que las células nerviosas son estables en el organismo, esto es, incapaces de reproducirse, los daños producidos por una mala alimentación son irreversibles, es decir, que cualquier deficiencia jamás podría recuperarse. En la necesidad de una buena nutrición y la tendencia a ocupar hierbas medicinales para mejorar la calidad de vida de las personas, pueden utilizarse ambos mecanismos para mejorar la memoria y aumentar el poder de aprendizaje, ingiriendo sustancias alimenticias naturales no tóxicas (yerbas y alimentos), ricas en nutrientes que podrían incrementar la inteligencia.

Desde luego el objeto de estudio en este trabajo no pretende dar soluciones a problemas de salud en las personas, por otro lado, tampoco el insinuar determinadas conductas de

---

<sup>24</sup> Tomado de la página Web de la OMS

alimentación, sino más bien, entregar los mínimos conocimientos para permitir un máximo aprovechamiento de los recursos con los cuales contamos.

Mucha gente emplea de manera habitual las plantas medicinales como remedios caseros, seguros y eficaces para trastornos menores, pero los problemas graves o persistentes requieren la ayuda de un naturópata calificado. Es difícil dosificar el uso de las plantas medicinales, ya que muchas veces las dosis en exceso pueden modificar sus principios activos y ejercer, por lo tanto, efectos terapéuticos distintos al deseado; por lo que es conveniente que sea el profesional idóneo, quien indique una dosificación y administración.<sup>25</sup>

## **2. JUSTIFICACIÓN**

Formar un niño integrado al mundo que lo rodea independiente, solidario, creativo, feliz, positivo y libre; capaz de enfrentar con éxito la vida y trascender, es un reto que todas las sociedades se planteas con muy pocos resultados favorable.

En los últimos años se han desarrollado muchos estudios en diversos países y todos ellos concluyen en que las deficiencias nutricionales y cognitivas en la primera infancia condenan a muchos niños de países en desarrollo a un bajo rendimiento escolar y una reducida productividad económica. Las investigaciones muestran que las inversiones en nutrición durante la edad preescolar —y lo antes posible— producen importantes dividendos económicos y en capital humano de largo plazo.

La propuesta tiene como fin mejorar el nivel de vida de los niños/as de los Centros Infantiles en estudio, con una buena alimentación basada en los productos que encontramos en la zona; utilizar los Estándares de Calidad que ha planteados por el MIES en el año 1998 para mejorar la calidad de los servicios en el área de nutrición y educación de los niños/as de los Centros Infantiles de la ciudad de Riobamba.

La presente información ayudará al personal encargado de la cocina a tomar conciencia de la importancia que tiene el consumo de una dieta balanceada en los primeros años de vida.

---

<sup>25</sup> Ody, Penélope. Las plantas medicinales 1ª Edición B:A: Argentina Ed. Javier Vergara 1993

### **3. OBJETIVOS**

#### **3.1 General**

Mejorar el nivel de educación en los niños/as en edad preescolar, utilizando sistemas estandarizados de nutrición con la utilización de productos de la zona.

#### **3.2 Objetivos Específicos**

- Informar al Personal Encargado de la Administración de los Centros infantiles los componentes Nutricionales, que nos ayudarán a mejorar el tratamiento de los contenidos curriculares.
- Identificar los productos que se producen en la zona, para que sean incluidos en el programa alimentario.
- Elaborar un ciclo de menús con los productos que se cultivan en la zona con adiestramiento para la utilización de la guía

#### **4. CONSIDERACIONES GENERALES DE ACUERDO CON LOS ESTÁNDARES DE CALIDAD**

Para propiciar un servicio de calidad tanto en la organización como en la administración del área de nutrición de los Centros Infantiles, es necesario trabajar conjuntamente con el personal docente, administrativo, padres de familia y la comunidad. Para lo cual consideramos lo siguiente:

1. Los Centros Infantiles deben optimizar espacios físicos suficientes para adecuar áreas de servicios básicos, como la cocina que debe estar fuera del área educativa, para que no interfiera las demás actividades; de este modo cada área sean ambientes agradables de cada actividad, de esta manera evitar peligros irreversibles.
2. Establecer rutinas de organización para integrar a maestros, padres de familia, niños/as y comunidad, para que participen en todo acto relacionado con el quehacer educativo en beneficio de la niñez.
3. Seleccionar de manera responsables al recurso humano, con cualidades inherentes a tan delicado trabajo: hábitos, valores y actitudes como la responsabilidad, habilidades comunicativas; así como su nivel de conocimientos, capacitación, experiencia en manipulación, preparación y conservación de alimentos.
4. El personal que prepara los alimentos, debe cuidar su presentación, tomar las precauciones debidas como; utilizar prendas de protección como mandil, guantes, gorro o pañuelo para recoger el cabello; las uñas cortadas y sus manos sin anillos, aretes, pulseras, para una preparación garantizada de los alimentos.
5. Es deber y obligación de los padres de familia interesarse por el desarrollo de las capacidades y el aprendizaje de nuevas conductas de su hijo/a, actitudes que deben evidenciarse en un acercamiento entre el hogar y la escuela infantil.
6. El área administrativa debe tener un liderazgo que permita la organización de unos servicios de calidad; mediante el auto gestión conseguir medios y servicios que permitan el desarrollo institucional.

7. Variar la alimentación y proporcionar alimentos sencillos, sin condimentos picantes, sin bebidas gaseosas o estimulantes; utilizando los productos que se cultivan en la zona, que tiene beneficios como menor costo y ricos en propiedades nutritivas que necesitan los niños preescolares
  
8. Todos los espacios físicos del Centro Infantil se deben conservar con una estricta limpieza evitando el almacenamiento de basura que provoca enfermedades intestinales que conlleva a la desnutrición.
  
9. Todo Centro infantil debe tener un mobiliario adecuado para guardar y conservar los trastos y alimentos para que estén en perfecto estado.

## 5. COMPONENTES NUTRICIONALES

“Entenderemos por nutrición la ciencia que estudia la cantidad y calidad de alimentos necesarios para un correcto funcionamiento del organismo”.<sup>26</sup>. Dentro de la nutrición hay tres grados:

- Buena nutrición
- Nutrición deficiente
- Desnutrición intensa

### 5.1 Composición y propiedades nutritivas de los alimentos

#### A. El agua:

Hay tres compartimentos en los que se encuentra el agua: el interior de las células (intracelular); entre las células (intersticial) y; en la sangre (intravascular).

El agua no siempre está en el mismo sitio del cuerpo y se renueva (entra y sale) constantemente. El cuerpo obtiene el agua en la ingestión de líquido y en los alimentos, tanto líquidos como sólidos. La cantidad de agua que necesita el ser humano al día varía según la edad de la persona. Esta cantidad se refiere al agua total que ingerimos en todo el día, es decir, no sólo a líquido (bebidas), sino también el agua que ingerimos al tomar todo tipo de alimentos sólidos.

La cantidad de líquido necesaria en niños mayores de un año es de 100 cm<sup>3</sup>/Kg. al día y en los adultos de unos 2,5 litros al día aproximadamente.

#### B. Principios inmediatos de los alimentos

Tenemos tres tipos de alimentos: energéticos, polímeros biológicos y reguladores.

##### B.1 Energéticos:

Proporcionan energía y calor para mantener la temperatura corporal, el movimiento y reacciones químicas necesarias en el metabolismo, son los hidratos de carbono y las grasas.

**HIDRATOS DE CARBONO:** Los hidratos de carbono (celulosa), que no se absorben y permanecen en el tubo digestivo, tienen una función primordial en la formación del “Bolo

---

<sup>26</sup> Sagera, Fernandez, J.V., 1991

fecal”, que es el que estimula los movimientos del intestino y facilita la defecación. Se encuentra fundamentalmente en las frutas, verduras y en los cereales.

El glucógeno, llamado almidón animal, es la forma de almacenamiento de los hidratos de carbono en el hígado y los músculos, nos sirve de reserva en el momento en que necesitamos energía de urgencia y hemos consumido la glucosa libre existente en la sangre, los hidratos de carbono que ingerimos y no utilizamos son almacenados en las células, gracias a una sustancia hormonal denominada insulina. La deficiencia de esta hormona es la causa de la diabetes, enfermedad conocida popularmente como “azúcar en la sangre”.

Los alimentos de origen vegetal más ricos en hidratos de carbono son:

- |             |                                |
|-------------|--------------------------------|
| - Cereales: | trigo y maíz.                  |
| - Legumbres | garbanzos, lentejas y porotos. |
| - Verduras  | papas, nabo y remolacha.       |
| - Frutas    | plátano, higos y uvas.         |

La leche y sus derivados, nos proporcionan la lactosa que es el único hidrato de carbono de origen animal en importancia nutritiva.

En una dieta equilibrada, el 60% de las calorías deben ser aportadas por hidratos de carbono. Aunque los hidratos de carbono son muy beneficiosos para nuestro organismo, una dieta excesiva, rica en éstos, puede producir importantes alteraciones, como pueden ser la obesidad o la llamada enfermedad de “el Kawshiarkior”, en el caso de que además exista un déficit proteico.

**LÍPIDOS:** Dentro de éstos existe un subgrupo denominado triglicéridos, compuesto por glicerol, más ácidos grasos. La composición del ácido graso, en cuanto al número de átomos de carbono y de número de dobles enlaces va a incidir en la consistencia del glicérido: Además de la importancia para el organismo de los ácidos grasos, los lípidos son portadores de vitaminas liposolubles A, D, E y K. Pero la función primordial de las grasas es proporcionar energía a nuestro organismo (1 gramo de grasa equivale a 9 calorías).

Tienen la ventaja de que una vez que se cubren las necesidades energéticas, se almacena el exceso, de forma que se puede acumular en nuestro cuerpo mucha energía en poco volumen; además sirven como aislante de la temperatura y evitarán la pérdida de calor.

Las grasas se encuentran en alimentos, tanto de origen animal: leche, mantequilla y queso; como vegetal, sobre todo en las leguminosas, aceites vegetales (soja), en los frutos secos (almendras) y en diferentes semillas (maíz). Las frutas y hortalizas son muy pobres en grasas; las únicas excepciones son el aguacate (fruto tropical) y la aceituna.

En una dieta equilibrada las grasas deben suponer aproximadamente el 25% de las calorías totales. Entre este grupo de alimentos hay que destacar el aceite de oliva, los aceites de semilla de girasol, palta, maíz y soja (disminuyen el contenido de colesterol en la sangre). Las grasas son también portadoras de colesterol, sustancia que el cuerpo necesita, pero cuyo exceso puede producir trastornos cardiovasculares.

Un exceso de grasas en la dieta pueden causar obesidad en el individuo, y con ello se lesionarán órganos tan importantes y delicados como son; el corazón, los riñones y el hígado, y todo el sistema óseo, en especial la columna vertebral.

C. Polímeros Biológicos: Son los que forman las estructuras corporales, partes esenciales del organismo (células, tejidos, enzimas, órganos, etc.)

**PROTEÍNAS:** Están compuestas por carbono, hidrógeno, oxígeno y nitrógeno. Pueden tener además otros elementos.

Las proteínas son menos energéticas que las grasas. Su misión primordial no es producir calor, sino formar las partes estructurales del organismo.

Aproximadamente 20% del peso del cuerpo son proteínas. La proporción tan grande de proteínas con respecto a la de hidratos de carbono, se contrapone con el hecho de que diariamente se necesitan más hidratos de carbono y grasas que proteínas. Cada proteína tiene sus propios aminoácidos individuales, diferentes de las demás.

Las posibilidades que tiene un organismo de aprovechar las proteínas que ingiere dependerán del total calórico de la dieta, ya que si no existen suficientes hidratos de carbono o grasas para suministrar energía, nuestro cuerpo tendrá unas necesidades calóricas insatisfechas, por lo que tendrá que quemar proteínas para conseguir la energía necesaria. El aporte calórico de las proteínas es equivalente al de los hidratos de carbono, o sea, cuatro calorías por gramo.

Las necesidades en el niño son de 2 gramos de proteínas / Kg. de peso y en el adulto 1 gramo de proteínas/Kg de peso.

Los aminoácidos se almacenan en forma de proteínas estructurales en la fibra y tejidos de nuestro cuerpo. Por lo tanto, si nuestro organismo necesita quemar aminoácidos por falta de hidratos de carbono y grasas ante una necesidad energética, se verá perjudicado el organismo. Una deficiencia de proteínas, es un problema alimenticio que repercute gravemente en la salud. Los síntomas más frecuentes son la pérdida de peso, cansancio, insomnio, inmunodeficiencia (poca resistencia a las enfermedades) y debilidad; y en los niños, una clara detención del crecimiento, si la situación degenera, los síntomas se agravan, lesiones as, alteraciones importantes del pelo y la piel, aparición de edemas (hinchazón), cansancio, debilidad, irritabilidad, y una detención drástica y absoluta del crecimiento en los niños. La mala nutrición proteica - calórica degenera normalmente en una enfermedad llamada “Kwashiorkor”, que se produce en países subdesarrollados, en donde, la tasa de natalidad es muy elevada y el niño es amamantado hasta edades avanzadas, por falta de otros alimentos. Si el niño que está siendo amamantado deja de serlo por el nacimiento de un hermano, se producirá en poco tiempo la enfermedad, ya que pasará de una alimentación rica en proteínas (leche materna), a una alimentación escasa, insuficiente y muy pobre en proteínas.

#### D. Reguladoras:

Facilitan y aseguran el perfecto funcionamiento de las funciones poliméricas biológicas y energéticas. Son las vitaminas y las sales minerales.

##### D.1 Vitaminas:

Son los principales reguladores que nos proporcionan energía y colaboran en la estructura del cuerpo. Permite que las demás funciones del organismo se realicen correctamente. Para aprovechar las proteínas de los alimentos intervienen las enzimas o fermentos. Estos necesitan vitaminas para la misión y sino disponen de ellos, las enzimas no funcionan correctamente y no se podrán asimilar las sustancias de los alimentos ingeridos. Se necesitan en cantidades muy pequeñas, pero son imprescindibles para la vida. Han de ser aportadas al organismo por medio de la alimentación, ya que el organismo es incapaz de sintetizarlas. Se dividen en dos grupos:

VITAMINAS HIDROSOLUBLES: Se pueden disolver en agua y son:

**Vitamina C:** Es totalmente imprescindible para la vida y el desarrollo del organismo, ya que aumenta la absorción intestinal del hierro y es necesaria para la correcta calcificación de dientes, huesos, para la integridad de las delicadas paredes de los vasos capilares. También interviene en la cicatrización de las heridas y aumenta la resistencia del organismo ante los agresores que provocan en él las infecciones (defensas del organismo).

Se destruye en la cocción y por el efecto del aire sobre ella, por ello un jugo de frutas cítricas (naranja, limón o pomelo) se ha de consumir inmediatamente, de lo contrario pierde su contenido en vitamina C. La necesidad de Vitamina C al día es de 40 miligramos, aproximadamente una naranja.

La vitamina C junto con la vitamina A y E mantienen la oxigenación del cerebro, permite la utilización de algunos aminoácidos esenciales y los hidratos de carbono.

Contienen vitamina C, el cuerpo amarillo del ovario y la glándula pituitaria, las suprarrenales, el páncreas, el bazo, los riñones y el corazón.

La vitamina C activa la Colina que es un agente lipotrópico que disuelve las grasas. Las necesidades diarias de vitamina son:

- |                           |                   |
|---------------------------|-------------------|
| - Lactantes               | 150 mg.           |
| - Niños de 3 a 4 años     | 200 mg. a 400 mg. |
| - Adolescentes            | 1 gr. a 2 grs     |
| - Embarazadas y Lactancia | 1 gr. a 2 grs     |
| - Adulto mayor.           | 1 gr. a 2 grs     |

La encontramos en el perejil, repollos, pimientos verdes, tomate, cebollines, cebolla, espinaca, limones, coliflor, acelga, berro, frutilla, frambuesa, naranja, lima, mandarina, pomelo, piña, manzana, rosa mosqueta o escaramujo, café crudo y maduro, guayabas, damascos, melón, papayas, plátanos, yerba mate, brotes y germinados de legumbres y cereales. lechuga y legumbres crudas, apio, ensaladas verdes y rojas frescas, pepino, jugos vegetales, fruta fresca, col agria, fermento a base de repollo y algas parecido al chucrut que proporciona una buena cantidad de vitamina C y repara la flora intestinal, etc.

Los alimentos congelados retienen la vitamina C, es recomendable cocinarlos con el agua del descongelamiento, o bien ingerirlos crudos y no perder el agua que resulte de ellos.

**Grupo Vitamínico B:** Se llama grupo Vitamínico, porque está formado por varias vitaminas de estructura similar. Este grupo está compuesto por:

- Niacina o Acido Nicotínico.
- Vitamina B1 o Tiamina.
- Vitamina B2 o Riboflavina.
- Vitamina B6 o Piridoxina.
- Biotina.
- Acido Pantotéico.
- Acido Fólico.
- Vitamina B12.

**Niacina o Acido Nicotínico:** Se encuentra en la mayoría de los alimentos, es soluble en el agua y bastante resistente al calor y a los ácidos.

Las cantidades consideradas normales en una dieta, son de 10 a 20 miligramos por persona al día. Los alimentos más ricos en esta vitamina son los cereales en grano.

**Vitamina B1 o Tiamina:** Es un compuesto hidrosoluble, relativamente estable al calor y muy sensible a la oxidación (al aire). Es indispensable para que los hidratos de carbono sean correctamente asimilados por el organismo. La ingestión mínima de Tiamina por persona al día es de 0,8 miligramos.

Los cereales son los alimentos más ricos en Vitamina B1, pero siempre que estén enteros, es decir, que no hayan sido refinados. Por esto en algunos países cuya alimentación de base son los cereales, los enriquecen con Tiamina; especialmente el arroz. Una cantidad suficiente facilita el aprendizaje a los estudiantes. Las necesidades diarias son:

- |                 |                     |
|-----------------|---------------------|
| - Bebés         | - 0,3 mg. - 0,5 mg. |
| - Niños         | - 0,6 mg. - 1,3 mg. |
| - Adolescentes. | - 1,2 mg. - 1,9 mg. |

- |                |                     |
|----------------|---------------------|
| - Adultos      | - 1,0 mg. - 1,5 mg. |
| - Embarazadas. | - 1,5 mg            |
| - Lactancia    | - 1,5 mg            |

La encontramos en el extracto de levadura, en pasto de trigo, afrecho de arroz, germen y salvado de trigo, arroz integral, harina y porotos de soya, copos de avena, pan integral, frutas secas sin tostar, nueces, hígado, corazón, riñones, papas, etc.

**Vitamina B2 o Riboflavina:** Compuesto químico relativamente resistente a la temperatura y muy sensible a la luz y en especial a las radiaciones ultravioletas. Forma parte de la composición de numerosas enzimas. La cantidad necesaria al día por persona es de 1,5 miligramos, en adultos y niños, y en los lactantes, de 1,7 miligramos. Los alimentos que tienen más cantidad de esta vitamina son el queso, la leche, los huevos y las verduras en general. Las necesidades diarias son:

- |                 |                   |
|-----------------|-------------------|
| - Bebés.        | 0,4 mg. a 0,9 mg  |
| - Niños.        | 1,0 mg. a 1,8 mg  |
| - Adolescentes. | 2,0 mg. a 2,5 mg  |
| - Adultos       | 1,4 mg. a 1,6 mg. |
| - Embarazada    | 2,0 mg. a 2,5 mg  |
| - Lactancia.    | 2,0 mg. a 2,5 mg  |

Se encuentra en: Levadura de cerveza, extracto concentrado de levadura, algas, cereales integrales, cebada, centeno, germen de cereales, germen de centeno, cáscara de arroz, pan integral, avena, verduras de hojas verdes de crecimiento rápido, alfalfa, acelga, brócoli, porotos verdes, berro, ajo, coliflor, frutos secos, almendras, nueces, maní ciruelas secas, huevos, leche, queso, yogurt, hígado, extracto de hígado, riñones, bacalao, espirulina, (2 mg. de vitamina B-2 por cada 100 gramos) especialmente indicada a los vegetarianos y toda persona que presente algún déficit de esta vitamina, etc.

**Vitamina B3 Niacina:** Interviene en la transformación y aprovechamiento de la energía de los alimentos, participa en la elaboración de la sangre en la utilización de las proteínas, hidratos de carbono y grasas, es un neutralizante de las sustancias tóxicas, contenidas en las proteínas durante la digestión. Las necesidades diarias son

|                        |                |
|------------------------|----------------|
| - Lactantes            | 3 mg. a 5 mg.  |
| - Niños                | 6 mg. a 13 mg. |
| - Jóvenes.             | 13 mg. a 19 mg |
| - Adultos.             | 10 mg. a 16 mg |
| - Embarazo y Lactancia | 15 mg. a 21 mg |

Los encontramos en extracto de levadura de cerveza, levadura seca de cerveza, salvado de trigo, salvado de arroz, nueces, granos de trigo, girasol, verduras de color verde oscuro, frutos secos, maní, palta, naranja, pomelo, sandía, zanahoria, plátano, pan integral, arroz integral, avena, legumbres, harina de soya, hígado de cerdo, carne de ave y vacuno, pescado graso, pescado blanco, queso, huevos, etc.

**Vitamina B6 o Piridoxina:** Es una vitamina sensible a la luz y al aire (oxidación), y además es soluble (se disuelve en el agua), y muy resistente al calor. Es necesaria para la absorción de muchos aminoácidos e interviene en la síntesis de los ácidos grasos y en el metabolismo de los hidratos de carbono. Es necesaria para evitar el estrés, el agotamiento y el insomnio. Las necesidades diarias son

|                        |                  |
|------------------------|------------------|
| - Lactantes            | 0,3 mg. a 0,6mg. |
| - Niños                | 1 mg. a 4 mg.    |
| - Adultos.             | 2 mg. a 2,2 mg   |
| - Embarazo y Lactancia | 2,6 mg. a 2,7 mg |

La encontramos en la levadura de cerveza, extractos de levadura, hígado y riñón de cerdo, harina de soya, peras, melaza cruda, huevos, pescado, salvado y germen de trigo, copos de avena, legumbres, guisantes, brócoli, jalea real, etc.

**Biotina:** Es otra de las vitaminas del complejo B. No es cotidiana o normal su carencia, debido a que la flora intestinal la produce en suficiente cantidad.

**Acido Pantoténico:** Una vitamina muy importante en el metabolismo de las células. Casi todos los alimentos la contienen, por lo que sólo se da su carencia en casos muy aislados y especiales.

**Acido Fólico:** Interviene en la formación de determinadas proteínas (núcleo-proteína). Es parte del Sistema Nervioso; en los niños esta relacionado con la Mielina, para evitar retrasos en el desarrollo del lenguaje hablado y sistema locomotor. Trabaja en el metabolismo del DNA y RNA, entra en la formación de la sangre y forma los glóbulos rojos.

|              |          |
|--------------|----------|
| Lactantes    | 60 mcr.  |
| Niños.       | 100 mcr  |
| Adolescentes | 200 mcr. |
| Adultos      | 200 mcr. |
| Embarazadas. | 400 mcr  |
| Lactancia.   | 400 mcr  |

La encontramos en levadura de cerveza, salvado y germen de trigo, harina de soya con toda su grasa, nueces frescas, secas y tostadas, hígado de cerdo, avena, huevos, pan integral, trigo entero, legumbres, verduras frescas, etc.

**Vitamina B12:** Llamada también Cianocobalamina, interviene en forma decisiva en la formación de los glóbulos rojos. Con una dieta normal, no tiene por qué existir ninguna carencia de Vitamina B12.

La encontramos en toda clase de hígados, riñón de cerdo, espirulina, alfalfa y germinados de alfalfa, suelda-consuelda, pescado graso, carne de cerdo, ternera, cordero, pescado blanco, huevos, quesos, leche de vaca, girasol, tierra, etc.

**Colina:** Conocida también como Amanitina o factor Lipotrópico, factor Hidrosoluble. Incrementa el funcionamiento del Timo. Es un factor importante para el cerebro para recuperar las facultades mentales perdidas o bien en vías de perderlas. En casi todos los casos la Colina es ingerida en forma de Lecitina.

La encontramos en la Yema de huevo, Lecitina en forma de miel o granulada, hígado desecado, seso, médula, levadura de cerveza, melaza, algas, Lecitina con miel de abeja, cereales, avena, legumbres, maíz, frutos cítricos, pan integral, verduras con hojas de color verde, germinados de poroto mung (diente de dragón) y garbanzo, nueces, poroto y harina de soya, pollo, mariscos, plátanos, leche humana y de vaca, etc.

**Lecitina:** Conjunto de Fosfolípidos con aceites grasos polinsaturados esenciales, ácido linolénico (vitamina F) y linoléico, mezclados con aceites vegetales, ácidos grasos (colina e inositol) y azúcares naturales. No permite las grasas en el hígado, mantiene la Mielina, es importante en la transmisión de los impulsos nerviosos.

Lo encontramos en: Hígados, carnes, huevos, mantequilla, trigo, poroto de soya, maní, maíz, germinados, aceite de germen de trigo, etc.

**Inositol** : Factor del complejo B no nitrogenado, hidrosoluble, conocida también como Mioinositol, factor Bios I; Meso Inositol; o factor Lipotrópico, es decir, disolvente de grasa. Mayormente se encuentra en el corazón, hígado, riñón, estómago, bazo, y en altas concentraciones está en el cerebro y los nervios de la médula espinal, al igual que la Colina es parte de la capa de Mielina.

Sirve como calmante nervioso que nutre a las células, necesario para el cerebro, es utilizada en algunas distrofias musculares, etc. Lo encontramos en sesos y corazón de vaca, leche, germen de trigo, cereales integrales, hígado, carne muscular, riñones, huevos, legumbres, frutos, sesos, levadura de cerveza, Lecitina, cítricos, melaza de caña, plátanos, granos de trigo, nueces, pan integral, verduras verdes, harina de soya, verduras de raíz, etc.

**Ácido pangámico:** Factor perteneciente al complejo B, llamado vitamina B-15. Favorece el transporte de oxígeno a la sangre desde los pulmones a los músculos y órganos vitales desde la sangre. Es un disolvente de grasas como la Colina y el Inositol, incrementa la inmunidad, sirve para casos severos de autismo.

Lo encontramos en salvado de arroz, maíz, levadura de cerveza, avena, germen y salvado de trigo, harina integral, almendras de damasco, hígado de cerdo, cebada, etc.

**VITAMINAS LIPOSOLUBLES:** Se disuelven en grasas y son las Vitaminas A, D, E y K.

**Vitamina A:** Puede ingerirse como Vitamina A natural (alimentos) o bien como provitamina (sintetizada artificialmente). Protege la piel y mucosas, facilita la visión nocturna, debido a que favorece la acomodación de la vista a la falta de luz y también a los cambios de luz, porque tiene un componente de pigmento visual, interviene favorablemente en el crecimiento

de dientes y esqueleto, de tal modo que si en los niños se da una carencia de Vitamina A, se retrasa e incluso se detiene el crecimiento.

La necesidad de Vitamina A está fijada en 5.000 U.I. por persona al día. Se encuentra principalmente en la leche, mantequilla y los huevos, también se encuentra en los alimentos de origen vegetal, como las zanahorias, lechuga, pimientos verdes y rojos, tomate, pepino, etc. Las partes más verdes de las lechugas y los vegetales de colores más vivos son los más ricos en Vitamina A.

**Vitamina D:** Regula la absorción y eliminación de calcio y fósforo a nivel del intestino y el riñón y facilita el depósito de calcio en los huesos. Su carencia en el organismo produce la enfermedad llamada “raquitismo”; que se caracteriza por: escápulas salientes, cráneo blando, con cierre tardío de fontanela, deformación de la pelvis y tórax y malformación de los huesos de las extremidades. Encontramos Vitamina D en: Yema del huevo, la leche y la mantequilla.

**Vitamina E:** Vitamina liposoluble, factor de la fertilidad, de la reproducción, de la distrofia muscular, esta vitamina también es llamada Gamatocoferol.

La encontramos en los aceites de semilla de cereales, el germen de trigo, el aceite de soja, maíz y el aguacate. La encontramos en aceite de germen de trigo, de oliva, de maní, maíz, soya, sésamo, verduras de hojas color verde oscuro, perejil, alfalfa, espinacas, lechugas, arvejas, habas, porotos verdes, cebolla, zanahorias, fresas, manzana, plátanos, semilla de algodón, semillas integrales, cereales integrales, poroto de soya, trigo germinado (hasta 10 cms.), frutos secos, huevos, leche, hígado, pescado, etc.

**Vitamina F:** Ácidos grasos polinsaturados, se conocen como ácido linoléico, linolénico y araquidónico, dependiendo de sus fuentes.

Es necesario para la maduración del sistema nervioso en los niños, su falta provoca tardanza en hablar y caminar, sin embargo puede haber otras manifestaciones que significan inmadurez del sistema nervioso, etc.

Lo encontramos en aceites vegetales sin refinar, prensados en frío, especialmente de linaza, girasol, soya, maní, maíz, aceite de palta, aceite de semillas (sésamo, algodón), oliva, aves, y

en los adaptógenos (protectores y regeneradores hepáticos, antotóxicos), rosa del atardecer, echinacea, regaliz, chachacoma, ginkgo, sauco, tilo, etc.

**Vitamina K:** Su importancia radica en que influye en el correcto funcionamiento de la coagulación sanguínea.

**Vitamina P:** Llamada también citrina. Actúa sobre la impermeabilidad de los capilares e impide las hemorragias, tiene una función similar de la vitamina C y la K.

Hay otros alimentos que contienen las vitaminas, sólo se han tomado en cuenta los principales o de mayor contenido vitamínico. <sup>27</sup>

**LAS SALES MINERALES:** Son elementos inorgánicos con importantes funciones en el metabolismo. Debido a que son continuamente eliminados por medio de la orina, las heces y el sudor, es necesario reponer las cantidades perdidas para asegurar su presencia en las células.

Sales minerales, que suponen el 4,5% del peso del organismo, nos proporcionan energía como el resto de los nutrientes y su función está relacionada con el mantenimiento del equilibrio fisiológico. Las sales minerales necesarias para el buen funcionamiento del cuerpo son los siguientes elementos químicos:

**Calcio:** Además de intervenir junto con el fósforo en la formación y mantenimiento del tejido óseo, es necesario para la coagulación de la sangre y regula la excitabilidad neuromuscular, la permeabilidad de las membranas celulares y la de las paredes de los capilares. Las necesidades de calcio están establecidas en unos 800 - 1.200 mg/día. Los alimentos más ricos en calcio son la leche, la mantequilla, todo tipo de quesos, el yogurt y las verduras y legumbres.

**Hierro:** Es de gran importancia, ya que es un componente de la hemoglobina, sustancia que se encuentra en la sangre y que tiene la función de transportar el oxígeno a las células, la deficiencia de este mineral puede provocar una anemia. La cantidad de hierro necesaria es de

---

<sup>27</sup> Tapia Menares Edith , La salud la Belleza por la naturaleza La serena Chile, De Alcohuz

10 - 20 mg/día, pero las mujeres necesitan más cantidad en época fértil, debido a las hemorragias menstruales; también durante los períodos de gestación y lactancia. Los alimentos con alto contenido en hierro son los frutos secos, la yema de huevo, las legumbres, lentejas y espinacas.

**Yodo:** Es necesario para que la glándula tiroides forme las hormonas tiroxina y triiodotironina. Este mineral se encuentra en el agua del mar y en organismos marinos. Si una dieta natural no incluye el pescado, ni el marisco, el yodo puede suministrarse en forma de sal yodada. De la tiroxina dependen las energías mental y física, la regulación del metabolismo y el peso. Necesidades diarias:

- Recién Nacidos                      0,2 mg.
- Niños.                                      0,24 mg
- Adultos                                    0,15 mg.
- Embarazadas                          0,2 mg.

Lo encontramos en algas, alga dulce, espirulina, kelp, wakame y cochayuyo, ulte, peces marinos, moluscos, camarones, sal yodada, legumbres, choclos, avena, trigo, verduras con hojas, además, se debe ocupar las hojas de la betarraga, zanahoria, nabo, rábanos, coliflor, coles de bruselas, berros, piña, cítricos, ajo, cebolla, papas (cáscara), porotos verdes y yema de huevo, aceite de hígado de bacalao, etc.

**Fósforo:** Actúa junto al calcio, confiriendo a huesos y dientes fuerza y rigidez, el fósforo aparece en gran cantidad de alimentos, son fuentes importantes de fósforo los cereales, leguminosas, frutos secos, leche y derivados lácteos. Las cantidades recomendadas de fósforo son, como el calcio, de 800 - 1.200 mg/día.

**Magnesio:** Este mineral es imprescindible para la activación de la mayoría de las vías metabólicas, así como para el mantenimiento del equilibrio hídrico corporal. La ración dietética recomendada es de 150 mg/día para el varón y 300/día para la mujer. Hay magnesio en abundancia en los frutos secos, cereales y frutos frescos (sobre todo manzana) así como en la leche y productos lácteos.

**Sodio y Potasio:** Actúan conjuntamente, manteniendo el equilibrio hídrico, tanto dentro como fuera de la célula. Participan también en la contractibilidad muscular y en la transmisión del

impulso nervioso. Son raros los déficit en estas sales. Otras sales minerales esenciales según el grado de importancia: cloro (que con el sodio forma sal común), azufre, zinc, cobre, flúor, cromo, selenio, cobalto, etc.

### E. Las Calorías

Son otro de los aportes de los alimentos, puesto que todos ellos al ser ingeridos y asimilados en nuestro organismo, nos proporciona un aporte calórico mayor o menor. Nuestro cuerpo necesita un cierto número de calorías al día que deben ingerir para poder mantenerlo con vida activa. Las calorías deben ser administradas en nuestro organismo según la siguiente proporción:

|                                  |
|----------------------------------|
| 40 - 50 % en hidratos de carbono |
| 30 - 40 % en grasas              |
| 10 - 12 % en proteínas           |

Esta proporción es la ideal, ya que si hay cantidad excesiva de grasas se producirá una “acidosis”, y una escasez en proteínas puede provocar importantes alteraciones en la estructura celular.

El número de calorías que se necesitan por persona al día varía según la edad, condiciones físicas (peso, talla, etc.), actividad que se realiza, etc. No obstante se puede generalizar y dar unos valores sobre la cantidad de calorías por persona al día (calculados sobre una moderada actividad en los niños.)<sup>28</sup>

|            |                 |
|------------|-----------------|
| 1 AÑO      | 820 CALORIAS.   |
| 1 - 3 AÑOS | 1.360 CALORIAS. |
| 4 - 6 AÑOS | 1.830 CALORIAS. |
| 7 - 9 AÑOS | 2.190 CALORIAS. |

### LOS MINERALES U OLIGOELEMENTOS

Es conveniente que siempre se mantenga el equilibrio perfecto entre los oligoelementos, para que así el organismo responda a cada una de las reacciones bioquímicas y eléctricas; las enzimas activan a los minerales.

---

<sup>28</sup> Sagiera Fernández, 1991

**Boro:** Una carencia de boro hace que se excrete el calcio por la orina, la falta de boro afecta negativamente al cerebro.

Lo encontramos en manzanas, peras, uvas, nueces, legumbres, hojas verdes como alfalfas, remolacha, trébol, coliflor, apio, cítricos, manzanas, peras, café, tabaco, linaza, nabo, cereales, etc.

**Calcio:** El calcio actúa en el funcionamiento del cerebro, ojos y oídos, participa en la división celular. Las espinacas cocidas, ruibarbo y cacao, ingestión de alcohol, corticoides, tetraciclina, etc. Las necesidades diarias son:

|                                       |                   |
|---------------------------------------|-------------------|
| - 0 a 12 meses.                       | 500 mgrs          |
| - 1 a 3 años                          | 600 mgrs.         |
| - 4 a 6 años                          | 700 mgrs.         |
| - 7 a 9 años.                         | 800 mgrs          |
| - 10 a 14 años                        | 900 mgrs. a 1 gr. |
| - 15 a 18 años                        | 800 a 900 mgrs.   |
| - Adultos.                            | 700 a 800 mgrs    |
| - Embarazadas del 6º mes y Lactancia. | 1.200 mgrs        |

Lo encontramos en leche cruda, suero de leche, yoghurt, sésamo y lechada de sésamo, girasol, almendras, nueces, pepas de zapallo, sandía con pepas, pepas de melón, lentejas, poroto de soya, tofú, leche de soya, porotos secos y verdes, garbanzos, chícharos, arvejas, habas, cereales, avena, cebada, trigo centeno, arroz, quinoa, mijo, amaranto, verduras con hojas de color verde oscuro, brócoli, col de bruselas, repollo, piñones, castañas, avellanas, cebollas, paltas, alcachofas, aceitunas, nabos, zanahorias, apio, tomate, coliflor, melaza, algas marinas, ciruelas, cerezas, papayas, frutas cítricas, agua natural de manantial, higos secos, pasas secas, concha de ostra, etc.

**Fosfato de calcio:** Esta sal combinada con fosfato de potasio sirve para el cansancio psíquico, pérdida de memoria.

**Cobre:** Este oligoelemento, es importante para la formación de los glóbulos rojos, participa en la absorción del hierro y en la formación de la hemoglobina, interviene en el desarrollo de los nervios.

Lo encontramos en cereales integrales, avena, centeno, trigo, cebada, los gérmenes de cereales, zanahorias, repollo, colinabo, ajo, cebolla, tomates, trébol rojo, plátano, frutas secas, pasas, ciruelas, maravillas, almendras, nueces, pescado, crustáceos, hongos comestibles, chícharos, hígados, mariscos, aceite de oliva, legumbres verdes y secas, levadura de cerveza, hongos, queso preparado en tiestos de cobre, etc.

Lo encontramos en: nueces, hígado, almendras, miel, azúcar rubia, melaza (alimentos que tienen el color del estaño), etc.

**Fósforo:** Necesario para la formación normal del esqueleto y los dientes, trabaja en equilibrio con el calcio. Encontramos fósforo en la sangre como fosfato de hierro, en los huesos como fosfato de calcio, en el sistema nervioso como fosfato de sodio y en los músculos como fosfato de potasio, etc. Las necesidades diarias son:

- Niños de 1 a 3 años                    600 mg.
- Niños de 4 a 6 años                    700 mg.
- Niños de 7 a 9 años                    800 mg.
- Niños 10 a 14 años                    900 a 1.000 mg.
- Embarazadas y Lactancia            1.200 mg

Lo encontramos en los alimentos que contienen suficiente proteína y calcio, aportan fósforo los frutos secos, nueces, almendras, cocos, avellanas, maní, maravilla, sésamo, pepa de zapallo, sandías, melón, cereales integrales: arroz, avena, cebada, maíz, trigo, quinoa, amaranto, mijo, trigo sarraceno, leche cruda, productos lácteos, pescados, carnes, yema de huevo, brotes y germinados, salvado y germen de trigo, arvejas maduras, avellanas, cebada, chocolate, habas maduras y secas, porotos secos, queso, naranjas, etc.

**Fosfato de potasio:** Principalmente esta sal se encuentra y nutre el sistema nervioso y la célula nerviosa. Se precisa en la fatiga nerviosa, debido al exceso de trabajo mental, etc.

**Fosfato de magnesio:** El Fosfato de Magnesio mejora los estímulos naturales de los nervios motores, etc.

**Magnesio:** Toda acción y transformación del ser humano está ligada y depende del magnesio. Es un mineral dominante en la sustancia gris del sistema nervioso. Con él se aprovechan las vitaminas B y E, actúa sobre las grasas y sin su presencia no se asimilarían los minerales, en especial el calcio, potasio, fósforo, hierro. Las necesidades diarias son:

- Lactantes hasta 6 meses 75 mg.
  - Lactantes hasta 12 meses 120 mg.
  - Niños hasta 3 años. 130 mg
  - Niños hasta 9 años 180 mg. a 220 mg.
  - Niños hasta 12 años 250 mg.
  - Jóvenes hasta 18 años 280 mg
  - Embarazadas en el último período de 260 a 280 mg.
- Embarazo y la lactancia

Lo encontramos en germen de trigo, sal de mar, levadura de cerveza, semillas de girasol, almendras de zapallo y calabaza, sésamo, porotos de soya, aceitunas negras, palta, cerezas ácidas y dulces, nueces, pasas e higos secos, cacao, sandía, frambuesas, papayas, damascos, manzanas, duraznos, limones, ciruelas, cardos, nabos, espinacas crudas, perejil crudo, dátiles, ajo, maíz, repollo, apio, diente de león, acelga, lechuga escarola, alfalfa, soya germinada, melones, castañas, cítricos, peras, uvas, almendras, etc.

**Cloruro de magnesio:** Sirve para el buen funcionamiento del Sistema Nervioso, etc.

**Manganeso:** Mineral relacionado con la nutrición y el funcionamiento del cerebro, Sistema Nervioso y músculos; ayuda a asimilar la vitamina B1. Las necesidades diarias son en niños 0,2 mg. por Kilo de peso; y en los adultos 5 mg. por Kilo de peso

Lo encontramos en salvado de trigo y arroz, cáscaras de los cereales, todas las verduras con hojas, legumbres verdes, fruta fresca, damascos, grosella negra, moras, naranjas, nueces, almendras, avellanas, cacao, té, etc.

**Potasio:** Es necesario para el Sistema Nervioso Central, etc. El exceso de sodio desplaza al potasio, produciendo retención del líquido en todo el cuerpo, en algunos casos se llega a producir envenenamiento por soLo encontramos en verduras en especial con hojas, frutos

secos, semillas de girasol y calabaza, levadura de cerveza, pan integral, cereales sin refinar, naranjas, limones, plátanos y papas con cáscara, melaza negra, etc.

**Selenio:** Oligoelemento que permite la absorción de la vitamina E. Se pierde por la refinación y cocción de los alimentos en la utilización de fertilizantes artificiales en las hortalizas y legumbres, exceso de azufre en los suelos, relaciones sexuales, etc.

Lo encontramos en suelos arcillosos, vísceras de animales, riñones de vacuno y ternera, mariscos, calamar, atún, hígado de bacalao, algas, coco, semilla de sésamo, pistacho, nueces, cereales integrales, arroz integral, salvado de trigo, levadura de cerveza, legumbres, germinados, ajos, zanahorias, apio, espárragos y tomates, etc.

**Silice :** Su carencia produce debilidad física y mental, y además retardo psicomotor. Lo encontramos en los cereales sin refinar, germinados de alfalfa, salvado de trigo, plantas verdes tiernas, pelillo de avena negra, zapallo, achicorias, lechuga, aceitunas, coliflor, castañas, espinaca cebolla, cerezas, pepinos, frutillas, manzanas, uva, hojas de apio, hierba de platero, etc.

**Zinc:** Este mineral es el segundo más abundante en el organismo, después del hierro. Es un mineral esencial para la vida que actúa principalmente en el complejo B, vitamina E, C y los minerales como el Calcio y Magnesio. En el organismo humano lo encontramos en el Sistema.

Lo encontramos en ostras, riñones, nueces, germen de trigo, germen de centeno, avena, salvado de trigo, quesos, arenques, sardinas ahumadas, pepas de zapallos, maravilla, granos germinados y fermentados, huevos, frutos secos, verduras con hojas color verde, quesos de semillas (almendras, sésamo tofú), cítricos, algas, cereales integrales, arroz, arvejas, trigo centeno, cebada, repollos, choclo, zanahorias, coliflor, habas, levadura de cerveza, leche, vísceras, carne, etc.<sup>29</sup>

En definitiva, una alimentación adecuada es importante para que se produzca el crecimiento, es imprescindible contar con un determinado aporte energético. Existen unas necesidades

---

<sup>29</sup> Tapia Menares, Edith: Influencia de la alimentación en la educación especial

calóricas, proteicas, vitamínicas, minerales, sin las que el organismo no puede desarrollarse adecuadamente. Este factor externo tiene enorme importancia en el crecimiento y maduración del organismo, fisiológico, psicológico, anatómico y emocional del niño/ en la etapa del crecimiento, si tenemos niños desnutridos no se podrá conseguir los objetivos propuestos en la Educación Inicial considerando que uno de los ejes principales es el desarrollo psicomotor

## 6. PROPUESTA DE UTILIZACIÓN DE LOS ALIMENTOS DE LA ZONA

A continuación presenté una propuesta de MENÚ, basado en los productos que se cultivan en la zona, guía que será entregada al personal administrativo y al encargado de la nutrición y preparación de los alimentos de los niños/as de los diferentes Centros Infantiles en estudio

### Nombre del alimento: La Quinua

#### Propiedad Nutritiva

Este alimento ha sido cultivado durante miles de años, es un producto andino, con gran cantidad nutritiva para mantenerlos saludables; la quinua contiene la cantidad suficiente de aminoácidos se puede sustituir por carne y leche, Favorece el crecimiento de los niños en los primeros años de vida, en la gestación ayuda a desarrollar las células cerebrales, también al fortalecimiento de la memoria y facilita el aprendizaje.



#### Preparación

**Sopas:** con carne res, chancho y pollo en lugar de arroz.

**Postres:** Horchatas con panela y leche; hojuelas, pastel, mermelada

### NOMBRE DEL ALIMENTO: CEBADA

#### Propiedad Nutritiva

La cebada puede crecer en una gran variedad de circunstancias climáticas superando al resto de cereales, Contiene gluten y es por ello que también puede hacerse pan con cebada.



En el mercado se la puede encontrar entera o pelada aunque también se puede obtener en forma de copos o granos. La cebada entera es la que aporta un contenido nutricional más alto.

**Preparación:**

**Sopa:** Se prepara acompañado de papas y carne.

**Coladas:** puede ser de endulzada con panela o azúcar morena.

**NOMBRE DEL ALIMENTO: BRÓCOLI**

**Propiedad Nutritiva**

Este alimento es importante en su alimentación diaria debido a que tiene sustancias anti cancerígenas, posee vitaminas A y C, contiene potasio, calcio, magnesio, zinc, yodo, hierro son muy buenas para el mantenimiento de los tejidos corporales como también para las infecciones.



**Preparación**

**Sopas:** brócoli acompañada de otras verduras

**Crema de brócoli:** acompañado con carne

**Ensaladas:** con cebolla colorada, tomate.

**Tortilla:** Brócoli con huevo.

**NOMBRE DEL ALIMENTO: COLIFLOR**

**Propiedad Nutritiva**

Posee importantes niveles de agua, no tiene muchas calorías, se caracteriza por su composición nutricional, es ideal para los huesos y glóbulos rojos, tiene grandes cantidades de vitamina B, potasio, fósforo, hierro, magnesio y calcio.



**Preparación**

**Sopas:** coliflor acompañada de otras verduras

**Crema:** coliflor, papa, queso

**Ensaladas frías:** coliflor, choclo, mayonesa

## **NOMBRE DEL ALIMENTO: ROMANESCO**

### **Propiedad Nutritiva**

El romanesco es una variedad de Coliflor poco conocida. Más allá de sus cualidades nutricionales (nada escasas, por cierto), el romanesco se caracteriza por la estructura fractal de sus tallos, o lo que es lo mismo, las estructuras cónicas en las que se agrupan las inflorescencias.



### **Preparación**

**Sopas:** acompañada de otras verduras

**Crema:** acompañada de papa con queso

**Ensaladas frías:** coliflor, choclo, mayonesa

## **NOMBRE DEL ALIMENTO: LOS NABOS**

### **Propiedad Nutritiva**

Son alimentos bajos en calorías tienen gran cantidad de vitamina C, también poseen Folatos que son importantes en la gestación de glóbulos rojos y blancos; dentro del aporte mineral los nabos cuentan con una gran cantidad de potasio ideal para el sistema nervioso central y la actividad muscular y con una buena dosis de yodo, fósforo y calcio.



### **Preparación**

**Sopas:** nabo con papas, zanahoria, queso y leche.

**Ensaladas:** nabo y aguacate

## **NOMBRE DEL ALIMENTO: LA COL**

### **Propiedad Nutritiva**

La col es una hortaliza que contiene gran cantidad de agua en su composición, con escaso aporte calórico y un alto índice de fibra, hidratos de carbono, vitamina C,



vitamina A, vitamina B, vitamina E, vitamina K; minerales como potasio, azufre, fósforo, calcio, hierro y magnesio.

### **Preparación**

**Sopas:** Acompañada de papas, carne de res o cerdo, fideos.

**Ensaladas:** Acompañada de mayonesa o sin ella.

### **NOMBRE DEL ALIMENTO: LA ZANAHORIA**

#### **Propiedad nutritiva**

La zanahoria tiene gran contenido de vitaminas y minerales es una fuente de vitamina E, vitamina B, contiene magnesio, yodo y calcio; fortalece la visión, ayuda al buen estado de la piel y el sistema nervioso.



### **Preparación**

**Sopas:** se acompaña otras verduras

**Cremas:** zanahoria con papas y queso

**Ensaladas:** zanahoria con naranja y cebolla colorada, zanahoria con brócoli

**Jugo:** Naranja y zanahoria

### **NOMBRE DEL ALIMENTO: ACELGA**

#### **Propiedades Nutritivas**

La acelga es un alimento rico en nutrientes reguladores con vitamina A, tiene hierro ,yodo y calcio, esencial para la visión, para la piel, el cabello, las mucosas los, los huesos, para el funcionamiento del sistema inmunológico, participa en la elaboración de encimas en el hígado, sustituye ala carne lácteos y pescado.



### **Preparación**

Se puede preparar en sopas ensaladas y tortillas.

## **NOMBRE DEL ALIMENTO: LA ESPINACA**

### **Propiedad Nutritiva**

Es una planta con mayor importancia nutritiva, contiene gran cantidad de agua, proteínas y fibras, pero lo más importante son las vitaminas B2, B6, B3, B1, C, E, rica en hierro, calcio, magnesio, potasio, fósforo, yodo, sodio y minerales, regula la glándula tiroidea mediante el yodo, ayuda al sistema digestivo, nervioso óseo, y celular.



### **Preparación**

Sopas: con queso. Arroz, tortas

## **NOMBRE DEL ALIMENTO: FRÉJOL**

### **Propiedad Nutritiva**

Posee un alto contenido de proteínas, fibra, minerales como calcio, fosforo, hierro, magnesio, sodio, potasio, zinc y flúor; vitaminas como: retinol, diamina, riboflabina, acido fólico, copalamina, aminoácidos, se puede reemplazar por la carne.



### **Preparación:**

**Sopas:** Acompañado de otras verduras y carnes.

**Menestras:** Acompañados de arroz y carne frita.

**Ensaladas:** Se puede preparar en ensaladas frías y calientes, acompañado de cebolla, tomate, pimiento, limón y cilantro.

**Estofados:** Se prepara con diferentes tipos de carnes.

## **NOMBRE DEL ALIMENTO: LAS HABAS**

### **Propiedad Nutritiva**

Las habas tiernas son un alimento sano y digestivo tienen una sustancia lipotropa que juega un papel importante en el metabolismo de grasas, contiene la vitamina J, las habas secas han perdido su vitamina C, pero son ricas en hidratos de carbono hierro y calcio



### **Preparación**

La mejor manera de consumir es cocinando con las habichuelas verdes.

**Sopas:** Acompañada con otras legumbres, verduras.

Ensaladas, estofados

### **NOMBRE DEL ALIMENTO: ARVEJA**

#### **Propiedad nutritiva.**

Tiene un componente de potasio y sodio vitamina C3, C4, este alimento ayuda al crecimiento.

#### **Preparación**

**Sopas:** acompañada con otras verduras o carnes

Ensaladas calientes, frías, estofados.



### **NOMBRE DEL ALIMENTO: CILANTRO**

#### **Propiedad Nutritiva**

Contiene Linanol, pineno, terpenos, y flavonoides, es una de las plantas alimenticias mas populares. Es beneficioso para la digestión, potencia sexual masculina y estrés.

#### **Preparación**

Las hojas se utilizan con los platos a base de curry, se agrega solo unas pocas hojas picadas al pollo, al cordero, al pescado, a los frutos de mar y a los platos con verdura, combina con ensaladas frescas, es mejor añadir al final de la cocción para conservar mejor su sabor.

**Te:** Hervido en infusión



### **NOMBRE DEL ALIMENTO: APIO**

#### **Propiedad Nutritiva**

El apio es una hortaliza con riqueza mineral se refleja en abundancia el potasio en su composición, así como en cantidades



notables de sodio, calcio, magnesio y zinc, contiene gran cantidad de fibra y vitamina E pro vitamina

### **Preparación**

Es muy importante en el MENÚ diario de los niños/as, utilizar picado en la sopa, ensaladas.

### **NOMBRE DEL ALIMENTO: PEREJIL**

#### **Propiedad Nutritiva**

Este alimento es rico en vitaminas A, B1, B2, C y D, siempre que se consume en crudo, ya que la cocción elimina parte de sus componentes vitamínicos. La infusión del perejil se usa como medicamento tónico, para mejorar el rendimiento de la vejiga al orinar.



#### **Preparación**

El perejil picado fino se espolvorea en las sopas, ensaladas, en el pollo, carnes, pescado, y platos con verduras.

**Te:** Hervido en infusión

### **NOMBRE DEL ALIMENTO: CARNE DE CERDO**

#### **Propiedad Nutritiva**

Es un alimento muy equilibrado en su composición y por su riqueza en nutrientes deberían ocupar un espacio importante en el consumo.



#### **Preparación**

En sopas, fritada, ornado y otros

## **NOMBRE DEL ALIMENTO: CARNE DE CUY**

### **Propiedad Nutritiva**

Como alimento, la carne de cuy es una valiosa fuente de proteínas, muy superior a otras carnes. La carne de cuy tiene ventajas incomparables como alimento, por cuanto recientemente gracias a las investigaciones se ha descubierto en su composición sustancias vitales para el ser humano, adicionalmente a sus ventajas proteicas. La carne del cuy es altamente nutritivo, altamente digestible, cero colesterol y delicioso; tiene alta presencia de sustancias esenciales para el ser humano el AA y el DHA



### **Preparación**

En sopas, hornado y otros

## **NOMBRE DEL ALIMENTO: POLLO**

### **Propiedad Nutritiva**

La carne del pollo puede compararse ventajosamente con otras carnes utilizadas dentro de la cocina, su grasa es de más fácil digestión y más rica en ácidos grasos esenciales, tiene un alto contenido en nitrógeno no-coagulable, excelente sabor y jugosidad, ya que dicha sustancia contribuye al aroma de la carne y a facilitar la secreción de jugos digestivos.



### **Preparación:**

**Sopas:** Como consomé, caldo, o aguado

**Frito:** Se suele comer frito acompañado de verduras, asado o brosterizado

## **NOMBRE DEL ALIMENTO: RES O CARNES ROJAS**

### **Propiedad nutritiva**

Las carnes rojas son una fuente de proteínas, niacina, vitaminas B6, B12, hierro, fósforo y zinc además de grasas saturadas y el colesterol que también está presente en todas las carnes.



### **Preparación**

Se puede utilizar en sopas o como acompañamiento del plato fuerte.

## **NOMBRE DEL ALIMENTO: LECHE**

### **Propiedad Nutritiva**

Su diversificada composición, en la que entran grasas (donde los triglicéridos son la fracción mayoritaria con el 98% del total lipídico y cuyos ácidos grasos que los forman son mayormente saturados), proteínas, (caseína, albúmina y proteínas del suero) y glúcidos (lactosa, azúcar específica de la leche), la convierten en un alimento completo. Además, la leche entera de vaca es una importante fuente de vitaminas (vitaminas A, B, D3, E). La vitamina D es la que fija el fosfato de calcio a dientes y huesos, por lo que es especialmente recomendable para niños.<sup>62</sup> El calostro es un líquido de color amarillento, rico en proteínas y anticuerpos, indispensables para la inmunización del recién nacido. A pesar de ello, no tiene aplicación industrial.



### **Preparación:**

**Leche desnatada y semidesnatada.** Se logran por separación por centrifugación de parte o toda la grasa.

**Leche entera concentrada o en polvo.** Por eliminación simple de agua. La evaporada, pierde algo de agua; a la condensada se le añade azúcar, y si es en polvo está deshidratada.

**Queso.** Por precipitación de algunos componentes. En la maduración se operan procesos de

hidrólisis en los lípidos, carbohidratos y proteínas presentes en el producto fresco.

**Yogur.-** Es la leche fermentada más conocida.

## **NOMBRE DEL ALIMENTO: HUEVOS**

### **Propiedad Nutritiva**

Son ricos en proteínas, vitaminas y minerales; carece de vitamina C, su yema es rica en fosfolípidos, en especial fosfatidocolina, como tanto otros en nutrición se recomienda de no tomar mas de dos huevos al día ni mas de diez en la semana.



Si consume solo la clara no existe riesgo de hipercolesterolemia; los huevos ayuda a la mujer embarazada al desarrollo del sistema nerviosos central del embrión y del feto, la presencia de colina transformada en acetilcolina ayuda a la memoria del ser humano, previene de problemas oculares como las cataratas.

### **Preparación:**

**Fritos:** En diversos medios grasos como pueden ser: mantequillas, aceite de oliva o en otros aceites vegetales.

**A la plancha:** en planchas de acero o superficies de teflón antiadherentes

**Tortillas:** una de las preparaciones más habituales es combinada con tomate, cebolla, espinaca, acelga, brócoli, atún.

**Revueltos:** en la que la yema y la clara se coagulan juntas,

**Cocidos:** cocidos con su cáscara durante más de 10 minutos hasta que su contenido se ponga sólido ('duros'), dentro de este cocimiento están los denominados 'tibios ' (cocidos como los duros pero con la yema blanda)

**Sopa:** cocidos en caldo sin cáscara acompañados de papa.

## **NOMBRE DEL ALIMENTO: MELLOCO**

### **Propiedad Nutritiva**

Contiene proteínas, carbohidratos, fibra, su composición calórica varia entre 377 – 381 calorías, tiene minerales, el fósforo, tiene una ventaja muy particular en la alimentación humana.



### **Preparación**

**Sopas:** El melloco se combina con otras verduras.

**Ensaladas:** Se acompaña al arroz, con mayonesa, y con otras verduras.

**Cocinado:** Al melloco también se le puede comer solo.

### **NOMBRE DEL ALIMENTO: LA PAPA**

#### **Propiedad nutritiva**

La papa es un alimento importante de almidón tiene minerales como el potasio fibra, destaca la vitamina B6 y C el poder nutricional se encuentra en la corteza, es recomendable consumirla en una dieta diaria.



### **Preparación**

**Sopas:** con todas las legumbres

**Papas enteras:** con atún, pollo, carne de res, chancho.

**Puré:** con leche y queso

**Papas:** con salsa de maní, salsa de queso, salsa de pepa de calabaza

### **NOMBRE DEL ALIMENTO: LA REMOLACHA**

#### **Propiedad Nutritiva**

Es una hortaliza que contiene un contenido de calorías al igual que varias vitaminas A y C, tiene una gran cantidad de yodo, sodio, potasio; beneficia a la glándula tiroides por su gran cantidad de yodo.



### **Preparación**

**Ensaladas.-** Acompañadas con arroz.

**Batido:** con leche y zanahoria, también se puede mezclar con el jugo de naranja.

## **NOMBRE DEL ALIMENTO: CEBOLLA BLANCA**

### **Propiedad Nutritiva**

La cebolla es un alimento que contiene vitamina A y C de gran interés por su contribución a una dieta saludable y equilibrada. En la actualidad se realizan nuevos experimentos con ella, con el fin de determinar su aplicación para combatir enfermedades.



La cebolla es rica en propiedades que hacen de ella un tónico general y un estimulante apetitoso.

### **Preparación:**

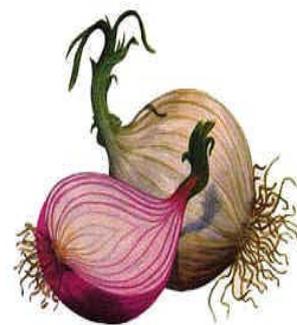
**Ensaladas.-** Se combina con tomate de carne u otras verduras para hacer ensaladas.

**Refrito.-** Se prepara también la cebolla en refrito para sazonar la comida.

## **NOMBRE DEL ALIMENTO: CEBOLLA COLORADA**

### **Propiedad Nutritiva**

La cebolla colorada posee la propiedad de aumentar la intensidad y la frecuencia de los latidos cardiacos. La cebolla es un remedio medicinal.



### **Preparación:**

**Ensaladas.-** Se combina con tomate de carne u otras verduras para hacer ensaladas.

**Refrito.-** Se prepara también la cebolla en refrito para sazonar la comida.

## 7. CALENDARIO ALIMENTICIO SEMANAL

### DÍA UNO

| MENÚ   | INGREDIENTES  | GRUPO  | ÓRGANOS QUE SE DESARROLLAN  | RESULTADOS EN LA EDUCACIÓN  |
|--|---|--|---|---|
| <p align="center"><b>COLACIÓN DE LA MAÑANA</b><br/><b>COLADA DE CEBADA CON LECHE</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 ½ litros de agua</li> <li>- 12 Onzas. De harina de cebada</li> <li>- 4 litros de leche.</li> <li>- ¼ de panela</li> <li>- Canela al gusto</li> </ul>   | <p>Vitamina B,<br/>calcio<br/>Carbohidratos</p>  | <p>Memoria<br/>Huesos<br/>Masa muscular</p>   | <p>Armar un rompecabezas<br/>Actividad de movimiento- crecimiento<br/>Saltar. Correr, trotar.</p> |
| <p align="center"><b>ALMUERZO</b><br/><b>LOCRO DE BERRO Y ARROZ CON FRÉJOL</b></p>       | <p><b>Sopa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 4 ½ litros de agua</li> <li>- 4 ½ libras de papa</li> <li>- 4 paquetes de berro</li> <li>- 2 jarro de leche</li> <li>- Yervas picadas</li> <li>- Sal al gusto</li> </ul> <p><b>Arroz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz</li> <li>- 1/2 libra de fréjol</li> <li>- Cebolla picada</li> <li>- 3 tomates pequeños</li> <li>- 2 dientes de ajo</li> <li>- 1 plátano verde</li> <li>- Aceite</li> <li>- ½ queso</li> <li>- Aguacate</li> <li>- Sal al gusto</li> </ul> | <p>Hierro<br/>Calcio<br/>Carbohidratos de carbono<br/>Vitaminas<br/>Proteínas.<br/>Vitaminas<br/>Hidratos de carbono</p> | <p>Memoria<br/>Huesos, dientes<br/>Masa muscular<br/>Visión<br/>Memoria<br/>Energía<br/>Vitalidad de nuestro cuerpo<br/>Energía al cuerpo</p> | <p>Ayuda a la piel, digestión<br/>motor grueso, motor fino</p>                                    |
| <p>COLACIÓN DE LA TARDE</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- 20 unid.</li> </ul>  |  |   |   |

**DÍA DOS**

| <b>MENÚ</b>  | <b>INGREDIENTES</b>  | <b>GRUPO</b>   | <b>ÓRGANOS QUE SE DESARROLLAN</b>                          | <b>RESULTADOS EN LA EDUCACION</b>   |
|--|--|--|--|---|
| <p><b>COLACIÓN DE LA MAÑANA</b></p> <p><b>COLADA DE MAIZ CON FREJOL</b></p>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ½ lb. de Maíz</li> <li>- 4 oz de Fréjol</li> <li>- Seis litros de agua</li> <li>- 20 u. de naranjillas</li> <li>- 1 lb. De azúcar</li> </ul>                        | <p>arbohidratos</p> <p>Proteínas</p>                               | <p>Energía – masa muscular</p> <p>Mente</p>                | <p>Corre salta, trepa, brinca obstáculos, se desplaza libremente.</p> <p>Narra cuentos. Memoriza canciones, rimas, adivinanzas, se comunica con los demás, resuelve problemas cotidianos.</p>   |
| <p><b>ALMUERZO</b></p> <p><b>LOCRO DE PAPA Y ARROZ CON HUEVO Y ENSALADA DE COL</b></p> | <p>4 litros de agua hervida</p> <p>6 ½ de papas</p> <p>2 litros de leche</p> <p>½ queso</p> <p>Hierbas picadas</p> <p>Cebolla</p> <p>Aceite</p> <p>Sal al gusto</p>  | <p>Carbohidratos</p> <p>Calcio</p> <p>Potasio</p> <p>Proteínas</p> | <p>Energía</p> <p>Huesos</p> <p>Memoria</p> <p>Memoria</p> | <p>Permite el desarrollo de la coordinación motora, que da paso al movimiento de todo su cuerpo.</p> <p>Crecimiento, diferencia tamaños, texturas, medidas, orden,</p> <p>Juego Creativo</p> <p>Resuelve Problemas cotidianos, arma rompecabezas, dominós, lee y narra cuentos, rimas, canciones.</p> |
| <p><b>COLACIÓN DE LA TARDE</b></p> <p><b>COLADA DE HARINA DE CEBADA CON LECHE</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 ½ de agua</li> <li>- 0,2 mg. por Kilo de peso 12 oz de harina de cebada</li> <li>- 4 litros de leche</li> <li>- ¼ de panela</li> <li>- Canela al gusto</li> </ul> | <p>Calcio</p> <p>Proteínas</p> <p>Vitamina B</p>                   | <p>Dientes, huesos</p> <p>Memoria</p>                      | <p>Roles, Subir escaleras</p> <p>Juego Científico</p> <p>Material de modelado hogareño</p> <p>Juego sobre diferencia de parejas</p>   |

**DÍA TRES**

| <b>MENÚ</b>   | <b>INGREDIENTES</b>   | <b>GRUPO</b>  | <b>ÓRGANOS QUE SE DESARROLLAN</b>  | <b>RESULTADOS EN LA EDUCACION</b>   |
|---|---|---|--|---|
| <b>COLACIÓN DE LA MAÑANA<br/>QUINUA CON LECHE.</b>                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>- 12 onzas de harina de quinua</li> <li>- 4 litros de leche</li> <li>- Canela</li> <li>- ¼ de panela</li> </ul>  | Proteínas<br>Carbohidrato<br>Calcio                             | Cerebro<br>Masa muscular<br>Hueso, dientes   | Narrar cuentos usando soportes - ilustraciones<br>Desplazamientos (marcha, talones, puntas)<br>Crecimiento<br>Pronunciación de fonemas como ra, ra, ra., sa, sa, sa.  |
| <b>ALMUERZO<br/><br/>MENESTRON Y PURE DE PAPA CON ENSALADA DE ZANAHORIA</b> | <p style="text-align: center;"><b>SOPA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Cebolla blanca aceite</li> <li>- 6 litros de agua</li> <li>2 libras de frejol tierno</li> <li>2 libras de carne</li> <li>- ½ libra de arroz de sopa</li> <li>¼ de col</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>PURE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 10 libras de papa</li> <li>- Agua, Cebolla</li> <li>- 1 litro de leche</li> <li>- Aceite</li> <li>- ½ queso</li> <li>- Zanahoria</li> <li>- Remolacha</li> <li>- 2 tomates,- Limón</li> <li>- Sal al gusto.</li> </ul> | Proteínas<br>Minerales<br>Vitaminas A-E.<br>Hidratos de carbono | Cerebro, memoria<br>Hidratación del cuerpo<br>Piel, digestión, sistema nervioso<br>Energía, masa muscular. | Lenguaje: Repetir series o frases de 4 o 5 elementos.<br>Mantienen la vida<br>Desarrollan la atención: Dominós de igualdad, colores, integración, texturas.<br>Juego de carreras, hacer gimnasia, saltar sogas, reptar, rodar, manejar bicicleta. |

|  |   |  |   |  |
|--|---|--|---|--|
| <b>COLACIÓN DE LA TARDE</b><br><br><b>PASTEL DE PLATANO MADURO CON QUESO</b> | 16 plátanos maduros<br>- Condumio al gusto<br>- Queso<br>- Aceite | Hidratos de carbono<br>Potasio<br>Calcio | Energía<br>Maza muscular<br>Memoria<br>Hueso, dientes | Nociones temporales<br>Reptar, gatear, voltear, rodar, peso, tamaño, ritmo |
|--|---|--|---|--|

**DÍA CUATRO**

| <b>MENÚ</b>  | <b>INGREDIENTES</b>   | <b>GRUPO</b>   | <b>ÓRGANOS QUE SE DESARROLLAN</b>   | <b>RESULTADOS EN LA EDUCACION</b>  |
|--|---|--|---|--|
| <p><b>COLACIÓN MAÑANA</b></p> <p><b>TAMAL DE QUINUA</b></p>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 libra de quinua</li> <li>- Agua, Sal, Pimiento</li> <li>- 3oz de mantequilla</li> <li>- 2 huevos, ¼ de queso</li> <li>- 2 cdas de azúcar</li> <li>- Polvo de hornear</li> <li>- Hojas de achira</li> <li>- 2 oz de carne de choncho</li> <li>- Cebolla blanca</li> <li>- Arveja, Zanahoria</li> </ul>  | <p>Carbohidratos<br/>Proteínas<br/>Calcio<br/>Vitaminas</p>    | <p>Energía – masa muscular<br/>Mente<br/>Huesos Dientes uñas<br/>Retención</p>                                    | <p>Actividades en el suelo jugamos a entrar y salir de un aro dando saltas<br/>Leer propagandas, Lectura independiente<br/>Crecimiento paseos cortos excursiones<br/>Motricidad fina<br/>Observar y describir laminas<br/>Atención: Jugar a preguntas y respuestas que es antes y que es después</p> |
| <p><b>ALMUERZO</b></p> <p><b>CREMA DE ARVEJA CON TOSTADO</b></p> | <p><b>Sopa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 5 litros de agua</li> <li>- 12 oz de harina de arveja</li> <li>- 2½ libras de papas</li> <li>- ½ queso</li> <li>- Hierbas picadas</li> </ul> <p><b>Tostado</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 Libra de maíz</li> <li>- Aceite</li> </ul> <p><b>Ensalada</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 libras de carne</li> <li>- 1 ½ de agua</li> <li>- 8 libras de papas, Col</li> <li>- Leche</li> </ul> | <p>Carbohidratos<br/>Proteínas<br/>Vitaminas<br/>minerales</p> | <p>Energía (masa muscular)<br/>Memoria<br/>Digestión, piel,<br/>Retención<br/>Fluidez en el liquido sanguíneo</p> | <p>Resbalar, saltos hacia atrás-adelante<br/>Marcar el pulso y acento de una canción<br/>Memoria visual: observación y capacidad discriminativa de objetos<br/>Vitalidad en el cuerpo para cualquier actividad</p>   |

|  |  |   |  |   |
|--|--|---|--|---|
| <b>COLACIÓN<br/>TARDE</b><br><br><b>Colada de plátano<br/>maduro con leche</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>- 3 ½ litros de agua</li><li>- 8 plátanos de maduro</li><li>- 3 litros de leche</li><li>- ¼ de panela</li><li>- Canela</li></ul> | Potasio<br>Calcio<br>Hidratos de<br>carbono | Memoria<br>Dientes, uñas<br>huesos<br>Energía masa<br>muscular | Dominós de idénticos<br>Constancia perceptual atención relación espacial<br>Ensarta hilos, junta granos, piedras, objetos de<br>diferentes tamaños<br>Crecimiento: Juega, compite, salta, Movilidad<br>articular y elasticidad<br>Velocidad, agilidad normal lenta y rápido |
|--|--|---|--|---|

**DÍA CINCO**

| MENÚ  | INGREDIENTES   | GRUPO  | ÓRGANOS QUE SE DESARROLLAN   | RESULTADOS EN LA EDUCACION  |
|---|--|--|--|---|
| <p><b>COLACIÓN MAÑANA</b></p> <p><b>COLADA DE MEZCLA DE MAÍZ CON CHOCHOS</b></p>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ½ libra de harina de maíz</li> <li>- 4oz de harina de chocho</li> <li>- Agua</li> <li>- 20 naranjillas</li> <li>- 1 libra de azúcar</li> </ul>  | <p>Proteínas<br/>Hidratos de carbono<br/>Vitaminas</p>                     | <p>Memoria<br/>Energía – masa muscular<br/>Memoria vista<br/>atención</p>  | <p>Interpretación dramática lectura al ambiente<br/>Motor fino y motor grueso<br/>Manipulación de piezas entrelazadas, construcción de torres<br/>Modelado del cuerpo humano<br/>Observar y describir laminas<br/>Atención: Jugar a preguntas y respuestas que es antes y que es después</p>  |
| <p><b>ALMUERZO</b></p> <p><b>SOPA DE ZANAHORIA AMARILLA Y PAPAS PEREJILADAS</b></p> | <p><b>Sopa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 5 litros de agua</li> <li>- 3 zanahorias amarillas</li> <li>- ½ libra de arroz de sopa</li> <li>- 3 libras de papas</li> <li>- Leche</li> <li>- ½ queso</li> <li>- Hierbas</li> </ul> <p><b>Papas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 10 libras de papas</li> <li>- Agua, aceite, perejil</li> <li>- 2 libras de carne</li> <li>- 3 cebollas coloradas</li> <li>- 3 tomates, limón</li> <li>- Sal y ajo al gusto</li> </ul> | <p>Proteínas<br/>Carbohidratos<br/>Vitaminas A,E, minerales<br/>Grasas</p> | <p>Memoria<br/>Energía (masa muscular)<br/>Piel<br/>Retención<br/>Fluidez en el liquido sanguíneo<br/>Mantiene la temperatura del cuerpo</p> | <p>Memoriza referencias personales de cada niño apellidos de sus padres<br/>Carrera de obstáculos<br/>Pasar sobre una silla, debajo de una mesa, pasar sobre la mesa, dar una vuelta alrededor de una caja.<br/>Texturas: Áspero, lizo, suave, duro.<br/>Completar series: Desayunar comer...<br/>Inhalar exhalar aire<br/>Identifica temperatura propia y del ambiente</p> |

|   |  |   |   |  |
|---|--|---|---|--|
| <p><b>COLACIÓN TARDE</b></p> <p><b>COLADA DE MOTE<br/>CON LECHE</b></p> | <ul style="list-style-type: none"><li>- 1 libra y 2 oz de mote</li><li>- Agua</li><li>- 4 litros de leche</li><li>- ¼ de panela</li><li>- Canela</li></ul> | <p>Calcio<br/>Hidratos de<br/>carbono</p> | <p>huesos<br/>Dientes, uñas<br/>Energía masa muscular</p> | <p>Actividades respiratorias asociadas a movimientos de pie flexión y extensión del tronco</p> <p>Ritmo, bailar al son de una música</p> |
|---|--|---|---|--|

**DÍA SEIS**

| MENÚ  | INGREDIENTES   | GRUPO   | ÓRGANOS QUE SE DESARROLLAN  | RESULTADOS EN LA EDUCACION  |
|---|--|---|---|---|
| <p><b>COLACIÓN MAÑANA</b></p> <p><b>COLADA DE MEZCLA DE MAÍZ CON CHOCHOS</b></p>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ½ libra de harina de maíz</li> <li>- 4oz de harina de chocho</li> <li>- Agua</li> <li>- 20 naranjillas</li> <li>- 1 libra de azúcar</li> </ul>  | <p>Proteínas</p> <p>Hidratos de carbono</p> <p>Vitaminas</p>                        | <p>Memoria</p> <p>Energía – masa muscular</p> <p>Memoria vista atención</p>   | <p>Interpretación dramática lectura al ambiente</p> <p>Motor fino y motor grueso</p> <p>Manipulación de piezas entrelazadas, construcción de torres</p> <p>Modelado del cuerpo humano</p> <p>Observar y describir laminas</p> <p>Atención: Jugar a preguntas y respuestas que es antes y que es después</p>   |
| <p><b>ALMUERZO</b></p> <p><b>SOPA DE ZANAHORIA AMARILLA Y PAPAS PEREJILADAS</b></p> | <p><b>Sopa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 5 litros de agua</li> <li>- 3 zanahorias amarillas</li> <li>- ½ libra de arroz de sopa</li> <li>- 3 libras de papas</li> <li>- Leche</li> <li>- ½ queso</li> <li>- Hierbas</li> </ul> <p><b>Papas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 10 libras de papas</li> <li>- Agua</li> <li>- Aceite</li> <li>- Perejil</li> <li>- 2 libras de carne</li> <li>- 3 cebollas coloradas</li> <li>- 3 tomates</li> <li>- Limón</li> </ul> <p>Sal y ajo al gusto</p> | <p>Proteínas</p> <p>Carbohidratos</p> <p>Vitaminas A,E, minerales</p> <p>Grasas</p> | <p>Memoria</p> <p>Energía (masa muscular)</p> <p>Piel</p> <p>Retención</p> <p>Fluidez en el liquido sanguíneo</p> <p>Mantiene la temperatura del cuerpo</p> | <p>Memoriza referencias personales de cada niño apellidos de sus padres</p> <p>Carrera de obstáculos</p> <p>Pasar sobre una silla, debajo de una mesa, pasar sobre la mesa, dar una vuelta alrededor de una caja.</p> <p>Texturas: Áspero, lizo, suave, duro.</p> <p>Completar series: Desayunar comer...</p> <p>Inhalar exhalar aire</p> <p>Identifica temperatura propia y del ambiente</p> |

|  |  |                                  |  |  |
|--|--|----------------------------------|--|--|
| <b>COLACIÓN TARDE<br/>COLADA DE MOTE<br/>CON LECHE</b> | - 1 libra y 2 oz de mote<br>- Agua<br>- 4 litros de leche<br>- ¼ de panela<br>- Canela | Calcio<br>Hidratos de<br>carbono | huesos<br>Dientes, uñas<br>Energía masa muscular | Actividades respiratorias asociadas a movimientos de<br>pie flexión y extensión del tronco<br>Ritmo, bailar al son de una música |
|--|--|----------------------------------|--|--|

**DÍA SIETE**

| MENÚ  | INGREDIENTES  | GRUPO  | ÓRGANOS QUE SE DESARROLLAN   | RESULTADOS EN LA EDUCACION   |
|---|---|--|--|--|
| <p><b>COLACIÓN MAÑANA</b><br/> <b>COLADA DE ZANAHORIA AMARILLA CON LECHE</b></p>        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- 20 zanahorias</li> <li>- 2 litros de agua</li> <li>- 6 oz de harina flor</li> <li>- 4 litros de leche</li> <li>- ¼ de panela</li> <li>- Canela</li> </ul>  | <p>Vitaminas A<br/>                     Minerales<br/>                     Carbohidratos<br/>                     Calcio</p> | <p>Visión, Atención,<br/>                     Hidratación del cuerpo<br/>                     Energía – (masa muscular)<br/>                     Huesos, dientes, uñas</p> | <p>Observa y describe gráficos, fotografías, láminas, las partes del cuerpo y la de los demás<br/>                     Vitalidad del cuerpo para todas las actividades<br/>                     Realiza movimientos rítmicos acompañados de una canción.<br/>                     Realiza movimientos libres y dirigidos de motricidad gruesa y fina con su cuerpo</p> |
| <p><b>ALMUERZO</b><br/> <b>SOPA DE HABAS TIERNAS Y ARROZ CON MENESTRA DE ARVEJA</b></p> | <p><b>Sopa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Agua</li> <li>- 2 libras de habas tiernas</li> <li>- Maní molido</li> <li>- Tres libras de papas</li> <li>- Leche</li> <li>- Hierbas picadas</li> <li>- Sal al gusto</li> </ul> <p><b>Arroz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz , 2 ajos</li> <li>- Aceite</li> <li>- 1 libra de arveja</li> <li>- 3 cebollas paitañas</li> <li>- 3 tomates pequeños</li> <li>- ¼ de pimiento</li> <li>- 1 Plátano verde</li> <li>½ queso</li> </ul> | <p>Proteínas (Potasio)<br/>                     Carbohidratos<br/>                     Calcio</p>                            | <p>Memoria,<br/>                     Energía (masa muscular)<br/>                     Huesos, dientes, uñas</p>  | <p>Escucha y narra cuentos, historias sobre sus gustos y preferencias cotidianas.<br/>                     Realiza ejercicios por segmentos corporales (mueve la cabeza, solo el hombro, el pie...<br/>                     Crecimiento<br/>                     Diferenciación del tamaño, orden (alto pequeño, mediano)</p>  |

|  |   |   |  |  |
|--|---|---|--|--|
| <b>COLACIÓN DE LA TARDE<br/>REFRESCO DE QUINUA</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>- 8 litros de agua</li><li>- 12 oz de harina de quinua</li><li>- 10 naranjillas</li><li>- 10 guayabas</li><li>- 1 libra de azúcar</li></ul> | Proteínas<br>Vitaminas<br>Carbohidratos | Memoria<br>Vitalidad al cuerpo,<br>Memoria<br>Energía, Masa muscular | Memoriza e interpreta rimas, trabalenguas<br>Participa en concurso de competencia<br>Participa en juegos grupales, bloques de construcción, legos, rosetas |
|--|---|---|--|--|

**DÍA OCHO**

| <b>MENÚ</b>   | <b>INGREDIENTES</b>   | <b>GRUPO</b>  | <b>ÓRGANOS QUE SE DESARROLLAN</b>  | <b>RESULTADOS EN LA EDUCACION</b>  |
|---|---|---|--|--|
| <p><b>COLACIÓN DE LA MAÑANA</b><br/><b>COLADA DE MACHICA CON NARANJILLA</b></p>                       | <p>Agua<br/>Machica<br/>15 naranjillas<br/>1 libra de azúcar<br/>Panela</p>   | <p>Proteínas<br/>Vitaminas<br/>Carbohidratos</p>            | <p>Memoria<br/>Vista, atención, piel<br/>Masa muscular</p>   | <p>Juegos de seriación, atendiendo a los atributos (colores, tamaños, grosor, forma)<br/>Observación de vídeos, ábacos, títeres, que permiten el intercambio de ideas y opiniones,<br/>Participa en juegos rondas, dinámicas y plantea variantes</p>   |
| <p><b>ALMUERZO</b><br/><b>SOPA DE ARVEJA SECA Y ARROZ CON HUEVO REVUELTO Y ENSALADA DE RÁBANO</b></p> | <p><b>Sopa</b><br/>1 ½ de arvejas<br/>½ libra de arroz de sopa<br/>Cebolla<br/>Aceite<br/>Leche<br/>Hiervas sal al gusto<br/><b>Arroz</b><br/>3 atados de rábano<br/>3 cebollas coloradas<br/>1 lechuga<br/>Aceite<br/>Sal<br/>Limón al gusto<br/>10 huevos</p> | <p>Carbohidratos<br/>Calcio<br/>Proteínas<br/>Vitaminas</p> | <p>Energía (masa muscular)<br/>Dientes, huesos, uñas<br/>Memoria,<br/>Memoria visual, atención</p> | <p>Participar en desplazamientos, total y parcial (gateando, rodando, arrastrándose y trepando)<br/>Realiza movimientos libres y dirigidos de motricidad gruesa y fina con su cuerpo<br/>Participa en juegos de competencia, saltando obstáculos,<br/>Busca el objeto oculto en láminas, modela objetos con plastilina</p> |
| <p><b>COLACIÓN DE LA TARDE</b><br/><b>CAUCA DE MOROCHO CON LECHE</b></p>                              | <p>1 libra de cauca de morocho<br/>2 ½ litros de agua<br/>4 litros de leche<br/>¼ de panela<br/>Canela</p>  | <p>Calcio<br/>Carbohidratos<br/>Proteínas</p>               | <p>Huesos, dientes, uñas<br/>Energía (masa muscular)<br/>Memoria</p>                               | <p>Desplazamientos: Saltos con alternación de pies, juntos, un solo pie; todo el pie, sobre las puntas de los pies, sobre los talones, Títeres, marionetas, son excelentes estímulo para el lenguaje.</p>  |

**DÍA NUEVE**

| <b>MENÚ</b>   | <b>INGREDIENTES</b>  | <b>GRUPO</b>   | <b>ÓRGANOS QUE SE DESARROLLAN</b>   | <b>RESULTADOS EN LA EDUCACION</b>  |
|---|--|--|---|--|
| <b>COLACIÓN MAÑANA<br/>SÉMOLA CON LECHE</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 litros de agua</li> <li>- Sémola</li> <li>- 4 litros de leche</li> <li>- ¼ de panela</li> <li>- Canela</li> </ul>   | Carbohidratos<br>Calcio  | Energía – masa muscular<br>Dientes, huesos, uñas  | Reptación: sobre el vientre, sobre la espalda, impulsándose en los codos<br>Crecimiento, dentición, motricidad fina, pinzas, texturas.   |
| <p style="text-align: center;"><b>ALMUERZO</b></p> <p style="text-align: center;"><b>SOPA DE HORTALIZAS<br/>Y ARROZ CON<br/>ENSALADA DE<br/>ZANAHORIAS, CARNE<br/>FRITA</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cebolla blanca</li> <li>- 5 ½ de agua</li> <li>- 2 zanahorias, ¼ de col</li> <li>- 4 libras de papas</li> <li>- ½ plato de nabo</li> <li>- ½ plato de espinaca</li> <li>- ½ plato de hojas de rábano</li> <li>- ½ plato de hojas de remolacha</li> <li>- Leche</li> </ul> <p><b>ARROZ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 10 zanahorias</li> <li>- Aceite, Sal, Perejil</li> <li>- Cebolla blanca, Lechuga</li> <li>- Limón, Aliños</li> <li>- 2 ½ libras de carne de chancho</li> </ul> | Vitaminas A,E,<br>Carbohidratos<br>Hierro<br>Calcio<br>Proteínas | Vista, atención, piel<br>Energía<br>(masa muscular)<br>Desnutrición<br>Dientes, huesos, uñas<br>Memoria | Coordinación ojo – mano, pie, identificación de colores, tamaños, desplazamiento, corre hacia delante, hacia atrás, gira, repta, gatea.<br>Vitalidad, ánimo, atención, crecimiento<br>Crecimiento, sube y baja gradas, mete, saca, rasga, troza. Lectura del ambiente: letreros, propagandas, revistas, periódicos |
| <b>COLACIÓN TARDE<br/>MEZCLA DE QUINUA<br/>CON CHOCHO</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ½ libra de quinua</li> <li>- 4 oz de chocho</li> <li>- Agua</li> <li>- 20 naranjillas</li> <li>- 1 libra de azúcar</li> </ul>   | Proteínas<br>Carbohidratos<br>Vitaminas                          | Incremento de las facultades mentales.<br>Energía, masa muscular,<br>Vitalidad                          | Repite trabalenguas, representa roles.<br>Se desplaza, saltando por una tabla, con los dos pies, con un solo pie.  |

**DÍA DIEZ**

| MENÚ  | INGREDIENTES  | GRUPO   | ÓRGANOS QUE SE DESARROLLAN  | RESULTADOS EN LA EDUCACIÓN  |
|---|---|---|---|---|
| <p><b>COLACIÓN DE LA MAÑANA</b></p> <p><b>ZAMBO CON LECHE</b></p>                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 litros de agua</li> <li>- -zambo mediano</li> <li>- 4 litros de leche</li> <li>- ¼ de panela</li> <li>- Canela</li> </ul>  | <p>Vitaminas<br/>Calcio<br/>Carbohidratos<br/>Minerales</p>         | <p>Atención, visión, memoria, piel<br/>Huesos, dientes, uñas<br/>Energía – masa muscular<br/>Coagulación de la sangre</p> | <p>Motricidad fina:<br/>Crecimiento<br/>Sentido de movimiento<br/>Vitalidad para cualquier actividad</p>  |
| <p><b>ALMUERZO</b></p> <p><b>SOPA DE UCHUJACU</b><br/>(mezcla de harinas) y<br/><b>arroz dorado</b></p> | <p><b>Sopa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 4 ½ litros de agua</li> <li>- ½ libra de uchujacu</li> <li>- 2 ½ libras de papas</li> <li>- ¼ de col</li> <li>- Tostado</li> </ul> <p><b>Arroz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cebolla colorada</li> <li>- Aceite</li> <li>- 7 huevos</li> <li>- ¾ de queso</li> </ul> | <p>Proteínas<br/>Carbohidratos<br/>Vitaminas A,E,<br/>Minerales</p> | <p>Memoria<br/>Energía<br/>(masa muscular)<br/>Atención, visión, memoria, piel<br/>Hidratación al cuerpo</p>              | <p>Desarrollo armónico de las facultades mentales, recordar rimas, canciones, refranes, adivinanzas<br/>Ayuda a la duración de movimientos, normal, lento, acelerado.<br/>Coordinación, ojo – pie, ojo – mano,<br/>El conejo y el ratón llegan a su madriguera, pero sin pisar los bordes del camino, caminatas sobre líneas diseñadas en el piso.<br/>Los minerales ayudan a hidratar el cuerpo dando fuerza para todas las actividades.</p> |

|  |  |   |   |   |
|--|--|---|---|---|
| <b>COLACIÓN TARDE<br/>COLADA DE QUINUA<br/>CON GUAYABA</b> | - ½ libra de quinua<br>- Agua<br>- 20 guayaba<br>- 1 libra de azúcar | Potasio<br>Calcio<br>Hidratos de<br>carbono | Memoria<br>Dientes, uñas<br>huesos<br>Energía masa muscular | Dominós de idénticos<br>Constancia perceptual<br>atención relación espacial<br>Ensarta hilos, junta granos,<br>piedras, objetos de diferentes<br>tamaños<br>Crecimiento: Juega, compite,<br>salta, Movilidad articular y<br>elasticidad<br>Velocidad, agilidad normal<br>lenta y rápido |
|--|--|---|---|---|

DÍA ONCE

| MENÚ  | INGREDIENTES  | GRUPO  | ÓRGANOS QUE SE DESARROLLAN   | RESULTADOS EN LA EDUCACION  |
|---|---|--|--|---|
| <p align="center"><b>COLACIÓN<br/>MAÑANA<br/>ARROZ DE SOPA<br/>CON<br/>NARANJILLA</b></p>           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz de sopa</li> <li>- Agua</li> <li>- ¼ de panela</li> <li>- 20 naranjillas</li> </ul>  | <p>Carbohidratos<br/>Vitaminas</p>   | <p>Energía – masa muscular<br/>Piel, atención, visión</p>                  | <p>Desplazamiento: corre, salta.<br/>Brinca, gatea, salta en un solo pie, en dos pies.<br/>Motricidad fina: texturas, tamaños, colores, peso.</p>   |
| <p align="center"><b>ALMUERZO<br/>Locro de acelga,<br/>arroz con mellocos,<br/>carne frita.</b></p> | <p><b>Locro</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Agua</li> <li>- 3 libras de papa</li> <li>- 2 atados de acelga</li> <li>- Leche</li> <li>- Sal al gusto</li> </ul> <p><b>Arroz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 fundas de melloco</li> <li>- Cebolla colorada</li> <li>- ¼ de leche</li> <li>- 2 libras de carne de res</li> <li>- Ajo y sal al gusto</li> <li>- Aceite</li> </ul> | <p>Carbohidratos<br/>Vitaminas A<br/>Minerales<br/>(Fosforo, potasio, fibra)<br/>Proteínas</p> | <p>Energía<br/>(masa muscular)<br/>Ojos, Piel, atención,<br/>Memoria</p>   | <p>Motricidad gruesa: corre hacia adelante, atrás a la izquierda a la derecha, roles.<br/>Diferencia colores texturas, medidas<br/>Memoriza la letra de canciones rimas, mejora su lenguaje, colorea figuras, lee imágenes de izquierda a derecha, discrimina sílabas.</p>              |
| <p align="center"><b>COLACIÓN<br/>TARDE<br/>COLADA DE<br/>HARINA DE<br/>HABA CON<br/>LECHE</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Agua</li> <li>- 12 oz de harina de haba</li> <li>- 4 litros de leche</li> <li>- ¼ de panela</li> <li>- Canela al gusto</li> </ul>  | <p>Carbohidratos<br/>Hierro<br/>Calcio</p>   | <p>Energía masa muscular<br/>Evita la anemia<br/>Huesos, dientes, uñas</p> | <p>Juega al gato y al ratón, salta obstáculos, patear la pelota.<br/>Ayuda a la atención, está activo, se interesa por las actividades que realizan los demás, socializa.<br/>Crecimiento: diferencia tamaños, texturas, colores, ensarta, enhebra, troza, rasga, arruga, entorcha.</p> |

| MENÚ  | INGREDIENTES  | GRUPO   | ÓRGANOS QUE SE DESARROLLAN  | RESULTADOS EN LA EDUCACION   |
|---|---|---|---|--|
| <p align="center"><b>COLACIÓN<br/>MAÑANA<br/>COLADA DE<br/>QUINUA CON<br/>LECHE</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 libra de harina de quinua</li> <li>- 4 litros de leche</li> <li>- ¼ de panela</li> <li>- Canela</li> </ul>   | <p>Proteínas<br/>Calcio</p>   | <p>Memoria, células cerebrales<br/>Huesos, dientes, uñas</p>                            | <p>Aprendizaje: observa láminas, videos, revistas, afiches, periódicos, de situaciones y acontecimientos, buscando respuestas a sus inquietudes, sobre situaciones cotidianas. Crecimiento, motricidad fina, modelado, dibujo, pinta, arma, diferencia tamaños, texturas.</p>                |
| <p align="center"><b>ALMUERZO</b></p> <p align="center"><b>CREMA DE<br/>ZANAHORA<br/>AMARILLA,<br/>ARROZ CON<br/>ENSALADA<br/>CRIOLLA Y CON<br/>TORTILLA DE<br/>HUEVO</b></p> | <p><b>Colada</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cebolla</li> <li>- Aceite</li> <li>- Agua</li> <li>- 5 zanahorias</li> <li>- 2 fundas de arvejas</li> <li>- 2 oz de harina flor</li> <li>- Leche</li> <li>- ½ queso</li> <li>- Ajo y sal al gusto</li> <li>- Hierbas picadas</li> </ul> <p><b>Arroz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 4 zanahorias</li> <li>- 2 fundas de arvejas</li> <li>- 1 coliflor</li> <li>- 4 ½ libras de papas</li> <li>- ¼ de col</li> <li>- Aceite</li> <li>- 2 limones</li> </ul> | <p>Vitamina<br/>Calcio<br/>Carbohidrato<br/>Minerales (sodio, potasio)<br/>Proteínas<br/>Grasas</p> | <p>Ojos, atención<br/>Huesos, dientes, uñas<br/>Energía - masa muscular<br/>Memoria</p> | <p>Percepción de colores, formas, magnitud, tamaño, textura, agrupación según las cualidades. Crecimiento, percepción de tamaños, orden. Trepa, resbala, gatea, brinca, se desplaza por las escaleras. Arma rompecabezas, seriaciones, narra cuentos, lee letreros, discrimina palabras.</p> |

|  |   |                            |  |   |
|--|---|----------------------------|--|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>- 2 tomates</li><li>- 1 rama de cebolla blanca</li><li>- Huevos</li></ul>               |                            |  |   |
| <b>COLACIÓN<br/>TARDE<br/>PLATANO<br/>COCINADO</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>- 10 plátanos maduros</li><li>- Agua</li><li>- 1/3 de panela</li><li>- Canela</li></ul> | Carbohidratos<br>Vitaminas | Energía masa muscular<br>Atención, retención,<br>concentración | Juega, socializa con los demás,<br>compite, disfruta de diferentes<br>juegos entre compañeros.<br>Memoria visual, seriación de<br>objetos por colores, tamaños,<br>formas, fondo, rasga, troza,<br>arruga, pinta. |

**DÍA TRECE**

| <b>MENÚ</b>   | <b>INGREDIENTES</b>   | <b>GRUPO</b>   | <b>ÓRGANOS QUE SE DESARROLLAN</b>   | <b>RESULTADOS EN LA EDUCACION</b>  |
|---|---|--|---|--|
| <p><b>COLACIÓN MAÑANA</b></p> <p><b>COLADA DE TRIGO CON LECHE</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Agua</li> <li>- 12 oz de harina de trigo integral</li> <li>- 4 litros de leche</li> <li>- ¼ de panela</li> <li>- Canela</li> </ul>   | <p>Carbohidratos</p> <p>Calcio</p> <p>Proteínas</p>                  | <p>Energía – masa muscular</p> <p>Huesos, dientes, uñas</p> <p>Memoria</p>  | <p>Se desplaza sobre objetos con los ojos cerrados, salta con dos pies, en uno solo.</p> <p>Crecimiento, salta, corre brinca, trepa, dentición de silabas, motricidad fina.</p> <p>Memoriza el Himno Nacional, relata cuentos, trabalenguas, rimas</p>   |
| <p><b>ALMUERZO SOPA DE VERDE RALLADO Y ARROZ DE QUINUA</b></p>        | <p><b>Sopa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cebolla</li> <li>- Agua</li> <li>- 3 plátanos verdes</li> <li>- 2 ½ libras de papas</li> <li>- 1 plato de espinaca</li> <li>- Hojas de rábano</li> <li>- Leche</li> <li>- Queso</li> <li>- Sal y ajo al gusto</li> </ul> <p><b>Arroz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 libras de quinua</li> <li>- 4 zanahorias</li> <li>- 2 fundas de Arveja</li> </ul> | <p>Carbohidratos</p> <p>Proteínas</p> <p>Calcio</p> <p>Vitaminas</p> | <p>Energía - masa muscular</p> <p>Memoria</p> <p>Dientes, huesos, uñas</p> <p>Atención, retención, concentración.</p> | <p>Marcha: sobre todo el pie, sobre las puntas, sobre los talones, en cuclillas</p> <p>Resuelve problemas cotidianos, dibuja su cuerpo.</p> <p>Crecimiento, rasga, troza, arruga, entorcha.</p> <p>Coordinación, ojo, mano, pie, retiene pequeños mensajes, se concentra en las actividades.</p> |

|  |   |                                |  |   |
|--|---|--------------------------------|--|---|
| <b>COLACIÓN<br/>TARDE<br/>AVENA CON<br/>NARANJILLA</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>- Agua</li><li>- 12 oz de avena</li><li>- 15 naranjillas</li><li>- ¼ de panela</li><li>- Canela</li></ul> | Carbohidratos<br><br>Vitaminas | Energía masa muscular<br><br>Vitalidad al cuerpo | Juega futbol, baja y sube escaleras,<br><br>Ayuda a la atención, visión, retención, comprensión, para todas las actividades que se realizan en el aula. |
|--|---|--------------------------------|--|---|

**DÍA CATORCE**

| <b>MENÚ</b>  | <b>INGREDIENTES</b>  | <b>GRUPO</b>  | <b>ÓRGANOS QUE SE DESARROLLAN</b>                                    | <b>RESULTADOS EN LA EDUCACION</b>  |
|--|--|---|--|--|
| <p align="center"><b>COLACIÓN<br/>MAÑANA</b></p> <p align="center"><b>LECHE CON<br/>PANELA</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- 5 litros de leche</li> <li>- ¼ Panela</li> <li>- Canela</li> </ul>  | <p>Proteínas<br/>Calcio<br/>Carbohidratos</p>         | <p>Memoria<br/>Huesos, dientes. Uñas<br/>Energía – masa muscular</p> | <p>Desarrolla las facultades mentales, percepción auditiva, sensorial. Crecimiento de los huesos estén fuertes para correr, saltar desplazarse. Atención, para todas las actividades de desarrollo motor.</p>  |
| <p align="center"><b>ALMUERZO</b></p> <p align="center"><b>SOPA DE LENTEJA<br/>Y ESPINACA,<br/>ARROZ CON<br/>ENSALADA DE<br/>NABOS</b></p> | <p><b>Sopa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 6 litros de agua, Leche</li> <li>- 1 libra de lenteja</li> <li>- 3 libras de papas</li> <li>- Espinaca, Cebolla</li> <li>- Ajo y sal al gusto</li> </ul> <p><b>Arroz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cebolla y ajo, Aceite, Agua</li> <li>- ¼ de leche</li> <li>- Nabo</li> <li>- ½ queso</li> <li>- Huevo</li> <li>- Aguacate</li> </ul> | <p>Proteínas<br/>Carbohidratos<br/>Vitaminas A,E,</p> | <p>Memoria<br/>Energía<br/>(masa muscular)<br/>Piel, vista.</p>      | <p>Memoriza referencias personales de cada niño apellidos de sus padres<br/>Carrera de obstáculos<br/>Pasar sobre una silla, debajo de una mesa, pasar sobre la mesa, dar una vuelta alrededor de una caja.<br/>Realiza actividades óculo manuales como ensartar, punzar, pintar, dibujar,</p> |
| <p align="center"><b>COLACIÓN<br/>TARDE</b></p> <p align="center"><b>PAN CON DULCE</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pan con dulce</li> </ul>  | <p>Carbohidrato</p>                                   | <p>Desarrollo muscular</p>   | <p>Se desenvuelve con acto motor voluntario y juega libremente.</p>  |

## **8. RECOMENDACIONES**

1. Que las autoridades de cada centro infantil verifiquen y controlen la aplicación de la propuesta alternativa para que se alcancen los objetivos establecidos.
2. Utilizar en mayor parte los alimentos de la zona.
3. Además de la aplicación de la propuesta, el personal de limpieza, debe recibir asesoría sobre la manipulación y preparación de alimentos.
4. Que los 14 menús sean utilizados de forma alternativa para la variedad en la distribución de alimentos.
5. Solicitar evaluaciones periódicas por parte del Ministerios de Salud a fin de que se de seguimiento a la nutrición y salud de los niños.

## V. BIBLIOGRAFIA

1. ALDERMAN, Harold (2006), *Invertir en el desarrollo en la primera infancia en, Research Brief*, Agosto
2. ANDER EZEQUIEL - EGG. (1977) *Técnicas de investigación social*. Edición 21. Humanista.
3. BARNES, Lewis. A. (1993) *Manual de Nutrición Pediátrica*. México.
4. BENGUA y otros, José Ma. (1997) *Nutrición y alimentación del niño en los primeros años de vida*. Organización Panamericana de Salud. Washington DC.
5. CAMERÓN YNGUE, Holvander Margaret. (1989) *Manual para alimentación de Infantes y niños pequeños*. México.
6. CAMPOS y otros, Santiago. (1997) *Bases de Pediatría Crítica* 2º Edición, Quito
7. CERVERA y otros, P. (2004) *Alimentación y Dieta terapia*. Cuarta edición.
8. CRAIG, Grace J. (2001), *Desarrollo Psicológico*. 8va. Edición. Pearson Educación. México.
9. COMISIÓN EUROPEA, *Aprendamos a comer bien*, Proyecto de Educación Nutricional y Secretaria Técnica de Frete Social.
10. DAZA, Carlos Hernán , *Nutrición infantil y rendimiento escolar*, en Colombia Médica 1997; 28: 92-8
11. DONNELL, Bengoa José Ma., Alejandro (1997) *Nutrición y alimentación del niño en los primeros años de vida*. Organización Panamericana de Salud. Washington DC.
12. FUNES, Claudia (2009), Jardines materno-infantiles y salas de 5 años que pertenecen al Movimiento los Sin Techo

13. LEDESMA y otros, Angel. *Tablas de valor nutritivo de los alimentos*.
14. MINSITERIO DE BIENESTAR SOCIAL (2000). Estándares de calidad para los centros alternativos de desarrollo infantil, Acuerdo Ministerial 1713 del 29 de noviembre.
15. PEREZ y otros J.M. (2003) *Nutrición en Pediatría 2º Edición Ergon* (Madrid).
16. PROGRAMA NUESTROS NIÑOS. (2001) *Manual de arranque*. Modalidad. 4 centros integrados de desarrollo infantil.
17. UNESCO, Foro Mundial de la Educación, Dakar – Senegal 26 -28 de abril del 2000

### **Infografía**

1. [www.cepar.org.ec](http://www.cepar.org.ec)
2. [www.vistazo.com/webpages/pais/imprimir.php?id=8258](http://www.vistazo.com/webpages/pais/imprimir.php?id=8258)
3. <http://pepitorias.blogspot.com/2008/04/Latinoamérica-infancia-y-pobresa.html>
4. [www.eluniverso.com/2008/06/01](http://www.eluniverso.com/2008/06/01)
5. [www.wikipedia.com](http://www.wikipedia.com)
6. [www.unesdoc.unesco.org/images/0012/001211/121147S.pdf](http://www.unesdoc.unesco.org/images/0012/001211/121147S.pdf)

# ANEXOS

**ANEXO 1.**

**ESCUELA POLITÉCNICA DEL EJÉRCITO**

**MODALIDAD DE EDUCACIÓN A DISTANCIA**

**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES**

**ENTREVISTA APLICADA A LOS DIRECTIVOS DE LOS CENTROS INFANTILES  
FRANCISCO CHIRIBOGA, TIERRA DE VIDA Y GOTITAS DE AMOR.**

**OBJETIVO:**

Determinar los estándares de calidad.

**DATOS INFORMATIVOS**

Centro Educativo de Investigación: \_\_\_\_\_

Responsable de la Institución \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Responsable de la Observación: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

**1.- ¿Cómo está organizada el Área Nutricional de su Centro Infantil?**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**2.- ¿Existen las condiciones físicas que garanticen un adecuado manejo de los alimentos?**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**3.- ¿El personal de cocina es profesional en el área de nutrición?**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**4.- ¿La alimentación diaria de los niños está en función de una guía alimentaria técnicamente elaborada?**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**5.- ¿Los alimentos que se dan a los niños están en función de los estándares de calidad emanados por el Ministerio de Bienestar Social?**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**6.- ¿Con qué frecuencia utilizan los alimentos de la zona?**

\_\_\_\_\_

ANEXO 2

# ESCUELA POLITÉCNICA DEL EJÉRCITO

MODALIDAD DE EDUCACIÓN A DISTANCIA

DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

ENCUESTA DIRIGIDA AL PERSONAL ENCARGADO DEL CENTRO DE  
EDUCACIÓN INFANTIL.

Lugar..... Fecha.....

Hora.....

**OBJETIVOS:** Obtener la información de calidad de los servicios de alimentación de los niños de los centros infantiles en estudio.

Marque con una X según corresponda con la mayor sinceridad posible:

1 ¿El centro se encuentra con todos los servicios básicos?

SI..... NO..... A VECES.....

2 ¿Existe basureros con su respectiva tapa, en distintos lugares del Centro Infantil?

SI..... NO..... A VECES.....

3 ¿El local permanece completamente limpio, libre orina heces fecales, basura, polvo?

SI..... NO..... A VECES.....

4 ¿Hierven la vajilla que utilizan los niños?

SI..... NO..... A VECES.....

5 ¿Se utiliza con frecuencia los alimentos que se producen en la zona?

SI..... NO..... A VECES.....

6 ¿Conservan frescos los alimentos?

SI..... NO..... A VECES.....

**7 ¿Ha recibido algún curso sobre manipulación, preparación, conservación de alimentos?**

**SI..... NO..... A VECES.....**

**8 ¿El lugar donde preparan los alimentos tiene la seguridad pertinente para que los niños no ingresen?**

**SI..... NO..... A VECES.....**

**9 ¿Los muebles de comedor son aptos para los niños?**

**SI..... NO..... A VECES.....**

**10 ¿Considera usted agradable el ambiente donde se alimentan los niños?**

**SI..... NO..... A VECES.....**

**11 ¿Motiva usted cuando los niños no desean ingerir los alimentos?**

**SI..... NO..... A VECES.....**

**12 ¿Ha recibido capacitación sobre nutrición infantil?**

**SI..... NO..... A VECES.....**

**13 ¿Cree usted que es necesario tener una buena alimentación en la infancia?**

**SI..... NO..... A VECES.....**

**14 ¿Usted se realiza exámenes médicos?**

**SI..... NO..... A VECES.....**

**15 ¿Con la experiencia que usted tiene, considera estar preparado para brindar alimentación balanceada a los niños/as?**

**SI..... NO..... A VECES.....**

**16 ¿Cree usted que es necesario crear una guía de alimentación para madres comunitarias?**

**SI..... NO..... A VECES.....**

**17 ¿El centro infantil cuenta con nutricionista?**

SI..... NO..... A VECES.....

**18 Si su respuesta es sí, para la elaboración de alimentos ¿Sigue la recomendación del nutricionista? Si su respuesta es no, ¿Con qué criterio elabora los alimentos?**

SI..... NO..... A VECES.....

**19 ¿Hierve el agua para que los niños/as los consuman o tiene agua de botellón?**

SI..... NO..... A VECES.....

ANEXO 3

**ESCUELA POLITÉCNICA DEL EJÉRCITO**

**MODALIDAD DE EDUCACIÓN A DISTANCIA**

**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES**

**ENCUESTA DIRIGIDA A LOS PADRES DE FAMILIA**

**Lugar.....**

**Fecha.....**

**Hora.....**

**Objetivo.-** Obtener el criterio de los padres de familia referente a la atención adecuada de sus hijos en el Centro Infantil

**Instrucciones.-** Estimados señores padres de familia, sírvase consignar una (x) en la opción correspondiente de acuerdo a su criterio

1. **¿El local permanece completamente limpio, libre orina heces fecales, basura, polvo?**  
SI..... NO..... A VECES.....
  
2. **¿Se utiliza con frecuencia los alimentos que se producen en la zona?**  
SI..... NO..... A VECES.....
  
3. **¿El lugar donde preparan los alimentos tiene la seguridad pertinente para que los niños no ingresen?**  
SI..... NO..... A VECES.....
  
4. **¿Considera Usted agradable el ambiente donde se alimentan los niños?**  
SI..... NO..... A VECES.....
  
5. **¿Cree usted que las madres comunitarias están capacitadas para cuidar la alimentación de los niños/as que están a su cuidado?**  
SI..... NO..... A VECES.....
  
6. **¿Cree usted que las personas encargadas del manejo de alimentos tienen el conocimiento suficiente?**

SI..... NO..... A VECES.....

7. **¿Las madres comunitarias mantienen medidas de aseo para preparar los alimentos?**

SI..... NO..... A VECES.....

8. **¿Los niños/as consumen alimentos frescos?**

SI..... NO..... A VECES.....

11. **¿Colocan en un lugar visible o en el cartel el MENÚ de la semana?**

SI..... NO..... A VECES.....

12 **¿Usted proporciona a su niño/a alimentos como cachitos, papas de funda, pinchos, salchipapas, etc.?**

SI..... NO..... A VECES.....

13 **¿Considera usted necesario la creación de una Guía Nutricional para madres comunitarias?**

SI..... NO..... A VECES.....

**ANEXO 4**

**ESCUELA POLITÉCNICA DEL EJÉRCITO**  
**MODALIDAD DE EDUCACIÓN A DISTANCIA**  
**DEPARTAMENTO DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES**

**FICHA DE OBSERVACIÓN APLICADA AL PERSONAL ENCARGADO DEL  
CENTRO DE EDUCACIÓN INFANTIL.**

**1.- DATOS INFORMATIVOS**

- Centro Educativo de Investigación: \_\_\_\_\_
- Persona Responsable de la Institución: \_\_\_\_\_
- Persona Responsable de la Observación: \_\_\_\_\_
- Dirección: \_\_\_\_\_
- Teléfono: \_\_\_\_\_
- Fecha: \_\_\_\_\_

**2.- ASPECTOS OBSERVADOS.**

| <b>FRECUENCIA</b><br><b>CARACTERÍSTICA</b>                           | <b>SIEMPRE</b>  | <b>OCASIONALMENTE</b> | <b>NO SE OBSERVA</b> |
|--|-----------------|-----------------------|----------------------|
|  | Aseo de vajilla | X                     |                      |
| Limpieza de alimentos  | X               |                       |                      |
| Conservación de los alimentos  |                 | X                     |                      |
| El Centro cuenta con la vajilla suficiente para el número de niños.  |                 |                       |                      |
| Mobiliario para guardar los utensilios de cocina pero sin puerta.    |                 |                       |                      |
| Muebles suficientes con puertas                                      |                 |                       |                      |
| Consumo de los alimentos que se producen en la zona.                 |                 |                       |                      |
| El Centro cuenta con una refrigeradora                               |                 |                       |                      |
| Se encuentra en un lugar visible el MENÚ de la semana                |                 |                       |                      |
| Se encuentra orina o heces fecales en alguna parte del Centro.       |                 |                       |                      |
| Se encuentra basura, comida o polvo acumulado en el piso del Centro. |                 |                       |                      |
| Existen basureros con tapa en los diferentes basureros del Centro.   |                 |                       |                      |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| Hay limpieza de la cocina, utensilios y comedor.   |  |  |  |
| <b>INFRAESTRUCTURA</b>   |  |  |  |
| El local cuenta con una cocina independiente con paredes y puertas que no permite la entrada de los niños.           |  |  |  |
| El local tiene un lugar para guardar los materiales de aseo y limpieza y los niños no tienen acceso a dicho espacio. |  |  |  |
| Tiene la independencia y separación de lugares para los grupos 0 – 2, 2 – 4 y 4 – 6                                  |  |  |  |
| Posee suficientes letrinas e inodoros  |  |  |  |
| El local permanece completamente limpio, heces fecales, basura, polvo  |  |  |  |
| El ambiente donde se alimentan los niños es agradable  |  |  |  |
| <b>RECURSOS HUMANOS</b>  |  |  |  |
| En el Centro existe una madre comunitaria por cada 8 - 10, 11 -15, 16 a 18 niños, 19 y más                           |  |  |  |
| Poseen Certificado de Salud las madres comunitarias  |  |  |  |
| Las madres comunitarias están capacitadas para cuidar la alimentación de los niños                                   |  |  |  |
| Consumen los niños alimentos industrializados  |  |  |  |

## ANEXO 5

**La Resolución Administrativa No. 35 – DG – INFA \_ 2009**<sup>30</sup>, considerando que:

*El numeral 3 del artículo 3 de la Convención sobre los Derechos del Niño, establece que “Los estados partes se asegurarán que las instituciones, servicios y establecimientos encargados del cuidado o la protección de los niños cumplan las normas establecidas por las autoridades competentes, especialmente en materia de seguridad, sanidad, número de competencia de su personal, así como en relación con la existencia de una supervisión adecuada”*

*Que, mediante Acuerdo Ministerial No.1771 de 22 de enero del 2003 y publicado en el Registro Oficial No. 40 del 14 de marzo de 2003, se expiden los Estándares de calidad para los centros de desarrollo infantil públicos y privados de modalidad convencional;*

*Que, mediante Decreto Ejecutivo No.1770 expedido el 24 de Junio de 2008, con vigencia a partir del 3 de Julio de 2008, se creo el Instituto de la Niñez y la Familia INFA, como entidad de derecho público adscrito al Ministerio de Inclusión Económica y Social MIES, con jurisdicción nacional, dotado de personería Jurídica, patrimonio propio e independencia técnica, administrativa y financiera:*

*Que el artículo 2 del Decreto Ejecutivo antes referido determina que el Instituto de la Niñez y la Familia INFA tendrá como misión fundamental garantizar los derechos de los niños, niñas y adolescentes en el Ecuador para el ejercicio pleno de la ciudadanía en libertad e igualdad de oportunidades;*

*Que los literales a), f), g) y h) del artículo 4 del antes referido decreto, establecen que el Instituto de la Niñez y la Familia =INFA= tendrá, entre otras, las siguientes funciones: a) Ejecutar las políticas nacionales de desarrollo Infantil; f) Organizar los servicios sociales básicos de protección y desarrollo de la niñez y adolescencia de prestación directa y delegada a terceros; g) Autorizar a organizaciones privadas la prestación de servicios sociales, coordinar sus actividades y supervisarlas técnicamente; y, h) Organizar y llevar un registro de prestadores de servicios sociales públicos y privados;*

*Que, la Disposición Transitoria Primera, literal a) del Decreto Ejecutivo No. 1170 determina que todas las competencias, atribuciones, funciones, representaciones y delegaciones, constantes en leyes, reglamentos y demás instrumentos normativos a cargo de la Dirección de Atención Integral a la Niñez y Adolescencia -AINA- pasan a ser ejercidas por el Instituto de la Niñez y la Familia INFA;*

*Que, mediante Acuerdo Ministerial No. 1389 de 2 de febrero del 2009, se expiden las normas para la prestación de servicios y ejecución de proyectos para la protección integral a niños, niñas, adolescentes y sus familias y entrega de donaciones, ayudas o subvenciones por parte del Instituto de la Niñez y la Familia - INFA, en cuyo artículo 1, literal d), se establece facultad de autorizar a organizaciones privadas la prestación de servicios sociales;*

*Que, los artículos 7 y 8 del precitado Acuerdo Ministerial No. 1389, al tratar sobre la delegación para la prestación de servicios, que mediante acto administrativo el Instituto de la Niñez y la Familia, INFA podrá autorizar a instituciones públicas, personas naturales, organizaciones de derecho privado con o sin fines de lucro, nacionales o extranjeras el funcionamiento de centros de desarrollo infantil para la prestación de servicios sociales;*

---

<sup>30</sup> Ministerio de Inclusión Económica y Social, documento informativo 1

*Que, el literal e) del artículo 16 del Estatuto Orgánico por Procesos del Instituto de la Niñez y la Familia - INFA establece que atribuye y responsabiliza al Director General del INFA, la presentación al Ministerio de Inclusión Económica y Social - MIES los planes de acción, el presupuesto institucional y los reglamentos de administración y operación necesarios para el funcionamiento del Instituto de la Niñez y la Familia - INFA; y,*

*En ejercicio de las facultades que le confiere la Disposición General Tercera del Acuerdo Ministerial No. 1389 de 2 de febrero del 2009, se faculta al Director General del Instituto de la Niñez y la Familia - INFA que mediante resoluciones administrativas motivadas expida y mantenga actualizados los manuales e instructivos necesarios para implementar los procedimientos contemplados en estas normas,*

**Resuelve:**

***Expedir las siguientes normas para conceder la autorización de funcionamiento de centros de desarrollo infantil, públicos y privados.***

### **Capítulo I**

#### ***Naturaleza, objetivos, creación y responsabilidad de los centros de desarrollo infantil***

***Art. 1.- Naturaleza.-*** Los centros de desarrollo infantil son servicios prestados a través de unidades de atención para niños y niñas comprendidas entre los tres meses y los cinco años de edad. Podrán atender con horarios de medio tiempo, tiempo parcial y tiempo completo, de conformidad con la demanda existente.

*Por la naturaleza de la población atendida, el servicio de los centros de desarrollo infantil se proporcionará durante todo el año, pudiendo suspender sus actividades por 15 días para vacaciones anuales del personal, programación de actividades, adecuación de locales y más requerimientos.*

*Para el efecto se tomará como referencia el período vacacional de julio para la Sierra y Oriente y el de enero para la Costa y Región Insular.*

***Art. 2.- Objetivo.-*** Lograr el desarrollo integral con enfoque de derechos, desde los tres meses hasta los cuatro años 11 meses y treinta días a través de la atención directa a niñas y niños y mejorando los hábitos de crianza de madres y padres mediante procesos de formación a la familia y comunidad.

***Art. 3.- Inclusión.-*** Los centros de desarrollo infantil recibirán a niños y niñas menores de cinco años con discapacidad, propiciando la inclusión para su desarrollo integral.

***Art. 4.- De la prestación del servicio.-*** Para la prestación de un servicio de desarrollo infantil, las instituciones públicas, personas naturales, organizaciones de derecho privado con o sin fines de lucro, nacionales o extranjeras, deberán cumplir con las condiciones establecidas por el INFA para el funcionamiento de los centros de desarrollo infantil.

***Art. 5.- Autorización de funcionamiento.-*** Todos los centros de desarrollo infantil para su funcionamiento deben obtener la autorización del Instituto de la Niñez y la Familia - INFA en su respectiva jurisdicción, a través de una resolución administrativa. Los y las interesadas

presentarán la correspondiente documentación para la Sierra y Oriente, entre los meses de enero a julio y para la Costa y Región Insular, entre los meses de julio a enero.

No requerirán la autorización de funcionamiento los centros de desarrollo infantil que se financien con recursos del INFA mediante convenios de cooperación para prestación de servicios de desarrollo infantil o ejecución de proyectos de desarrollo infantil.

## **Capítulo II**

### **De los requisitos para obtener la autorización de funcionamiento**

**Art. 6.- Solicitud de autorización de funcionamiento.-** Las instituciones públicas, personas naturales, organizaciones de derecho privado con o sin fines de lucro, nacionales o extranjeras, interesadas en las prestación de servicios sociales, presentarán la solicitud de autorización de funcionamiento del centro desarrollo infantil dirigida a la Dirección Provincial del INFA, según formato establecido por el INFA y suscrita por él o la propietaria o representante legal de la organización.

**Art. 7.- Documentos adjuntos a la solicitud.**

#### **Para personas naturales**

- a) Copia a color notariada de la cédula de ciudadanía y papeleta de votación del o la propietaria. Para personas extranjeras, adicional copia notariada del censo vigente;
- b) Copia notariada del Registro Único de Contribuyentes;
- c) Record policial;
- d) Certificado médico otorgado por el IESS o un centro de salud público, que indique que goza de buena salud y no tiene enfermedades contagiosas;
- e) En caso de extranjeros, demostrar la calidad migratoria que le permite trabajar en el Ecuador;
- f) Proyecto de centro en base a las condiciones establecidas por el INFA para el funcionamiento de los centros de desarrollo infantil; y,
- g) Inscripción en el Registro de Entidades de Atención ante el Concejo Cantonal de la Niñez y Adolescencia.

#### **Para institución pública**

- a) Copia certificada del nombramiento del representante legal;
- b) Copia certificada del Registro Único de Contribuyentes;
- c) Proyecto de centro en base a las condiciones establecidas por el INFA para el funcionamiento de los centros de desarrollo infantil; y,

*d) Inscripción en el Registro de Entidades de Atención ante el Concejo Cantonal de la Niñez y Adolescencia.*

***Para organizaciones de derecho privado***

*a) Copia certificada o notariada del nombramiento del representante legal o directiva actualizada;*

*b) Copia notariada del instrumento jurídico de constitución de la persona jurídica (acuerdo ministerial, resolución, escritura de constitución de la compañía, etc.);*

*c) Copia notariada del Registro Único de Contribuyentes;*

*d) Ficha de identificación de la organización;*

*e) Proyecto de centro en base a las condiciones establecidas por el INFA para el funcionamiento de los centros de desarrollo infantil;*

*f) Inscripción en el Registro Único de Organizaciones de la Sociedad Civil;*

*g) Inscripción en el Registro de entidades de atención ante el Concejo Cantonal de la Niñez y Adolescencia; y,*

*h) Copia notariada del Registro de Organizaciones Sociales en el Ministerio de Coordinador de Desarrollo Social.*

***Elementos a considerar en el proyecto de centro.***

*a) Plano del local en el que se determine la distribución del espacio físico, en base a los estándares de calidad haciendo constar el área en metros cuadrados; así como el croquis de la ubicación geográfica del centro;*

*b) Escritura pública de propiedad, contrato de comodato o contrato de arrendamiento registrado este último en un Juzgado de Inquilinato o Juzgado de lo Civil; u otro que establezca el derecho de uso del inmueble destinado para el efecto;*

*c) Proyecto educativo;*

*d) Manual de procedimiento o reglamento interno del centro de desarrollo infantil, elaborado en base a las condiciones establecidas por el INFA para el funcionamiento de los centros de desarrollo infantil;*

*e) Ficha técnica del personal que laborará en el centro de desarrollo infantil;*

*f) Hojas de Vida con firma de responsabilidad y la documentación de soporte, y certificados del CONESUP, de conformidad con los perfiles establecidos en las presentes normas;*

*g) Presupuesto del centro; y,*

*h) Inventario del mobiliario, material didáctico y equipamiento;*

**Art. 8.- Trámite.-** *El trámite por ser técnico, debe ser realizado en todas sus fases únicas y exclusivamente por él o la propietaria, representante legal o un delegado del centro de desarrollo infantil. La delegación debe realizarse por escrito.*

**Art. 9.- Calificación de la documentación.-** *El Instituto de la Niñez y la Familia, INFA, en su respectiva jurisdicción, receptará, verificará y calificará la documentación presentada a través de un funcionario o funcionaria de la coordinación territorial.*

*Mediante el mecanismo definido por el INFA se realizará la verificación in situ de los aspectos legales, técnicos, administrativos y financieros.*

*El funcionario del INFA luego de la verificación realizará observaciones y recomendaciones para que sean cumplidas en un plazo no mayor de treinta días calendario, en los siguientes casos:*

- a) Documentación incompleta;*
- b) Documentación no acorde con los requisitos y lo estipulado en las condiciones establecidas por el INFA para el funcionamiento de los centros de desarrollo infantil; y,*
- c) Incumplimiento de estándares de calidad establecidos por el INFA.*

**Art. 10.- Informe técnico de viabilidad.-** *Luego que el o la interesada ha cumplido con los requisitos, el funcionario de la Coordinación Territorial realizará una nueva verificación y calificación de la documentación y emitirá un informe técnico de acuerdo al formato establecido por el INFA.*

*Si el informe técnico de viabilidad no es favorable, se suspenderá el trámite hasta que el o la interesada cumpla con los requisitos determinados en las presentes normas. Para ello el interesado o interesada presentará una nueva solicitud.*

*De no existir una nueva petición, se archivará el expediente.*

*Si el informe técnico es favorable, el Instituto de la Niñez y la Familia, INFA, a través de la Dirección Provincial, autorizará al solicitante la prestación de servicios sociales.*

**Art. 11.- Autorización.-** *La Dirección Provincial otorgará la autorización de funcionamiento mediante resolución administrativa y en formato establecido por el INFA. El trámite de autorización será absolutamente gratuito para el peticionario y tampoco implica un aporte de recursos por parte del Instituto de la Niñez y la Familia.*

**Art. 12.- Plazo de vigencia de la autorización.-** *La autorización de funcionamiento tendrá una vigencia de dos años a partir de la fecha de expedición de la resolución administrativa correspondiente.*

**Art. 13.- Responsabilidad.-** *Para todo efecto técnico, administrativo y legal, la responsabilidad del centro de desarrollo infantil recae en el o la propietaria, si fuere persona natural; o el representante legal, si se tratare de persona jurídica.*

**Art. 14.- Nombre del centro de desarrollo infantil.-** Las direcciones provinciales del INFA asegurarán que los nombres de los centros de desarrollo infantil no se repitan.

**Art. 15.- Prohibición de transferencia o cesión de la autorización.-** La resolución que autoriza el funcionamiento de un centro de desarrollo infantil no podrá ser cedida ni transferida a otra persona a ningún título.

Asimismo la autorización podrá ser extinguida por resolución del Instituto de la Niñez y la Familia, INFA antes de la terminación del plazo de vigencia, observando el debido proceso, cuando existan incumplimientos de parte del solicitante de las condiciones contenidas en la autorización o en las presentes normas.

### **Capítulo III**

#### **De la estructura administrativa y técnica**

**Art. 16.-** La estructura administrativa y técnica de los centros se establece jerárquicamente de la siguiente forma: (i) Nivel Directivo: propietario, Director y/o representante legal; (ii) Nivel Técnico: educadoras, auxiliares infantiles, médico pediatra, psicólogo educativo, terapeutas y profesores especiales; y, (iii) Nivel Administrativo y de servicios: auxiliares de limpieza, cocina, guardianía, conserjería.

**Art. 17.- Del personal.-** El centro de desarrollo infantil dispondrá como mínimo, del siguiente personal que cumpla con estos perfiles:

a) *Director o Directora:* Profesionales en educación inicial, parvularia o administración de centros infantiles. Debe acreditar una experiencia mínima de tres años de trabajo directo con niños y niñas. Debe permanecer en el centro toda la jornada de trabajo;

b) *Educadores o educadoras:* Profesionales de educación inicial, educación infantil o parvularias que acrediten un mínimo de dos años de experiencia de trabajo directo con niños y niñas en centros de desarrollo infantil. El número de educadoras/es responderá a lo establecido en los estándares de calidad según grupos etáreos que el centro infantil esté autorizado para atender. Deben permanecer en el centro toda la jornada de trabajo;

c) *Auxiliares infantiles o parvularias:* Bachilleres con mínimo de dos años de experiencia de trabajo directo con niños y niñas en centros de desarrollo infantil, como apoyo a las educadoras según lo estipulado en las condiciones establecidas por el INFA para el funcionamiento de los centros de desarrollo infantil;

d) *Auxiliar de cocina:* Con una formación mínima de educación básica y un año de experiencia específica. Deben permanecer en el centro toda la jornada de trabajo;

e) *Auxiliar de servicios:* Con una formación mínima de educación básica. Debe trabajar en el centro durante toda la jornada;

f) *Médico o médica:* Con especialidad en pediatría y/o medicina familiar, que acredite cursos de especialización y/o experiencia de dos años en el área de pediatría, tendrá como mínimo una asistencia semanal de 4 horas diarias; y,

*g) Psicólogo o psicóloga: Psicólogo educativo y/o psicólogo infantil, con experiencia de dos años de trabajo con niños y niñas en área específica, tendrá como mínimo una asistencia semanal de 4 horas diarias.*

*Si el centro contrata los servicios médico pediátrico y de psicólogo educativo a través de terceros, deberá presentar copia del respectivo contrato, el mismo que debe orientarse a la prevención y promoción de la salud física y mental de los niños y niñas en el centro.*

*En caso de que el centro de desarrollo infantil ofrezca servicios de computación, inglés, natación, u otros, deberá presentar la documentación que acredite que dicho personal está calificado para desempeñar estas actividades.*

*Al menos una de las personas que trabaja toda la jornada, debe tener conocimientos de auxiliar de enfermería, primeros auxilios y/o similares.*

*Las funciones y responsabilidades del personal, estarán establecidas en el manual de procedimientos interno o reglamento interno del respectivo centro.*

**Art. 18.-** *Una vez que el centro de desarrollo infantil, obtenga la resolución administrativa que autorice su funcionamiento, en el plazo de treinta días calendario, debe remitir copia de los contratos de trabajo del personal que se encuentra laborando, debidamente legalizados.*

**Art. 19.-** *El personal que labora en el centro es personalmente responsable de la seguridad de los niños y niñas, sin perjuicio de las responsabilidades técnicas, administrativas y legales del propio Director o representante legal del centro.*

#### **Capítulo IV**

##### **De la localización y espacio físico**

**Art. 20.- De la localización, espacio físico, equipamiento, materiales, menaje.-** *Para el funcionamiento de un centro de desarrollo infantil, se debe cumplir como mínimo con los estándares de calidad establecidos en el Acuerdo Ministerial No. 1771 de 22 de enero del 2003 y publicado en el Registro Oficial No. 40 del 14 de marzo del 2003, con el que se expiden los estándares de calidad para los centros de desarrollo infantil públicos y privados de modalidad convencional o las normas que los remplacen en caso de derogatoria o reforma del acuerdo.*

**Art. 21.- Centros infantiles en conjuntos habitacionales.-** *En caso de estar ubicados en conjuntos habitacionales se sujetarán además a lo establecido en la Ley de Propiedad Horizontal.*

#### **Capítulo V**

##### **De las obligaciones**

##### **Parágrafo 1**

##### **Obligaciones de los centros de desarrollo infantil**

**Art. 22.- Cumplimiento de normas y requerimientos técnicos.-** Los centros de desarrollo infantil orientarán la gestión institucional con sujeción a la Constitución de la República del Ecuador, Convención sobre los Derechos del Niño, Código de la Niñez y Adolescencia, las presentes normas, condiciones establecidas por el INFA para el funcionamiento de los centros de desarrollo infantil, u otros, establecidos por el Instituto de la Niñez y la Familia, para el efecto.

**Art. 23.- Becas.-** Todos los centros de desarrollo infantil tienen la obligación de recibir de manera gratuita a niños y niñas, cuyas familias no puedan cubrir el pago de la pensión establecida, en un número equivalente al 10% del cupo autorizado. Las becas podrán ser solicitadas por el Instituto de la Niñez y la Familia en el ámbito de su jurisdicción.

**Art. 24.- Notificación y autorización de cambios.-** El centro deberá previamente solicitar autorización al Instituto de la Niñez y la Familia en su jurisdicción, el mismo que procederá a verificar el cumplimiento de las normativas y estándares de calidad establecidos para el efecto, otorgándole el término de 15 días para presentar la documentación pertinente. La autorización será notificada al centro por medio de oficio.

El o la propietaria o el presentante legal del centro de desarrollo infantil comunicará por escrito al INFA de su jurisdicción, para la correspondiente autorización previo a que se den los siguientes cambios:

a) Cambio de personal cuando se trate de los previstos en los literales a), b), c), f) y g) del artículo 17 de las presentes normas. El personal propuesto para cambio debe tener perfiles iguales o superiores al presentado en la solicitud de autorización;

b) Cambio de dirección del centro y de su número telefónico o del propietario o representante legal del centro;

c) Incremento de valores por los servicios;

d) Incremento de número de niños y niñas;

e) Cambio de rangos de edad; y,

f) Cambio de propietario o representante legal.

**Art. 25.- Cambio de propietario del centro de desarrollo infantil.-** Si se produjere el cambio de propietario del centro, se deberá presentar una nueva solicitud de autorización de funcionamiento firmada por el nuevo propietario adjuntando la documentación solicitada en las presentes normas. Si el nuevo propietario deseara cambiar el nombre o razón social del centro lo hará en este mismo trámite.

**Art. 26.- Cambio de nombre o razón social del centro de desarrollo infantil.-** En caso que el mismo propietario requiera cambiar el nombre o razón social del centro, debe presentar una solicitud al Director Provincial del INFA de su jurisdicción, haciendo constar el nuevo nombre o razón social y las razones del cambio. El funcionario del INFA elaborará un informe en el que dé razón si el centro cumple con los requisitos y condiciones para el funcionamiento, y se tramitará una nueva resolución administrativa, así como la derogación de la anterior.

**Art. 27.- Cierre temporal o definitivo a solicitud del o la propietaria o representante legal.-** El o la propietaria o representante legal de un centro de desarrollo infantil y/o una organización de derecho privado con o sin fines de lucro, nacionales o extranjeras, podrán suspender temporal o definitivamente los servicios previa comunicación escrita a la Dirección Provincial del INFA, con su respectiva justificación con 30 días de anticipación. Igualmente deben comunicar a los padres y madres de familia o representantes de los niños y niñas, con 30 días de anticipación mínima.

En caso de tratarse de un cierre definitivo, el Instituto de la Niñez y la Familia procederá a declarar extinguida la resolución administrativa de autorización de funcionamiento.

De tratarse de un cierre temporal, este deberá ser autorizado a través de oficio por la Dirección Provincial y no podrá exceder de un año; pasado dicho plazo, si no hubiere notificación alguna, la autorización quedará extinguida de pleno derecho, sin necesidad de notificación ni trámite administrativo previo alguno.

**Art. 28.- Solicitud de incremento de pensiones.-** El propietario o representante legal, para realizar incrementos en el valor de la pensión deberá presentar una solicitud, adjuntando el presupuesto, la última planilla de aportes al IESS, el rol de pagos y otros documentos que den soporte a la petición.

**Art. 29.- Obligaciones del centro con las madres y padres de familia.-** Informar obligatoriamente y en forma oportuna sobre los diferentes aspectos del funcionamiento del centro o cambios que se produzcan. Propiciar además su participación en el proceso de formación de sus hijos e hijas, así como la gestión del centro.

**Art. 30.- Rótulo y papelería impresa.-** El centro deberá colocar en un lugar visible el rótulo con el nombre y número de la resolución de autorización de funcionamiento, que también deben constar en el papel membretado, facturas y otros documentos que emita el centro de desarrollo infantil.

**Art. 31.- Conocimiento de la normativa.-** El personal que labora en el centro está en la obligación de conocer y aplicar la Constitución de la República, Convención del Derecho de los Niños, el Código de la Niñez y Adolescencia, las presentes normas, las condiciones generales, entre otras leyes, normas, resoluciones y reglamentos que regulan a estos centros; no se admitirá argumentaciones de desconocimiento, para justificar su inobservancia.

## **Parágrafo 2**

### **Obligaciones del Instituto de la Niñez y la Familia**

**Art. 32.- Seguimiento y evaluación.**

a) **Del seguimiento.-** El INFA, en su respectiva jurisdicción, será el responsable del seguimiento a la ejecución y funcionamiento de los centros de desarrollo Infantil a través de equipos técnicos asignados para el caso, con la frecuencia que se establezca en el sistema de seguimiento, monitoreo y reporte que determine el INFA. Este proceso se realizará de acuerdo a los lineamientos establecidos por el INFA, los cuales abordarán aspectos legales, técnicos, administrativos y financieros. De haber observaciones en estas visitas de seguimiento, el

funcionario, emitirá un informe al Director Provincial con copia al o la propietaria o representante legal, el mismo que tendrá un período de 15 días calendario para subsanar las observaciones; y,

b) **De la evaluación.-** La evaluación se la realizará al finalizar cada año de funcionamiento, para lo cual, el técnico asignado emitirá informe con las recomendaciones del caso al Director Provincial del INFA, y al propietario o propietaria o representante legal, para los fines consiguientes.

**Art. 33.- Regulación de costos.-** Regular el costo de las pensiones de acuerdo a la realidad de cada centro, para el efecto se deberá considerar que el incremento permita cubrir debidamente los gastos e inversiones o estén destinados a su mejoramiento. Los costos aprobados regirán mínimo por un año. En caso de incumplimiento se aplicará la sanción de cierre temporal establecida en las presentes normas.

**Art. 34.- Sistema de información de centros infantiles.-** Las coordinaciones territoriales llevarán un registro actualizado, de los centros de desarrollo infantil aprobados en su jurisdicción, el cual contendrá entre otra información pertinente al cierre definitivo y temporal, suspensiones y sanciones. Esta información será remitida para su consolidación a cada Dirección Provincial.

## **Capítulo VI**

### **De las amonestaciones, sanciones y solución de controversias**

**Art. 35.- Sanciones.-** El Instituto de la Niñez y la Familia por intermedio de las direcciones provinciales, está facultado para resolver y aplicar las siguientes sanciones administrativas que se norman en los artículos que siguen.

**Art. 36.- Amonestaciones escritas:** El INFA amonestará por escrito al propietario o propietaria, o representante legal cuando los servicios prestados no estuvieren de acuerdo con lo contemplado en las presentes normas y las condiciones establecidas por el INFA para el funcionamiento de los centros de desarrollo infantil o cuando incumpliere las presentes normas en cualquiera de sus artículos.

El INFA concederá al propietario, propietaria o representante legal del centro de desarrollo infantil un plazo de 15 a 30 días calendario para tomar las medidas correctivas. Si el incumplimiento continuare después de dicho término, el INFA podrá decidir la extinción definitiva de la autorización de funcionamiento del centro.

**Art. 37.- Cierre temporal o definitivo del centro.-** El INFA impondrá la sanción de cierre temporal o definitivo del centro de desarrollo infantil en los siguientes casos:

a) **Por funcionar sin la debida autorización.-** Si la Dirección Provincial de una respectiva jurisdicción conoce que un centro de desarrollo infantil se encuentra funcionando sin la debida autorización, dispondrá su cierre. Una vez que el centro cuente con el permiso correspondiente podrá iniciar sus actividades;

b) **Por incremento injustificado o no autorizado de costos del servicio.-** Si se comprobare de oficio o mediante denuncia escrita el incremento injustificado o no autorizado de los costos

*del servicio. La sanción podrá ser levantada solo cuando se remedie el incumplimiento y se hayan devuelto los valores cobrados en exceso. Si transcurrieren más de treinta días sin que el centro de desarrollo infantil haya remediado el cobro en exceso, el cierre será definitivo;*

*c) **Por cesión o traspaso de dominio:** Por haber negociado, cedido o transferido el permiso de funcionamiento del centro de desarrollo infantil, sin la autorización del INFA, de oficio la Dirección Provincial, autoridad competente, dispondrá el cierre definitivo del centro mediante la extinción de la resolución respectiva; y,*

*d) **Por violentar los derechos de niños y niñas que se atienden en el centro:** En estos casos, la Dirección Provincial dispondrá de oficio el cierre definitivo mediante la extinción de la resolución respectiva.*

*El Instituto de la Niñez y la Familia, INFA a través de la Dirección Provincial correspondiente, mediante resolución motivada y respaldada en los informes respectivos, determinará las causas, conclusiones y recomendaciones que motivaron la aplicación de las sanciones.*

***Art. 38.- Procedimiento para cierre temporal o definitivo del centro.-** Para la ejecución de las sanciones de cierre temporal o definitivo de un centro de desarrollo infantil, referidas en el artículo 37, la autoridad del INFA en su respectiva jurisdicción, solicitará a la Policía Nacional y/o DINAPEN de su localidad, para que procedan a colocar el correspondiente sello de suspensión o cierre definitivo del servicio y vigilar su acatamiento.*

***Art. 39.- Solución de controversias.-** La impugnación sea en sede administrativa o en sede contenciosa de todo acto administrativo que expida el INFA sobre la base de las presentes normas, se realizará de conformidad a lo que disponen el Estatuto del Régimen Jurídico Administrativo de la Función Ejecutiva y la Ley de la Jurisdicción Contencioso Administrativa.*

*Ninguna autoridad del INFA podrá someter estas controversias a los procedimientos alternativos de solución previstos en la Ley de Mediación y Arbitraje.*

### **Disposiciones generales**

***Primera.-** Para la correcta aplicación de las presentes normas, tanto los administrados como el personal del INFA observarán y aplicarán los principios universales que rigen el Derecho de Niñez y Adolescencia, tales como el principio del interés superior de niños, niñas y adolescentes, de prioridad absoluta, de aplicación progresiva, de interpretación favorable a niños, niñas y adolescentes, recogidos por la Convención de los Derechos del Niño, Constitución de la República del Ecuador, Código de Niñez y Adolescencia y demás normas jurídicas aplicables.*

***Segunda.-** El radio de influencia para el funcionamiento de los centros de desarrollo infantil será de 400 metros en la ciudad de Quito, y en el resto del país conforme a las ordenanzas que sobre el particular se encuentren vigentes o se dicten por parte de los distintos concejos municipales.*

### ***Disposiciones transitorias***

***Primera.-*** Las autorizaciones para el funcionamiento de los centros de desarrollo infantil públicos y privados tendrán una vigencia de dos años contados a partir de la expedición de la resolución de autorización suscrita por los directores provinciales del INFA, a excepción de las autorizaciones concedidas a los centros de desarrollo infantil por el Ministerio de Inclusión Económica y Social a través de la Subsecretaría de Protección Familiar, que continuarán vigentes hasta el 31 de diciembre del 2009, conforme a lo establecido en el Capítulo XI Disposición Transitoria Primera del Acuerdo Ministerial 01389 de 2 de febrero del 2009, expedido por la Ministra de Inclusión Económica y Social.

***Segunda.-*** En consideración al proceso de transición que ha afrontado el Instituto de Niñez y la Familia, INFA, se concede por única ocasión el término de noventa días, para que los centros de desarrollo que se encuentren funcionando sin la respectiva autorización, cumplan las disposiciones de las presentes normas.

***Tercera.-*** Las solicitudes que se hubieren recibido entre el 1 de enero del 2009 y la presente fecha, se sujetarán a las presentes normas.

***Cuarta.-*** La Coordinación General de Desarrollo Infantil presentará a la Dirección General, dentro del plazo de 180 días a partir de la expedición de estas normas, una propuesta consensuada tanto al interior del INFA como con el Consejo Nacional de Niñez y Adolescencia de un Sistema de seguimiento, monitoreo y evaluación de los centros de desarrollo infantil cuyo funcionamiento se regula con estas normas, propuesta que considerará además de la parte conceptual, los aspectos y requerimientos de personal y económicos que demande su implementación.

### ***Derogatoria***

Derógame todas las normas jurídicas de igual o inferior jerarquía que se opongan a la presente resolución.

### ***Disposición final***

De la aplicación de la presente resolución encárguese al Instituto de la Niñez y la Familia a nivel nacional, la misma que entrará en vigencia a partir de la presente fecha, sin perjuicio de su publicación en el Registro Oficial.

**ANEXO 6**

**FOTOS DE LOS CENTROS INFANTILES INVESTIGADOS**

**Centro Infantil “Gotitas de Amor”**



**Centro Infantil “Tierra de Vida”**



**Centro Infantil “Francisco Chiriboga”**



**Anexo 6.**

**ESTÁNDARES DE CALIDAD PARA LOS CENTROS DE DESARROLLO INFANTIL**