

NOMBRE DEL EQUIPO:

Nemachtiani

"Acamapichtli"

PROBLEMA SOCIOEDUCATIVO:

Alimentación desfavorable en el Jardín de Niños "Acamapichtli"

Analizado por: (su nombre)	CITA APA	Datos descriptivos de la publicación								Planteamiento	
		Autores	Fecha de recepción	Fecha de publicación	Título de la publicación	Palabras Clave	Lugar de publicación (País, Ciudad)	Nombre de la revista	De que página a que pagina se ubica el artículo	Problema de investigación	Objetivo/s
Belen Cruz	Hernández, R; Severiche, D; Romero, Diana; López, M; Espitia, V; Rodriguez, A. (2015,26 de septiembre). <u>Promoción de alimentación saludable en hogares comunitarios infantiles del municipio de Sopó (Cundinamarca, Colombia) bajo la estrategia de Atención Primaria de Salud.</u> Salud Uninorte. Recuperado de https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81745378008	Hernández, R; Severiche, D; Romero, Diana; López, M; Espitia, V; Rodriguez, A.	1° de agosto del 2015	26 de septiembre del 2015	Promoción de alimentación saludable en hogares comunitarios infantiles del municipio de Sópó (Cundinamarca, Colombia) bajo la estrategia de Atención Primaria de Salud	Preescolar Salud escolar Nutrición del niño Atención Primaria de la Salud Jardines infantiles	Barranquilla, Colombia	Salud Uninorte	514-525	Problemas de malnutrición generado por la persistencia de desnutrición y un incremento de sobrepeso y obesidad en el país de Colombia.	Fortalecer hábitos saludables alimenticios en los hogares infantiles comunitarios y sus familias en el municipio de Sopó (Cundinamarca, Colombia) desde la Atención Primaria de la Salud
Ma. Isabel Arias	Moreno Villares , & Galiano Segovia. (2015). Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente . Pedriatia integral, 268-176. Obtenido de CADENA 24: https://www.paho.org/nic/index.php?option=com_docman&view=download&alias=54-cadena-24-alimentacion-en-edad-preescolar&category_slug=publicaciones-	Moreno Villares y Galiano Segovia	No presenta	12 de octubre 2015	Alimentación del niño preescolar, escolar y del adolescente	Adolescentes, niños, desayuno, rendimiento nutricional, energía.	Madrid, España	Servicios de pediatría	268-276	Mala nutrición en los niños y adolescentes por la falta de información que se les da a los padres y alumnos	La impotancia de la alimentación en los primeros años de vida y la adolescencia estableciendo hábitos de vida saludable, previniendo enfermedades a lo largo de la vida.

<p style="text-align: center;">Lizbeth Luna</p>	<p>Edgar M. Vásquez-Garibay, Enrique Romero-Velarde (2008) Esquemas de alimentación saludable en niños durante sus diferentes etapas de la vida. Parte II. Preescolares, escolares y adolescente. http://www.scielo.org.mx/pdf/bmim/v65n6/v65n6a16.pdf</p>	<p>Edgar M. Vásquez-Garibay, Enrique Romero-Velarde</p>	<p>08 de septiembre del 2008.</p>	<p>09 de octubre del 2008.</p>	<p>Esquemas de alimentación saludable en niños durante sus diferentes etapas de la vida. Parte II. Preescolares, escolares y adolescentes</p>	<p>Alimentos, saludables; niños; grupos etarios.</p>	<p>Guadalajara. México</p>	<p>Medigraphic</p>	<p>605-615</p>	<p>Como la velocidad de crecimiento disminuye durante la etapa de preescolar, el apetito es menor y la ingestión de alimentos parece irregular o impredecible. Los padres frecuentemente expresan su preocupación por la limitada variedad de alimentos ingeridos, la pérdida de tiempo, distracción de los niños y el escaso consumo de verduras y carne, y su preferencia por alimentos dulces.</p>	<p>Un objetivo en la alimentación del preescolar es asegurar su salud presente y futura fomentando el desarrollo de hábitos alimentarios saludables.</p>
--	---	---	-----------------------------------	--------------------------------	---	--	----------------------------	--------------------	----------------	---	--

<p>Karen Olvera</p>	<p>Muñoz Cano, J., Santos Ramos, A., & Maldonado Salazar, T. (2013, abril 12). Elementos de análisis de la educación para la alimentación saludable en la escuela primaria. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/pdf/estsoc/v21n42/v21n42a9.pdf</p>	<p>Juan Manuel Muñoz Cano * Ana Julia Santos Ramos** Teresita del Niño Jesús Maldonado Salazar***</p>	<p>noviembre de 2012</p>	<p>mayo de 2013</p>	<p>Elementos de análisis de la educación para la alimentación saludable en la escuela primaria</p>	<p>Alimentación/ Escuela/ Alumnos/ Vida saludable/ Desayunos frios/ disponibilidad de los padres de familia</p>	<p>Tabasco, México</p>	<p>Estudios Sociales Vol. 42</p>	<p>01 a 25</p>	<p>La educación alimentaria requiere de nuevos enfoques en la escuela</p>	<p>El objetivo de la investigación fue identificar las categorías de análisis acerca de la educación para la alimentación saludable como un proceso complejo en el espacio de la escuela primaria. El objetivo se obtuvo mediante una observación participante a partir del desarrollo de un taller acerca de nutrición y sustentabilidad. La investigación tuvo como propósito construir un referente para la realización de un diagnóstico de mayor amplitud, esto como un antecedente para el diseño de una estrategia educativa que integre tanto a los</p>
----------------------------	---	---	--------------------------	---------------------	--	---	------------------------	----------------------------------	----------------	---	---

<p>Cielo Vazquez</p>	<p>Crovetto,M.,Heriquez,C., Parraguez,R., Montenegro,S (2016).Relación entre la alimentación institucional de Jardines Infantiles y del Hogar con el estado nutricional de los preescolares que asisten a dos Jardines Infantiles en Valparaíso, Chile. Revista española de nutrición humana y dietética. Vol.20</p>	<p>Crovetto,M.,Heriquez,C., Parraguez,R., Montenegro,S</p>	<p>marzo 2016</p>	<p>Relación entre la alimentación institucional de Jardines Infantiles y del Hogar con el estado nutricional de los preescolares que asisten a dos Jardines Infantiles en Valparaíso, Chile</p>	<p>Niño preescolar, Estado Nutricional, Dieta, Hábitos alimentarios, Obesidad.</p>	<p>Valparaiso, Chile</p>	<p>Revista Española de Nutrición Humana y dietética</p>	<p>La obesidad en menores de 6 años que asisten a Jardines INTEGRA en Chile, puede estar asociada a la alimentación en la institución, en el Hogar o de ambas.</p>	<p>Establecer si hay relación entre patrones alimentarios de los infantes con el estado nutricional.</p>		
<p>Indira Salazar Hernández</p>	<p>Cubero, J., Cañada, F., Castillo, E., Franco, L., Calderón, A., Santos, A., Padez, C. & Ruiz, C. (Julio 2012). La alimentación preescolar, educación para la salud de los dos a los seis años. <i>Revista electrónica trimestral de enfermería.</i> (27). Pp. 337-345</p>	<p>Cubero, J., Cañada, F., Castillo, E., Franco, L., Calderón, A., Santos, A., Padez, C. & Ruiz, C.</p>	<p>No presenta</p>	<p>Julio del 2012</p>	<p>La alimentación preescolar, educación para la salud de los dos a los seis años.</p>	<p>Alimentación infantil, nutrición, educación, salud.</p>	<p>Portugal</p>	<p>Revista electrónica trimestral de enfermería</p>	<p>Páginas de la 337-345</p>	<p>Promover la Educación para la Salud (EPS) en una fase temprana del desarrollo y aprendizaje como lo es la Educación Infantil</p>	<p>Recoger de los principales manuales de nutrición españoles las características básicas, nutricionales, de la etapa de 2 a 6 años, para ser utilizado por personal docente no sanitario en el ámbito escolar</p>

<p>Vivivana Shayani Valencia Ahumada</p>	<p>Cano, S., Soriano, M., Manzano J. (marzo 2016). Valoración de la efectividad de la educación alimentaria en niños preescolares, padres y educadores. <i>Revista Española de Nutrición Humana y dietética</i>. Pp 20- 182.</p>	<p>Susana Rodrigo-Cano, José Miguel Soriano y Joaquín Aldas-Manzano</p>	<p>30 de marzo del 2016</p>	<p>31 de marzo del 2016</p>	<p>Valoración de la efectividad de la educación alimentaria en niños preescolares, padres y educadores</p>	<p>Educación; Niño preescolar; Dieta; Hábitos alimentarios; Dieta Mediterránea; Educadores de la salud.</p>	<p>Comunidad Valenciana, España</p>	<p>Revista Española de Nutrición Humana y dietética</p>	<p>20-182</p>	<p>La alimentación incorrecta se relaciona con una mayor prevalencia de enfermedades crónicas relacionadas con la alimentación, siendo la etapa infantil cuando se desarrollan los factores de riesgo de estas enfermedades que normalmente se pronuncian en edades adultas.</p>	<p>Evaluar la adherencia a la Dieta Mediterránea de niños preescolares y los conocimientos sobre hábitos saludables de estos, sus padres y profesores, que incluyen la alimentación y la actividad física, antes y después de realizar una intervención de educación alimentaria, así como valorar su eficacia.</p>
--	--	---	-----------------------------	-----------------------------	--	---	-------------------------------------	---	---------------	--	---

Tópicos relevantes de los marcos de referencia

de la investigación		Metodología del proceso de investigación				
Contexto (Universidades, bachillerato, educación infantil... en que país)	Justificación (por qué según los autores es relevante su investigación, qué aporta)	Concepción (es)/ concepto(s)	Enfoque(s)	Perspectiva cualitativa o cuantitativa, qué autores retoman	Acciones (Conjuntos de tareas u operaciones de las fases del proceso de investigación)	Sujetos o población
Hogares comunitarios de 5 veredas del municipio de Sopó y la Acaldía de Sopó, ambos en es país de Colombia	Se busca reducir el incremento de sobrepeso, obesidad en niños así como las enfermedades cardiovasculares en adultos mediante la intervención en los colegios donde se involucra a padres de familia y como objetivo se pretende general cambios en conocimientos, actitudes y hábitos; por lo tanto, se intenta obtener beneficios a corto y largo plazo para una adecuada alimentación en un contexto de riesgo de enfermedades no trnasmitibles mediante el uso de una estrategia llamada Atención Primaria de Salud.	Sobrepeso y obesidad en niños Enfermedades cardiovasculares en adultos Ausencia de una orientación adecuada a padres de familia de hábitos alimenticios saludables.	La metodología de investigación fue cualitativa implementando el método de investigación acción participativa y la ejecución de un Programa de Atención Primaria de Salud.	Perpectiva cualitativa ya que los instrumentos utilizados para recabar infomación fue la entrevista permitiendole a los investigadores realizar su análisis así como organizarla e interpretarla. Los autores retomados para la implementación de esta metodología son Gavilán E. Jiménez,L. Olivero F. con su artículo "Docencia e investigación en atención primaria oreintada a la comunidad" y a Montero, M. con el libro "Hacer para transformar:El método de la psicología comunitaria".	La investigación acción participativa partiendo de lo colectivo, lo cual considera 2 etapas: la primera en un diagnóstico para conocer, la realdiad de la comunidad, sus problemas y necesidades, y la segunda en la intervención mediante la planificaión y ejecución de acciones. Atención Primaria orientada a la Comunidad se estructura en etapas de manera cíclica: conocer a la comunidad, elaboración del diagnóstico comunitario, definición de prioridades, implementación del programa, vigilancia, evaluación del programa y mejoramiento continuo.	67 niños entre 2 y 5 años de 5 hogares comunitarias y 48 padres de familia
Preescolar y primaria de Madrid	Se espera crear un cambio en estos primeros años con realción a la alimentacion, para crear alumnos con una vida sana, dando a conocer los rendimientos nutricionales que necesitan los alumnos, las porciones de alimentos que deben consumir dependiendo su edad, características de una dieta saludable.	Alimentacion imjnadecuada en niños de preescolar y adolescentes, consecuencias de la mala alimentacion, hábitos alimentarios, preocupaciones nutricionales frecuentes, recomendaciones nutricionales.	El enfoque es cualitativo ya que esta investigación no parte de una hipótesis a comprobar, sino del abordaje de una problemática general, que afecta a las diversas intituciones.	La perpectiva es cualitativa ya que analiza un asunto general, la investigacion se enmarca en la perpectiva de la problematica, comprende realidades psicologicas explorando la realidad tal y como la experienta y la observa.	Parte de los factores condicionantes de la alimentación de la edad preescolar y de la adolescencia, desglosando subtemas que son relevantes y se deben de tomar en cuenta en la alimentacion adecuada, considerando la edad.	Niños de preescolar (3-6 años), adolescentes (6-15 años)

<p>Preescolares, escolares y adolescentes</p>	<p>El desayuno es una comida muy importante del día, es la que más frecuentemente se omite. La omisión o la ingestión inadecuada del desayuno se han asociado a pobre rendimiento escolar. El desayuno provee importantes nutrimentos para el crecimiento de niños y adolescentes. Se ha demostrado que los niños que omiten el desayuno tienen una reducida ingestión de micro-nutrimentos comparados con niños que regularmente lo consumen y que esta ingestión disminuida no se compensa por otras comidas.</p>	<p>Suplementos Educación nutricional Prevención de sobrepeso</p>	<p>El enfoque es cualitativo basado en un estudio de casos y al mismo tiempo cuantitativo para saber los porcentajes de estos</p>	<p>El cualitativo se basa en la utilización de diversos instrumentos para recabar las problemáticas de los alimentos que se ingerieren y al mismo tiempo con una perspectiva cuantitativa para corroborar el porcentaje del crecimiento físico de los alumnos.</p>	<p>Partiendo del período desde los 24 meses de edad hasta la pubertad se caracteriza por un crecimiento físico lento. El patrón de crecimiento en los niños varía individualmente; de los dos años de edad a la pubertad incrementan en promedio de 2 a 3 kg de peso y crecen 5 a 8 cm de estatura por año</p>	<p>niños de 24 meses hasta la pubertad</p>
---	---	--	---	--	--	--

<p>Primaria en el estado de Tabasco</p>	<p>Se realizó esta etapa de la investigación con el propósito de identificar los aspectos a considerar en un diagnóstico de mayor amplitud, necesaria para la construcción de un modelo donde las actividades de clase y las prácticas de los desayunos escolares se integren en proyectos que consideren a los educandos, a los docentes y a las familias, actores de un proceso complejo.</p>	<p>Alimentación y salud/Actividades escolares/ sustentabilidad/ biodiversidad y diversidad cultural/disponibilidad de los padres de familia / roles/ Estilos de vida</p>	<p>Se realizó una investigación cualitativa de tipo estudio de caso (Polit y Hungler, 1985:569) durante el segundo semestre del ciclo escolar de la educación básica, nivel de primaria, 2011-2012, de enero a junio de 2012.</p>	<p>La perspectiva es cualitativa, debido a que se busca un bienestar para los alumnos, si bien se basa en estadísticas, pero solo es para corroborar los resultados.</p>	<p>Se solicitó autorización a la Secretaría de Educación para iniciar la investigación, así como permiso al director de la escuela para realizar el taller y las observaciones. A los responsables de cada educando se le solicitó el consentimiento informado y se le explicó que podía abandonar en cualquier momento el procedimiento. Se hizo otra solicitud de consentimiento para pesar y medir a los niños. Las autorizaciones también las firmaron los educandos. La confidencialidad de los datos se mantuvo al codificar la identidad de los participantes y ocultar el nombre de la escuela y la comunidad</p>	<p>Para la selección de los participantes de la primera etapa se tomó el criterio de intencionalidad; esto permitió evaluar el trabajo escolar para la integración de contenidos conceptuales y procedimentales que se encuentran distribuidos en diferentes grados y libros de texto gratuitos. A la escuela acudían veintisiete educandos: doce niñas y quince niños, con media de edad de ocho años, rango mínimo seis y máximo once. Uno de los educandos presenta una discapacidad. La escuela se encontraba a cargo de un solo docente quien cumplía también las funciones administrativas</p>
---	---	--	---	--	---	--

<p>un numero de 33 infantes de 4 y 5 años de dos Jardines de infancia en Valparaíso, Chile</p>	<p>Durante la niñez, sobre todo en el preescolar, la alimentación tiene gran importancia, ya que es la etapa donde el niño/a está en pleno período de crecimiento y de formación de los hábitos alimentarios, los cuales definirán a corto y largo plazo el estado nutricional5-7. En los preescolares que asisten a los jardines de infancia, el rol de los establecimientos educacionales en nutrición es fundamental por el tiempo que permanecen en ellos y porque gran parte de la alimentación diaria es servida en el establecimiento</p>	<p>Alimentación, aporte dietético, obesidad</p>	<p>Descriptivo, asociativo</p>	<p>La perspectiva del estudio es cuantitativa, utilizando el test de Fisher</p>	<p>Se elaboraron dos encuestas de consumo alimentario, encuesta recordatorio 24 horas y frecuencia de consumo semanal; 1) encuesta sobre hábitos alimentarios de los preescolares de nivel transición de Jardines INTEGRAs, dirigida a los infantes y 2) encuesta para apoderados sobre hábitos alimentarios de los preescolares de nivel transición de Jardines INTEGRAs. Se tomaron medidas de peso y talla, para obtener el estado nutricional. Los datos obtenidos fueron tabulados, graficados y analizados estadísticamente utilizando el programa Microsoft</p>	<p>33 niños de 4 a 5 años</p>
<p>Manuales de nutrición españoles</p>	<p>La alimentación y nutrición infantil comprende una de las áreas de mayor importancia dentro de la Educación para Salud. A través de la EPS se trata de enseñar estilos de vida saludable, y es en la etapa infantil cuando más se puede y debe incidir sobre la tarea del fomento de la salud así como la prevención de enfermedades. La alimentación infantil en esta etapa de crecimiento, es una herramienta indispensable para la promoción de la salud.</p>	<p>Requerimientos nutricionales, recomendaciones dietéticas, pirámide nutricional, el papel de la familia y los educadores en la alimentación preescolar</p>	<p>Análisis de revisión bibliográfica documentada, de los manuales editados por las principales sociedades médicas y de nutrición españolas</p>	<p>Perspectiva cualitativa, algunos de los manuales consultados fueron elaborados por el grupo de investigación de neuroinmunofisiología y crononutrición.</p>	<p>Se analizaron diferentes manuales españoles, de los cuales se realizó un análisis de los requerimientos nutricionales; macronutrientes y micronutrientes, así como las recomendaciones dietéticas para esta etapa de crecimiento infantil de 2 a 6 años.</p>	<p>Niños de los dos a los seis años de edad</p>

<p>Colegio concertado de la Comunidad Valenciana con niños de edades comprendidas entre 3-6 años durante el curso académico 2014-2015.</p>	<p>Éste es el momento adecuado para instaurar las bases de una alimentación saludable.</p>	<p>hábitos saludables de niños, padres y profesores, adherencia a la Dieta Mediterránea de los niños, intervenciones educativas dirigidas a niños, aumentar los conocimientos sobre alimentación saludable, intervenciones de educación alimentaria.</p>	<p>La metodología ocupada en esta investigación fue cualitativa y al mismo tiempo cuantitativa. Acompañado de un programa sobre "alimentación mediterránea".</p>	<p>La perspectiva de este artículo es cuantitativa mas que cualitativa, al mismo tiempo nos presenta un estudio descriptivo y transversal</p>	<p>El estudio se dividió en dos fases, transcurriendo un mes entre cada una de ellas, tiempo suficiente para la ejecución de una intervención que tuvo como objetivo modificar la alimentación de los niños. Cada fase estuvo compuesta por un taller y una charla. Los talleres de ambas fases dirigidos a los niños, tuvieron una duración de 40 minutos.</p>	<p>Niños de edades comprendidas entre 3-6 años durante el curso académico 2014-2015.</p>
--	--	--	--	---	---	--

Mecanismos para la generación de fuentes de información (técnicas, instrumentos)	Análisis e interpretación (categorías, cómo analizaron e interpretaron resultados)	Conclusiones/discusión final (qué nos aportan estos autores)
<p>Las fuentes de información para definir las problemáticas se basaron en la revisión documental del municipio, entrevistas semiestructuradas a madres comunitarias y funcionarios de la Administración municipal, y 2 grupos de discusión con la Administración municipal (funcionarios de salud, educación y ludoteca).</p> <p>Se consolidaron los datos recolectados y se identificaron 13 problemas, en base a estos se realizó una priorización con el método de Hanlon mediante un grupo de discusión permitiendo definir el problema a entender para el mejoramiento de la "inadecuada implementación de alimentos saludables en niños entre 2 y 5 años".</p> <p>Se procedió a elaborar e implementar una propuesta de mejoramiento basada en 3 ejes: Conociendo sobre la alimentación saludable, Motivando sobre la alimentación saludable y Articulando a la comunidad; involucrando a diferentes actores en el proceso.</p> <p>Se formularon metas y objetivos de la iniciativa, actividades por desarrollar, cronogramas de trabajo e indicadores para hacer seguimiento de la propuesta, propuesta soportada en la revisión de la literatura referencial al problema que se iba a intervenir.</p> <p>La información de las actividades se recopiló mediante entrevistas semiestructuradas a todos los actores para socializar y validar la información, la información se organizó en categorías según los ejes. Para recolectar la información se diseñaron instrumentos basados en la literatura y en la resolución de preguntas según las categorías y cada investigador lleva un diario de campo.</p> <p>Se realizaron entrevistas semiestructuradas a todos los actores para explorar la apropiación del conocimiento y motivación para adoptar hábitos saludables en alimentación; al finalizar las actividades con niños y madres comunitarias se realizaron entrevistas a las madres comunitarias para realimentar el proceso.</p> <p>Con los niños se realizaron mapas parlantes antes y después de las actividades para explorar e ilustrar su conocimiento sobre frutas y verduras y su relación con los hábitos alimenticios saludables.</p> <p>A los padres de familia se le enviaron encuestas con preguntas abiertas para indagar sobre sus conocimientos de los hábitos alimenticios y el seguimiento de los niños en casa; se desarrollaron actividades lúdicas con los niños y mediante la observación participante se recopiló información sobre su apropiación y motivación.</p> <p>La información recolectada se organizó según las categorías y los diferentes actores y mediante un grupo de discusión; para finalizar, se socializaron los resultados a la comunidad y se hicieron compromisos de mejoramiento continuo.</p>	<p>Ejes</p> <p>Conocimiento de la alimentación saludable: Las madres comunitarias entendieron la cantidad de frutas y verduras que deben consumir; relacionan la obesidad con enfermedades como la diabetes y enfermedades cardiovasculares.</p> <p>Los padres de familia poseen conocimiento sobre alimentos saludables pero desconocen la cantidad de carbohidratos que deben consumir según la edad de los niños; reconocen la importancia de tener un hábito de comida saludable y creen pertinente empezar esta educación en sus hogares.</p> <p>La mayoría de los niños logran diferenciar la comida saludable de la comida rápida, reconociendo sus beneficios y consecuencias negativas.</p> <p>Motivando sobre la alimentación saludable: Las madres comunitarias se involucraron en las actividades realizadas con los niños, participaron en toma de decisiones, se logró motivarlas para la implementación de una dieta saludable en hogares comunitarios y sus hogares; reconocieron que no se alimentan saludablemente y manifestaron interés por iniciar una dieta saludable y la mayoría reconoce la importancia de realizar actividades de alimentación saludable con los niños.</p> <p>Los padres de familia comentan que sus hijos los motivan a reflexionar sobre el consumo de alimentos sanos y no sanos.</p> <p>Los niños comen más frutas y verduras.</p> <p>Articulación: Se impulsó la participación de distintos sectores del municipio, y se contó con apoyo del sector salud, del sector de educación y sectores que manifestaron su interés en la primera infancia.</p> <p>Se concretó la importancia de los hábitos saludables de la primera infancia y el impacto que tienen en el desenlace de problemas de malnutrición en el municipio.</p> <p>Se llegó al acuerdo de trabajar contenidos sobre alimentación saludable debido al incremento de obesidad en la población.</p> <p>El sector educación manifestó interés en fortalecer estos contenidos en los hogares comunitarios, jardines, escuelas y colegios.</p>	<p>Las estrategias e inversiones en la primera infancia están dirigidas hacia la potenciación en las áreas de salud, nutrición, desarrollo cognitivo y psicosocial.</p> <p>La metodología "investigación-acción participativa" permite vincular directamente a la comunidad, logrando su participación en las diferentes etapas de una investigación.</p> <p>El juego, es una estrategia adecuada para generar un impacto en los niños y conseguir que se apropien de conocimientos.</p> <p>Los docentes juegan un rol importante como agentes de cambio del estilo de vida, principalmente en edades tempranas.</p> <p>La familia es la base fundamental de la sociedad, y los padres son el primer ejemplo de los hijos; motivo por el cual es fundamental realizar un proceso de aprendizaje en ellos, para que incrementen su conocimiento y se logren mejores conductas que incidan positivamente.</p>
<p>Se hizo uso de la implantación de unos hábitos de vida saludables en edades tempranas, mediante programas de prevención y educación es la principal y más efectiva herramienta para reducir la incidencia de patologías relacionadas con alimentación excesiva o dietas poco equilibradas realizadas por pediatras que tenían que estar monitoreando el desarrollo de este proyecto, a través de exámenes periódicos de salud, valorar la calidad de la dieta y del entorno de las comidas, así como el grado de actividad física de acuerdo con la edad.</p>	<p>Los pediatras estuvieron que: 1. Informar, educar a los niños, adolescentes, padres y educadores, sobre la dieta equilibrada, el ejercicio físico y otros hábitos de vida saludable como prevención de la enfermedad del adulto. 2. Promover una percepción correcta de la propia imagen corporal y potenciar la autoestima. 3. Transmitir a la familia el papel clave que representa realizar actividades saludables en común: comidas familiares, ejercicio físico habitual, hacer la compra, participar en la cocina, actividades al aire libre, etc. 4. En los exámenes periódicos de salud, valorar la calidad de la dieta y del entorno de las comidas, así como el grado de actividad física de acuerdo con la edad. 5. Detectar y abordar de forma temprana los problemas relacionados con una alimentación inadecuada. 6. Participar activamente en la divulgación a través de los medios de comunicación o de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación para poder interpretar los resultados y tener un análisis generalizado de las diversas instituciones.</p>	<p>Los lineamientos que se deben conocer de una alimentación saludable, considerando cada uno de estos y teniendo en cuenta el desarrollo psicológico que tiene el niño o el adolescente. Así mismo se debe consultar a un especialista antes de comenzar estos cambios el cual nos oriente en este proceso para tomar la decisión correcta y que vaya a las necesidades, cuestiones y alimentación que tenga.</p>

El escolar incrementa sus habilidades de la lectura, escritura, matemáticas y adquiere mayor conocimiento. En este período la enseñanza de los conceptos básicos de nutrición puede ser exitosa. Socialmente los niños aprenden reglas y convivencia e inician el desarrollo de amistades. Durante el período de los 8 a 11 años, los niños empiezan a hacer comparaciones con sus compañeros, incluyendo lo pertinente al peso e imagen. La conciencia de la auto-imagen corporal emerge y ocurren las comparaciones en cuanto al peso. Durante este período los niños varían en peso, forma corporal y velocidad de crecimiento y frecuentemente hacen bromas de quienes se salen de lo que ellos perciben como normal. Las amistades y personas fuera de la familia pueden influir en sus actitudes y en su selección de alimentos, lo cual puede tener un efecto favorable o desfavorable en el estado de nutrición del escolar-

La suplementación rutinaria no es necesaria en niños sanos en crecimiento que consumen una dieta variada. Se debe valorar el uso de suplementos con nutrimentos inorgánicos sólo en niños y adolescentes en riesgo de deficiencia, y mediante una evaluación de la ingestión dietética. Si los padres desean dar a sus niños suplementos, los productos con preparaciones pediátricas estándar contienen nutrimentos en cantidades no mayores a las recomendadas. Es necesario evitar el consumo de megadosis y advertirles a los padres sobre sus efectos tóxicos, especialmente de vitaminas liposolubles. Debido a que el sabor, forma y color de la mayoría de las preparaciones pediátricas son atractivas como los dulces, los padres deben tener cuidado de mantenerlas fuera del alcance de los niños. El incremento actual en la prevalencia de sobrepeso y obesidad es un reflejo de la convergencia de muchos factores biológicos, económicos y sociales.

El objetivo de la educación nutricia es mejorar la calidad de la dieta en lugar de enfocarse en restricciones dietéticas. Los padres tienen bajo su responsabilidad los tiempos de comida y la selección de alimentos pero no deben obligar a los niños a comer ciertos alimentos. Sería ideal que las comidas se realizaran con toda la familia sentada a la mesa, involucrándose todos, sin distracciones tales como la televisión; de esta manera, las comidas no serían sólo para la ingestión de alimentos sino para platicar y discutir sobre los eventos del día y fomentar las relaciones intrafamiliares. Los niños no deben someterse a dietas pasajeras; además, se recomienda un consumo moderado de grasas ($\leq 30\%$) y cinco raciones de frutas y verduras al día, alimentos con alto contenido en fibra y evitar azúcares altamente refinados. La edad preescolar y escolar son períodos críticos para transmitir actitudes familiares y culturales, prácticas y creencias sobre la comida y la alimentación, el desarrollo de preferencias alimentarias, regulación de ingestión de energía y prevención de sobrepeso.

<p>Se empleó el diario de campo como instrumento para el registro de acontecimientos y observaciones (Fontoura et al., 2008:216). Para recabar la información se formó a tres voluntarios para que registraran sus observaciones y respuestas a preguntas, así como lo percibido del ambiente escolar y el espacio periférico a la escuela. Las unidades de análisis se recogieron por medio del cuaderno de campo. Los registros se realizaron en cada asistencia a la comunidad y de manera inmediata una vez terminada la intervención del día. En el diario se anotaron los resultados de las observaciones (Hernández, Fernández y Baptista, 2006:594). Estas se realizaron para obtener información acerca de: 1) administración de alimentos en la escuela, 2) apoyos para la administración de alimentos, 3) disponibilidad de infraestructura, equipo y materiales, 4) tipo de mercancía que se expende en la cooperativa escolar, 5) tipo de alimentos que se venden cerca de la escuela. Se realizaron entrevistas con preguntas guía al docente, a las personas que se encargaban de la preparación de los alimentos, así como a algunos niños (Hernández, Fernández y Baptista, 2006:602). En las entrevistas se consiguieron datos acerca de: 1) niños que acuden a la escuela sin desayunar, 2) tipo de alimento reciben las niñas y los niños en su casa para desayunar, 3) criterios de los encargados para elaborar un desayuno o una merienda, 4) existencia de lineamientos para elaboración del desayuno escolar, 5) disponibilidad y uso los materiales de apoyo sobre educación alimentaria, 6) conocimiento de los contenidos escolares relacionados con la nutrición.</p>	<p>Como definición de las categorías se consideró:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Los significados como referentes lingüísticos son definiciones, ideologías, reglas y normas relacionadas a los alimentos y su consumo. 2. Las prácticas en el espacio escolar fueron identificadas mediante observación durante el desarrollo del taller y en los alrededores de la escuela. Como prácticas se analizó lo relacionado con la preparación de alimentos, su consumo por los educandos y sus maestros así como los hábitos en el receso y a la salida de la escuela. La alimentación de las familias se indagó mediante preguntas acerca de la preparación de las comidas en los hogares. Se observó el manejo de los residuos y el cuidado de las plantas en el espacio escolar. 3. Como roles se analizó cómo se asumen las funciones de preparar, expender, enseñar a consumir alimentos; se analizó también lo que se asume en función del manejo de residuos y del cuidado del jardín y el patio escolar. 4. Para el análisis del ambiente y los estilos de vida se consideraron las influencias descritas por Maziak, Ward y Stockon (2007). En este modelo, desde el enfoque multinivel, "familia", incluye los aspectos que no controla el escolar, tales como las restricciones o permisividades de los padres hacia los hijos; "individuo", los comportamientos derivados de las influencias del contexto, tanto desde los medios como de las infl 	<p>La enseñanza de los contenidos acerca de salud, alimentación y sustentabilidad se realizó de manera descontextualizada, de acuerdo con las observaciones. La educación para la alimentación saludable requiere de nuevos enfoques para hacerla un proceso situado, vivencial. También requiere de la modificación de los contenidos conceptuales y procedimentales ya que los libros de ciencias de este nivel no permiten la elaboración de proyectos científicos por los educandos (Guerra y López, 2011), lo cual es una de las aspiraciones descritas en el Plan de Estudios, Educación Básica. La práctica de la preparación de los desayunos y meriendas escolares, donde pueden confluir aprendizajes conceptuales con prácticas para la vida, se desarrolla de manera ajena a las actividades escolares. Es importante recordar que la cocina es el sitio donde, por naturaleza, se pueden aprender reacciones químicas y físicas, también contenidos de economía, salud, diversidad cultural, historia, geografía, biodiversidad, sustentabilidad.</p>
--	--	--

<p>En las dos encuestas se consideraron datos personales, antecedentes y alimentación del preescolar.</p> <p>Los cuestionarios fueron validados por grupo de expertos (nutricionistas y estadístico) concluyendo que las preguntas eran de fácil respuesta, lenguaje apropiado y respondía a los objetivos del estudio. Además se sometieron a prueba de campo con 10 preescolares de 4 a 5 años de edad y sus apoderados que no formaban parte del estudio, para establecer grado de confiabilidad por medio de porcentaje de concordancia entre las respuestas dadas por los infantes y padres y apoderados</p>	<p>Se considera que sería oportuno extender el estudio a todos los Jardines Infantiles de la Región de Valparaíso para disponer de una muestra representativa regional.</p> <p>Dada la alimentación de los preescolares en los hogares, se plantea la posibilidad de evaluar y modificar la alimentación de INTEGRA, disminuyendo el aporte calórico de los servicios de desayuno y once, a través de la entrega de colaciones que incorporen las porciones de lácteos, frutas y verduras frescas las cuales no siempre están disponibles el hogar.</p> <p>Es necesario fortalecer el trabajo educativo en alimentación y nutrición a los padres y apoderados de los hogares de los preescolares, fomentando los hábitos alimentarios saludables, además de fortalecer la alianza entre el jardín y el hogar para avanzar en los cambios en las conductas alimentarias que contribuyan a disminuir la malnutrición por exceso.</p> <p>Este estudio es de connotación pública ya que sus resultados pueden contribuir a la revisión de políticas alimentarias nutricionales para contribuir a mejorar la calidad de la alimentación y el estado nutricional de los preescolares.</p>	<p>Existe significación estadística de asociación entre las variables patrón alimentario y estado nutricional de preescolares asistentes a los dos Jardines de infancia de la Fundación INTEGRA. El estudio cuenta con la limitación de presentar una muestra pequeña de preescolares, por lo que no se pueden extrapolar los resultados a todos los jardines y hogares de los preescolares de la institución de la región de Valparaíso</p>
<p>Análisis documentado</p>	<p>Se realizó un análisis de una bibliografía documentada para posteriormente seleccionar la información más relevante y esencial con respecto a los requerimientos nutricionales y las recomendaciones diarias alimenticias de los niños de los dos a los seis años, para posteriormente compartirlo con docentes interesados en desarrollar la Educación para la salud, agregando el papel que estos tienen en la alimentación de los alumnos y brindando recomendaciones de cómo trabajarlo en el aula.</p>	<p>Las Recomendaciones Diarias Alimenticias (RDA) a partir de los 2 años son muy diferentes respecto a la etapa de lactante, el aporte se balancea hacia los carbohidratos en un 50%, en decremento de grasas <30% y proteínas. Además, la preparación e incorporación de nuevos ingredientes a los platos diarios es ya una constante, obteniendo nuevas y atractivas características organolépticas para conseguir una dieta equilibrada y saludable. Para ello, se seguirá una pauta de 3 comidas, con 2 intermedias de menor cantidad, y donde el desayuno ya tendrá una merecida importancia. Además debemos indicar que el educador a través de la EpS debe transmitir e inculcar, desde esta temprana edad, hábitos de vida saludable a través de la alimentación infantil. Ya que esta dieta infantil será la base de una etapa adulta saludable, pues es en la etapa infantil donde se fraguan futuras patologías como diabetes, cáncer de colon e hipertensión.</p>

Las fuentes de información utilizadas para obtener lo que contiene este artículo, fue a través de la Organización Mundial de la Salud, también, a partir de estudio descriptivo y transversal se pudo elaborar un taller que contaba de dos sesiones. Explicando las pautas básicas de una alimentación saludable utilizando como guía la Pirámide de los Alimentos así como la importancia de realizar actividad física. Se realizaron juegos educativos haciendo uso de la manipulación de objetos para conseguir un aprendizaje más profundo. Para el apoyo de la elaboración de estos talleres los autores se respaldaron de La Sociedad Española de Nutrición Comunitaria y La Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunidad, al mismo tiempo se retomaron a los autores Alonso C, López P, de la Cruz O. en su artículo "Crear tocando. Tendencias Pedagógicas".

Se observa un aumento significativo de conocimientos en los niños para el caso de la actividad física, n cuanto a los padres, sí se ha conseguido un aumento significativo en la adquisición general de conocimientos así como en el número de comidas y frecuencia de consumo de fruta, verdura y pescado tras las dos intervenciones educativas. Partir de unos conocimientos adecuados es necesario para transmitir unos hábitos alimentarios saludables y poder aplicarlos en la alimentación diaria.

Sería interesante evaluar si los niños cuyos padres participan en la intervención mejoran sus conocimientos sobre hábitos saludables respecto a los niños cuyos padres no colaboran, para conocer la influencia que ejercen los padres respecto a estos conocimientos, en sus hijos. Para ello es necesaria la realización de programas de educación alimentaria por parte de Dietistas- Nutricionistas dirigidos a los responsables de la alimentación infantil, para mejorar su alimentación, como método de promoción de la salud.