

COMIENDO SALUDABLE, CRECIENDO FELIZ

POR: ELIANA MARÍA BERRIO M.

SANDRA MARIA LARA GONZÁLEZ

SANDRA SEPÚLVEDA TAPIAS

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS

SECCIONAL BELLO

PROGRAMA DE PEDAGOGÍA INFANTIL

MAYO DE 2016

Contenido

Contenido	2
Tabla de ilustración	3
Resumen	4
Abstract	5
Introducción	6
Objetivos	8
General:	8
Específicos	8
Metodología	9
Marco Conceptual	13
Conclusiones	20
Referencias	22
Anexos	26

Índice de tablas

Tabla 1. Cuadro comparativo	24
-----------------------------	----

Tabla de ilustraciones

Ilustración 1. Lalo el espantapájaros	26
Ilustración 2. Lalo el espantapájaros	26
Ilustración 3. Lalo el espantapájaros	27
Ilustración 4. El tesoro de Amanda la coneja	27
Ilustración 5. El tesoro de Amanda la coneja	28
Ilustración 6. El tesoro de Amanda la coneja	28
Ilustración 7. Tito el pepinito y las verduras	29
Ilustración 8. Tito el pepinito y las verduras	29
Ilustración 9. Tito el pepinito y las verduras	30

Resumen

El proyecto “Comiendo saludable, Creciendo feliz”, fue un momento de encuentro con la comunidad del Hogar Infantil El Laguito, donde los índices de hábitos de alimentación inadecuados generaron inquietudes en este grupo de intervención. Inicialmente se realiza una lectura crítica sobre el futuro de estos niños y niñas con dificultades alimenticias desde los hábitos alimenticios y la influencia de estos en su desarrollo integral. Movidas por estas inquietudes se procede a la construcción y desarrollo de estrategias que mejoren el interés por mejorar sus hábitos de alimentación y su calidad de vida, donde se llega a la conclusión de que las culturas familiares son las que debe sufrir los cambios desde su interés en el bienestar de los niños y la información que se recibe del exterior en especial de los medios de comunicación. Como conclusiones se consideran: la incidencia del ejemplo en la educación de los niños y niñas, las cuales son de suma importancia, ya que la imitación es el mejor referente para el aprendizaje. Las estrategias pedagógicas que se desarrollaron durante la práctica permitieron sistematizar experiencias dentro y fuera del aula tales como la toma de consciencia por parte del grupo de maestras encargadas del proyecto sobre proyectar ideas y alternativas a sus demás compañeras de la institución. La participación directa de las familias en varias de las actividades les permitió analizar en qué forma y que alimentos son los más adecuados para el desarrollo integral de sus hijos.

Palabras Claves: hábitos, desarrollo integral, procesos, nutrición, estrategias, análisis

Abstract

The project “*Eating Healthy, Growing up Happy*” was a time for meeting with the community from Children’s Home “El Laguito”, where rates of inappropriate eating habits raised concerns for this intervention group. Initially, a critical reading about the future of these children with nutritional issues related to eating habits and their influence on children’s comprehensive development was done. Motivated by these concerns, we proceeded to the building and development of strategies that increased their interest in improving their eating habits and quality of life. Hence the conclusion that family cultures are the ones who must suffer changes from their interest in the welfare of children and the information received from outside, in particular from media.

The conclusions were as follows: the incidence of example in children’s education which is very important, since imitation is the best reference for learning. Educational strategies, which were developed during the practice, made it possible to systematize experiences within and outside the classroom, such as the awareness by the group of teachers in charge of the project about offering ideas and alternatives to the other colleagues in the institution. Direct participation of families in some of the activities allowed them to analyze what kind of foods are the most appropriate for the comprehensive development of their children.

Keywords: Habits, comprehensive development, processes, nutrition, strategies, analysis.

Introducción

Este trabajo de sistematización es el producto de la práctica pedagógica, desarrollada en el Hogar Infantil el Laguito, barrio Robledo en Medellín, durante el mes de junio del año 2015, donde se plasman diversos acontecimientos que sirven de orientación de experiencias y guía práctica en el reconocimiento de la importancia de los buenos hábitos de alimentación en los niños y niñas de primera infancia; Esta problemática abarca gran población de las comunas de la ciudad de Medellín, en especial la infantil, sus familias y la comunidad en general, influyendo de forma directa en la vida misma en especial la salud tanto física como mental y por ende en el aprendizaje de los niños y niñas.

La falta de formación, información e intervención de los entornos institucionales, escolares familiares y comunitarios, dejan ver la vulnerabilidad a la que la población infantil está expuesta en la garantía de sus derechos a una buena alimentación y nutrición, las consecuencias de una inadecuada alimentación pueden ser irreversibles y hasta mortales.

Los índices de desnutrición y obesidad no solo reflejan altos porcentajes que se incrementan cada vez más sino también la influencia de este fenómeno en todas las clases sociales donde la condición social, económica o de afiliación al sistema general de seguridad social deja ver que este aspecto puede afectar a todo tipo de población.

Las experiencias vividas durante la ejecución de este proyecto evidenciaron que las condiciones de vida de los niños y niñas se ven afectadas, por lo tanto, el seguimiento paso a paso de este proyecto genero experiencias significativas durante el logro de los objetivos propuestos, donde el mayor significado es darle trascendencia en la consecución de la solución a esta problemática con el fin de garantizar una atención integral a nuestra niñez.

Sin dejar de mencionar los diferentes referentes teóricos y los soportes tenidos en cuenta durante la realización del proyecto, el empeño, interés y dedicación de los actores de esta experiencia dan como resultado la aplicación de este proyecto en otras situaciones parecidas que busquen un objetivo similar.

Objetivos

General:

Describir la práctica pedagógica, con el fin de tener una visión general y ordenada de ella, interpretándola y generando nuevos conocimientos con componentes didácticos que motive a los niños, niñas y familias a la adquisición de buenos hábitos alimenticios.

Específicos

Crear un personaje mágico, contando con la participación de los padres y utilizando diversos materiales para que invite a los niños y niñas al cultivo y cuidado de las semillas que más adelante se convertirán en alimento.

Promover el consumo de la zanahoria, por medio de actividades lúdicas, que favorezcan los buenos hábitos alimenticios, la motricidad gruesa y los hábitos de cortesía en los niños y niñas.

Vincular a las familias a los procesos de sensibilización frente a una sana alimentación de los niños y niñas, por medio de actividades creativas, lo cual permita un compromiso frente al tema.

Fomentar el consumo de frutas dulces por medio de la manipulación directa de éstas, para que los niños y niñas se sientan protagonistas y motivados.

Metodología

En primera instancia se sigue el modelo praxeológico de (Juliao, (2013) de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, el cual consta de 4 fases: El Ver, El Juzgar, El Actuar y La devolución Creativa.

La realización del proyecto “Comiendo saludable, creciendo feliz”, surge de situaciones de observación de la cotidianidad de las practicas pedagógicas, que comenzó por “El ver”, donde a partir de las situaciones vividas por los niños y niñas del Hogar infantil El Laguito, frente a sus hábitos alimenticios, genera desconcierto al notar que la mayoría de niños y niñas del nivel de párvulos 2, rechazan los alimentos, no muestran disposición para comer y los resultados que arrojan las medidas antropométricas que realizan las maestras con el apoyo de la nutricionista, son desalentadores frente a la creciente cifra ya sea de obesidad y sobrepeso o de desnutrición; esta situación se presenta más que todo en el comedor a la hora del almuerzo y la mayoría de alimentos que rechazan son las verduras y hortalizas.

Situación que desconcierta y genera inquietudes del por qué se presenta esta conducta desfavorable en los menores que a la larga terminara por afectarlos física, psicológica y cognitivamente, es aquí donde se confronta la realidad con la posibilidad, “El Juzgar” se convierte entonces en el medio por el cual las agentes educativas analizaron y discutieron de forma crítica el contexto, las teorías y otras experiencias frente al tema, que las llevaron a realizar las intervenciones pertinentes y efectivas para interpretar acertadamente lo observado, donde se generaron hipótesis que dieran solución a corto, mediano y largo plazo a la problemática, se vivenció de una forma participativa de parte de toda la comunidad educativa, donde se consideran todos los puntos de vista y posibles causas del problema.

“El Actuar” se convierte entonces en hacer las primeras acciones como dialogar con los padres de familia para darles a conocer la situación evidenciada en los niños y niñas, como también la planeación de actividades a ejecutar, estructuración de tiempo en cuanto a horarios de las mismas, luego se procede a realizar las intervenciones ejecutando lo planeado por medio de sesiones de trabajo.

La variedad de actividades y recursos permitió desarrollar estrategias, entre las más destacadas están:

“Lalo el espantapájaros” que consistió en la elaboración de un espantapájaros con la ayuda de los niños, niñas y algunos padres de familia, donde se le dio vida a este personaje cuya finalidad fue enseñar que alimentos se cultivan en la huerta y como este personaje ayudara a cuidar nuestra huerta, el método fue de forma instructiva y se utilizaron materiales tales como tela, lana, silicona, palos, icopor entre otros. (Ver anexos de ilustraciones al final).

“El tesoro de Amanda la coneja” se realizó a modo de cuento con un método dramatizado, lúdico-creativo, donde participan activamente los niños y las niñas, con la finalidad de promover el consumo de la zanahoria, la participación de los padres de familia fue fundamental en la realización de los disfraces de los pequeños y en la motivación a participar en este dramatizado, los recursos utilizados fueron: zanahorias, limones, azúcar, cartulina, platos, resorte, cinta, papel periódico, hojas secas, pintura, equipos de sonido. (Ver anexos de ilustraciones al final).

“Tito el pepinito y las verduras”, esta actividad se realiza a modo de dramatizado, donde se vincula a los padres de familia a ser los protagonistas, el método es lúdico-pedagógico, donde la intención era dar a conocer de forma divertida las verduras como el tomate, la zanahoria, la lechuga y la coliflor, y sus aportes para nuestra salud, los materiales utilizados en su mayoría

fueron de reciclaje en especial en la confección de los disfraces realizado por los padres de familia, también se utilizó marcadores, lana, pendones entre otros. (Ver anexos de ilustraciones al final).

“Ensalada multicolor”, la actividad se realizó de forma participativa directa de los niños y niñas con una metodología instructivo-creativa, donde cada pequeño apporto su fruta favorita, a manera de chef cada uno ayudo a partir su fruta para realizar una ensalada donde se destacó la importancia de comer frutas, se utilizaron recursos didácticos como implementos de cocina de juguete: cuchillos y platos.

Durante la planeación y ejecución de las actividades se tuvo en cuenta la participación de las familias, por lo cual se involucraron de manera directa en las dinámicas pedagógicas, dando origen a diversas reacciones de los niños y niñas, pero sin dejar de ser positivas para sus experiencias y para sus procesos de aprendizaje.

Las actividades mencionadas entre otras realizadas, dieron fe de que las estrategias aplicadas fueron pertinentes, para ir dando soluciones a dicha situación y así darle forma a una prospectiva o más bien dicho a la última fase de esta metodología que es “La Devolución Creativa”, aunque es una situación que sus resultados se verán reflejados a largo plazo, la ejecución de este proyecto permitió conectar de forma eficaz la comunidad educativa en pro de mejorar y cambiar el futuro de los niños y niñas, la toma de consciencia sobre el compromiso y la reacción de algunas familias, frente al cambio positivo de sus hábitos alimenticios, se evidencio en el cambio en las medidas antropométricas de algunos niños y niñas de forma positiva, se debe destacar también el cambio de actitud de los niños y niñas frente al consumo de los alimentos, aunque no todos cambiaron y aunque no todos los alimentos fueron aceptados, lo más

gratificante fue ver el cambio de actitud positiva y hasta de felicidad de la mayoría, frente a dichos alimentos, la desaparición de llanto, el enojo y la angustia, dio muestras de la influencia del rol docente, su interés, preocupación y su intención formadora va más allá de unos resultados cuantitativos.

También se realizó durante un grupo de estudio de las agentes educativas con la nutricionista el análisis frente a la Minuta Patrón, donde se realizaron cambios a algunas combinaciones nutricionales que no eran agradables el paladar de los niños y niñas.

La intervención desde las directivas del Hogar infantil fue parte fundamental colaborando con colocar tips de hábitos alimenticios adecuados, la importancia de una buena nutrición en la primera infancia y recetas sanas agradables para los niños, en sus publicaciones en forma de plegables llamado “Lagui-Infomes. que se envían a los padres de familia mensualmente.

Marco Conceptual

La nutrición es un factor determinante en el nivel intelectual de los niños y niñas, en especial, durante sus primeros cinco años de vida, a pesar de ello son muchos los menores que por consecuencia de la cultura y costumbres familiares, conservan unos hábitos alimenticios poco saludables, lo cual no les aporta apoyo relevante en su esperado desarrollo, las condiciones educativas, sobre el tema de la alimentación en las familias, quienes son los principales educadores de sus niños y niñas y quienes tienen la importante tarea de enseñar hábitos alimenticios, son escasas, aunque las condiciones económicas no lo sean.

Continuando con el tema de nutrición infantil y buscando apoyo teórico, es oportuno mencionar al médico cardiólogo de la universidad del Valle, Leonardo Sinisterra, quien realizó investigaciones durante 20 años sobre la formación y el desarrollo de niños pertenecientes a las clases menos favorecidas, creó el departamento de nutrición de la facultad de nutrición de dicha universidad, simultáneamente organizó la fundación de ecología humana partiendo de la certeza de que los principales problemas de la población infantil es la desnutrición, factor que se asocia al desarrollo psico-social, físico e intelectual del hombre, en 1967 creó la fórmula para la Bienestarina, complemento alimenticio que donó al ICBF, un año después (Universidad del Valle, 2013).

Debe reconocerse además, la importancia y el valor de la nutrición desde la gestación, ya que la lactancia materna es la mejor fuente alimentaria, en los primeros meses de vida, tener una alimentación balanceada es vital para que los niños sean saludables, puedan crecer con normalidad y adquieran los nutrientes y vitaminas necesarias para poder desempeñarse en sus actividades cotidianas, académicas y en sus procesos de aprendizaje, el desempeño en la edad

adulto se ve afectada desde la niñez, es decir, si un niño es bien alimentado y entiéndase en cantidad y calidad, tiene mayor capacidad de concentración y rendimiento escolar, y muy seguramente cuando adulto, habrá adquirido las habilidades cognitivas y de manera integral para desempeñar adecuadamente el rol que tenga asignado, lo cual influye en el desarrollo económico y productivo, tal como lo manifiestan Pollit (1997) y Matte (2001), (como se citó en Cortez, 2002), encontraron que

... el bajo nivel nutricional de los niños, trae efectos negativos contra el desarrollo económico de un país, según estos autores, las personas que atravesaron el problema de malnutrición durante sus primeros años de vida tiene una menor capacidad cognitiva que dificulta el alcance de un rendimiento escolar aceptable. (p.5).

La encuesta realizada a nivel Nacional, en el año 2010, para evaluar el estado nutricional de la población colombiana y de Medellín respectivamente, registrada en el “Manual para el personal de la salud sobre alimentación y nutrición de la población, por ciclo vital, alcaldía de Medellín” (2012, p.16), no arrojó resultados alentadores en especial para los niños y niñas menores de 5 años, quienes presentaron un porcentaje importante de bajo peso para la edad o desnutrición.

Es entonces necesario que los docentes de primera infancia estén conscientes de tal situación y no solo se interesen por transmitir el conocimiento y aprendizaje a los niños y niñas, sino también por estar al tanto de sus hábitos alimenticios, dado que, si el niño no está bien alimentado, no aprenderá como debe ser, esto por más que se esfuerce. Los docentes deben ser observadores activos a la hora en que a los infantes se les proporciona la alimentación, ya que del consumo de esta, depende la nutrición, la cual como explica Galán (2011), se entiende como “al conjunto de procesos gracias a los cuales el organismo recibe, transforma y utiliza las sustancias

químicas contenidas en los alimentos, que constituyen los materiales necesarios y esenciales para el mantenimiento de la vida”(p. 2); por lo tanto, esta es adecuada en la medida que lo sean los alimentos que se consumen, la autora además, dice que la “dietética es la parte de la medicina que estudia y analiza la alimentación y su repercusión en las personas” (Galán, 2011, p. 2), y que la nutrición aporta al cuerpo, los materiales necesarios para la formación de estructuras y la energía útil para las funciones corporales, lo cual indica que, un niño o niña mal nutrido no tendrá la misma disposición física y mental que uno que sí lo este.

Como la alimentación debe ser una acción consciente y voluntaria, es esencial entonces que en los niños y niñas se genere dicho hábito, sin forzarlos u obligarlos, de modo que no se sientan violentados o tratados de manera arbitraria, en los centros infantiles, las actividades pedagógicas deben ser didácticas al promover el consumo de alimentos saludables, conservando siempre una adecuada y permanente comunicación con la familia, para que ambas partes trabajen de la mano en favor de los buenos hábitos alimenticios de los niños y niñas pues “la alimentación en los primeros años es fundamental, tanto desde el punto de vista de las relaciones socio afectivas como desde el punto de vista educativo, el cerebro es un órgano que sufre las consecuencias de una mala nutrición”(Galán, 2011, p. 3), las necesidades nutricionales de los niños, son más relevantes cuando estos son más pequeños.

Desde algún tiempo se le ha venido dando mayor importancia al tema “alimentación infantil” y como lo dice Agustín Rivero Cuadrado, director general de salud pública y alimentación de Madrid, en su aporte a la guía Alimentación infantil:

La alimentación infantil es un objetivo prioritario en salud pública por el creciente número de niños que padecen de sobrepeso y obesidad y por el impacto negativo que tienen sobre

la salud, ya que están relacionados con la aparición de ciertas patologías a esta edad y/o en la edad adulta. (Ortega, 2010, p.1).

Como se puede ver anteriormente, aparecen ya los términos, sobrepeso y obesidad, que también obviamente, hacen parte de los factores o indicadores que determinan una inadecuada alimentación, tal vez pueda decirse que un niño desnutrido esta poco nutrido y un niño obeso, está mal nutrido, independiente del caso o fuese cual fuese, la connotación importante es la inconsistencia alimentaria, es importante hablar de obesidad y sobrepeso, ya que si un niño presenta esta condición, muy seguramente se sentirá cansado y fatigado con mayor rapidez y frecuencia y por lo tanto se perderá los aprendizajes que suelen dejar las experiencias lúdico-motoras.

La OMS (Organización Mundial de la Salud), es una entidad a nivel internacional con autoridad directiva y coordinadora en programas de salud desde 1948, en el Sistema de las Naciones Unidas del cual Colombia hace parte, esta entidad tiene varios programas entre ellos: Estrategia mundial sobre el régimen alimentario, actividad física y salud, y el de Nutrición.

En el primero, se crea una comisión de alto nivel para acabar con la obesidad infantil y todos los riesgos que esto implica para la salud y el futuro de estos, ya que es preocupante el crecimiento rápido de la obesidad en lactantes y menores de cinco años experimentado en varios países:

Con el fin de recibir el mejor asesoramiento posible para luchar contra la crisis de obesidad infantil, la Directora General de la OMS estableció una comisión de alto nivel para acabar con la obesidad infantil.

Muchos países están experimentando un rápido aumento de la obesidad entre los lactantes y los niños menores de cinco años. Afrontar ahora el problema de la obesidad infantil

supone una importante oportunidad para reducir los efectos de las cardiopatías, diabetes y otras enfermedades graves en el futuro, y mejorar inmediatamente la salud de los niños.

Estrategia mundial sobre el régimen alimentario, actividad física y salud. Comisión para acabar con la obesidad infantil. (OMS, 2014, párr. 1).

Los altos índices de niños desnutridos, con sobre peso y muertes por estas causas, llevan a la OMS a tener una visión general sobre la importancia de la alimentación desde los primeros años de vida realizando una serie de recomendaciones entre ellas: Garantizar la lactancia materna y la introducción de alimentos complementarios seguros y nutricionalmente adecuados.

En Colombia la OMS participa en la implementación del programa de acción sanitaria mundial. Este programa es coherente con los principios rectores en salud, liderado por El Ministerio de la Protección Social que busca la cooperación de ambas instituciones para el mejoramiento de la salud y mejor calidad de vida para los ciudadanos en especial los más vulnerables. (OMS, 2014, p. 3). En medio de esta búsqueda El gobierno nacional revoluciona para mejorar el sistema de salud pública y crea el documento CONPES SOCIAL 91, en el que se definen las metas para alcanzar los objetivos entre ellos el Programa de Atención Primaria en Salud y Seguridad Alimentaria, otra de las metas es la Promoción de estilos de vida y ambientes sociales saludables. (OPS y OMS, 2006, p. 11).

En la medida en que el Hogar Infantil El Laguito trata de implementar nuevos programas relacionados con seguridad alimentaria, también se evidencia la de eficacia y promoción de hábitos saludables, entre ellos la práctica de la lactancia materna, el Hogar Infantil es consciente de la importancia de suministrar la leche materna a sus niños y niñas menores de 6 meses, por tal motivo hace un uso adecuado de este preciado líquido con el manejo de Banco de Leche materna, las minutas patrón alimentarias varían en el Hogar infantil según la edad, creando

menús adecuados para los niños y niñas que comienzan su alimentación complementaria, y para los mayores de un año las minutas son adecuadas por gramajes exactos a la exigencias de cada edad, también se realizan encuentros pedagógicos con la profesional en nutrición y con los padres de familia donde se les expone el porqué de estas minutas dando como base las investigaciones y estudios de la OMS, donde se explica que alimentos y que cantidad deben de consumir los menores.

La OMS también es clara cuando incentiva la promoción de hábitos saludables, el Hogar Infantil dentro de su plan de acción, hace énfasis en realizar con los niños y niñas actividades físicas de acuerdo a sus edades por medio del juego al aire libre, gimnasia, actividades lúdico-recreativas y deportivas.

Aunque durante la práctica solo se mantuvo contacto con los niños de dos a tres años, se tuvo la posibilidad de observar el compromiso del todo el personal del hogar infantil en propiciar ambientes y prácticas adecuadas para promover una buena nutrición los niños y niñas, llegando a la conclusión de que son las familias las principales responsables del estado nutricional de los menores, por lo tanto el trabajo para mejorar estas condiciones alimenticias inadecuada de los niños y niñas es más que todo de su entorno familiar, se debe realizar una planeación más consensuada de actividades sobre la toma de conciencia desde los hábitos, cultura y tiempo que le dedican las familias a este tema.

En ese contexto, el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar en cumplimiento de los compromisos adquiridos en el Plan Nacional de Desarrollo 2010-2014 “Prosperidad para todos”; del CONPES Social 140 de 2011, por el cual se modifica el CONPES Social 91 de 2005: “metas y estrategias de Colombia para el logro de los objetivos de desarrollo del milenio-2015”; del

CONPES Social 113 de 2008: “Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional” y del CONPES 3443 de 2006 “Contratación del Operador para la Producción y Distribución del componente nutricional (Bienestarina) en Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF)”, adelanta acciones de complementación alimentaria y nutricional en todo el territorio nacional a través de programas de prevención y protección que contribuyen a la garantía del derecho a la alimentación.(Consejo Nacional de Política Económica y Social [CONPES], 2016, p. 15).

Conclusiones

Los hallazgos, experiencias, contratiempos, análisis y reflexiones generadas a partir de las prácticas, sirvieron de apoyo para nuevas prácticas e intervenciones ya que están soportadas en una intervención donde la comunidad educativa hizo parte activa y se observó un cambio en algunas de las familias frente a la toma de consciencia para el mejoramiento de la calidad de vida de sus hijos, también se notó que en el comedor mejoró el interés de los niños y niñas por comer solos, los regueros de comida disminuyeron y sus expresiones frente a los alimentos ya no mostraban desagrado.

La intervención, las experiencias vivenciadas y el apoyo profesional de la nutricionista, incidieron notablemente en el desarrollo de habilidades (Ver el anexo: *Tabla 1*, Cuadro comparativo, [p.24]) como observar el comportamiento y actitud de los niños y niñas con dificultades alimenticias desde una perspectiva más real, analizando el porqué del rechazo frente a los alimentos saludables, la nutricionista acompañó el proceso, dialogó con los padres y agentes educativas, para dar pautas significativas frente al estímulo a los niños y niñas para el consumo de los alimentos, además, amplió las consecuencias que produce en los niños un déficit alimenticio, invitando de esta manera a los padres de familia a reconsiderar los hábitos de alimentación de sus hijos.

La realización de esta intervención sobre la importancia de una buena nutrición en los niños y niñas del hogar infantil nos invitó a ser sujetos dinámicos, donde se asimiló que cada proceso de enseñanza-aprendizaje, debe partir de las necesidades observadas, dándose en este caso, una serie de comportamientos paulatinos que señalaron la relevancia e impacto de la intervención y lo cual se constituyó en un cambio positivo para los niños y niñas, quienes ya no

presentaban el llanto acostumbrado a la hora de comer, el avance en su peso y talla y el constante acuerdo entre padres y docentes para ofrecer alimentos saludables a los niños y niñas.

Con este trabajo se pudo evidenciar un alto nivel de concientización en muchas de las familias del hogar infantil el laguito, ya que expresaron reconocer que deben tener en cuenta que una buena alimentación en los primeros años de vida de sus hijos, es vital para un buen desarrollo cognitivo y corporal y que por ende afecta el aprendizaje, además, se han comprometido más con llevar a sus hijos al programa de crecimiento y desarrollo, lo cual les permite estar al tanto de su estado nutricional e indagan con frecuencia sobre los alimentos que se le ofrecerán a sus hijos en el Hogar Infantil, lo cual hace que tengan un dialogo permanente con la nutricionista.

Referencias

- Caicedo, N., Botero, J., Gómez, A., Restrepo, O., Quintero, H., & Álvarez, N. (2012). *Así te ves salud, manual para el personal de salud sobre alimentación y nutrición de la población, por ciclo vital*. Medellín: Alcaldía de Medellín.
- CONPES. (05 de 03 de 2016). *Documento Conpes 3755*. Obtenido de Colaboracion DNP: <https://colaboracion.dnp.gov.co/CDT/Conpes/Econ%C3%B3micos/3755.pdf>
- Cortez, R. (28 de 03 de 2015). *La nutrición de los niños en edad pre-escolar*. Obtenido de bvsde.ops-oms.org: <http://www.bvsde.ops-oms.org/texcom/nutricion/Pm0117.pdf>
- Galán, M. (2011). Alimentación en educación infantil. *Revista digital, innovación y experiencia*, 1-10.
- Juliao, C. (2013). *Una pedagogía praxeológica*. Bogotá: Corporación Universitaria Minuto de Dios.
- OMS. (05 de 03 de 2016). *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud*. Obtenido de who.int: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/es/>
- OPS, & OMS. (09 de 03 de 2016). *Estrategias de cooperación con Colombia*. Obtenido de who.int: http://www.who.int/countryfocus/cooperation_strategy/ccs_col_es.pdf?ua=1
- Ortega, R., & Requejo, A. (26 de 02 de 2016). *Alimentación infantil, lo que come hoy determinará su futuro*. Obtenido de Madrid.org: <http://www.madrid.org/cs/Satellite?blobcol=urldata&blobheader=application%2Fpdf&blobheadername1=Content-disposition&blobheadername2=cadena&blobheadervalue1=filename%3DAalimentaci%C3%B3n+Infantil.pdf&blobheadervalue2=language%3Des%26site%3DPortalSalud&blobk>
- Sociedad de pediatría Extra hospitalaria. (16 de 04 de 2016). *Alimentación durante la infancia*. Obtenido de uned.es: <http://www2.uned.es/pea-nutricion-y-dietetica-I/guia/PDF/Guia%20de%20Alimentacion%20y%20Salud%20-%20Infancia.pdf>

Universidad del Valle. (27 de 03 de 2015). *Leonardo Sinisterra Barberena*. Obtenido de
Biblioteca digital Univalle: <http://bibliotecadigital.univalle.edu.co/handle/10893/5060>

Tabla 1. Cuadro comparativo

Cuadro comparativo

Nombre del niño (a)	Primera toma			Segunda Toma				Tercera Toma				Cuarta Toma			
	5 de febrero de 2015			5 de Mayo de 2015				5 de Agosto de 2015				5 de Noviembre de 2015			
	Edad	Peso	Talla	Edad	Peso	Talla	Riesgo	Edad	Peso	Talla	Riesgo	Edad	Peso	Talla	Riesgo
	Años meses			Años meses					Años meses			Años meses			
	m e s e s														
Camila	2 a.	13,3	88,3	2	13,9 kg	88,3	Sobre	2 a.	14,1 kg	91,5	adecuado	3 a.	15,1	92,6	Sobre
Alvarado Villada		kg	cm	a.		Cm	Peso	9 m.		cm		a.	Kg	cm	peso
	3 m.			9								1 m.			
				m.											
Sara Asprilla	2 a.	12,3	85,9	2 a.	13,6 kg	88	Sobre	2 a.	14,8 kg	92	Sobre	2 a.	14,8	93,8	adecuado
Arango		kg	cm	3 m.		Cm	Peso	6 m.		cm	peso	9 m.	Kg	cm	
Sebastián	2 a.	10,2	84,5	2 a.	10,7	86,5	Baja talla	3 a.	11,4	89,5	Baja talla	3 a.	11,6	89,8	Baja talla
Calle	6 m.	kg	cm	9 m.	kg	Cm	Bajo		kg	cm	Bajo	3 m.	Kg	cm	Bajo
Muñoz							Peso				peso				peso

Luciana	2 a.	11,4	86,8	2 a.	11,9	89,5	Baja talla	3 a.	12,1	92	Bajo	3 a	12, 5	93,5	adecuado
Castaño	6 m.	kg	cm	9 m.	kg	Cm			kg	cm	peso	3m.	Kg	cm	
Cadavid															
Emiliano	2 a	14,7	91,7	2ª	15,5	94,9	Sobre	3a	16,3	96,2	Sobre peso	3ª	16,5	98,5	Sobre peso
Correa	6m	kg		9m	kg	Cm	Peso			cm		3m			
Dulce María Ramírez	2ª	9,6	78,8	2ª	9,9	81,9	Baja talla y bajo peso para la edad	2ª	10,5	84	Talla baja para la edad y riesgo de bajo talla para la edad	2ª	10,5	84,6	Talla baja para edad y riesgo de bajo peso para la edad
	2m	hg	cm	5m	kg	cm		8m	kg	cm		11m	Kg	cm	
	2ª	10,6	82	2ª	10,8	84,2			11,3	86	Riesgo de baja talla para la edad	2ª			Riesgo de talla baja para la edad y riesgo de bajo peso para la edad
María Paz Ramírez	2m	kg	cm	5m	kg	cm	Riesgo de baja talla y bajo peso para la edad	2ª		cm		11m	11	87,5	
								8m					Kg	cm	
Juanita Martínez	2ª	11,8	80	2ª	11	84,1	Riesgo de baja talla y bajo peso para la edad	2ª	12,1	89,8	adecuado	3ª	11,7	88,1 cm	Riesgo de talla para la edad
	3m	kg	cm	6m	Kg	cm		9m	cm	cm			Kg		
Emiliana Ocampo	2ª	11	84	2ª	11,5	87	Riesgo de baja talla y bojo peso para la edad		11,9	89	Riesgo de baja talla para la edad	3ª	12,3	91,1	Riesgo de talla baja para la edad
	4m	kg	cm	7m		cm		2ª	kg	cm		2m	Cm	cm	
								10m							
Samuel Parra	2ª	11,4	86,4	2ª	11,8	88,6	Riesgo de baja talla y bajo peso para la edad	2ª	11,6	91,5	Riesgo de balo peso para la talla y riesgo de baja talla para la edad	3ª	12,3	93,6	Riesgo de bajo peso para la talla
	3m	kg	cm	6m	Kg			9m	kg	cm			Kg	cm	

Anexos



Ilustración 1. Lalo el espantapájaros



Ilustración 2. Lalo el espantapájaros



Ilustración 3. Lalo el espantapájaros



Ilustración 4. El tesoro de Amanda la coneja



Ilustración 5. El tesoro de Amanda la coneja



Ilustración 6. El tesoro de Amanda la coneja



Ilustración 7. Tito el pepinito y las verduras



Ilustración 8. Tito el pepinito y las verduras



Ilustración 9. Tito el pepinito y las verduras