



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



LA GAMIFICACIÓN Y LA NUTRICONDUCTA EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS DE PREESCOLAR

Autores:

Dora Ilba Ovalles Beltran

Leidy Johanna Gaitán Estrada

Milena Lindarte Vergel

Facultad De Las Ciencias De La Educación

Lic. Pedagogía Infantil

San José De Cúcuta

2020



"Formando líderes para la construcción de un

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax:



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



LA GAMIFICACIÓN Y LA NUTRICONDUCTA EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS DE PREESCOLAR

Autores:

Dora Ilba Ovalles Beltran

Leidy Johanna Gaitán Estrada

Milena Lindarte Vergel

Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de:

Licenciatura en Pedagogía Infantil

Tutor: Dr. Ariel Dotres Bermúdez

Facultad De Las Ciencias De La Educación

Lic. Pedagogía Infantil

San José De Cúcuta



2020

"Formando líderes para la construcción de un

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax:

Acta de Aprobación



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!



APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi carácter de Tutor del Trabajo de Grado titulado **“La gamificación y la nutrición en el proceso de aprendizaje de los niños de preescolar”** presentado por las estudiante(s): **Dora Iba Ovalles Beltran** identificada con **C.C 1092386811**; **Leidy Johanna Gaitán Estrada** con **C.C. 1090414827**, y **Milena Lindarte Vergel** con **C.C 1094168417** como requisito para optar el título de Licenciado en Pedagogía Infantil; autorizo su presentación pues considero que cumple con los méritos suficientes para ser sometido a sustentación pública y evaluación por parte del jurado asignado para tal efecto.

En la ciudad de Cúcuta, a los 21 días del mes de noviembre del año 2020.

 Ariel Dotres Bermúdez
 Tutor
 C.C. N.º 1.090.539.580



Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz
 Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

Resumen

El presente trabajo investigativo centra toda su atención en un aspecto importante para el desarrollo de los infantes que se encuentran en edad escolar, cuyo objetivo es dar a conocer un aspecto que incide en el proceso de enseñanza y aprendizaje de los estudiantes de preescolar de una institución privada, pública y una en la zona rural, se analizaron diferentes factores que trasgrede en la nutrición, la cual es el elemento clave en el aprendizaje del educando. Una buena nutrición es una de las prioridades que se deben establecer desde los primeros años de vida de los infantes, debido que permite una dieta equilibrada y balanceada, por tal motivo es importante que los padres de familia les proporcionen a sus hijos una alimentación libre exceso de grasas, azúcares, colorantes y conservantes artificiales, deben alimentarlos con alimentos naturales, carbohidratos y proteína; estos elementos aportan la energía necesaria para el desarrollo multidimensional del ser humano.

Teniendo presente lo anterior se evidencia que la alimentación juega un papel importante en el ámbito educativo, la nutrición está vinculada directamente a la conducta y al aprendizaje de los estudiantes, la metodología que se vincula en la investigación es un paradigma postpositivista también denominado enfoque interpretativo, el propósito de la investigación radica en desarrollar un plan de acción a través de la gamificación, para el mejoramiento de la Nutrición en los niños de preescolar de una institución privada, pública y rural, bajo el método de investigación acción pedagógica, donde los informantes clave estaban formados por 6 profesores, 30 estudiantes y 10 padres de la institución. Y las técnicas e instrumentos para la recolección de datos fueron: entrevista semiestructurada, diarios de campo y una guía de observación, no se hace referencia a los resultados debido al COVID-19 no se aplicó en el campo.

Categorías: Nutrición- aprendizaje- gamificación.

Abstract

The present research work focuses all its attention on an important aspect for the development of school-age children, whose objective is to make known an aspect that affects the teaching and learning process of preschool students in a private, public and one in the rural area. Different factors that transgress in the nutriconduct, which is the key element in the learning of the student, were analyzed. A good nutrition is one of the priorities that must be established from the first years of life of the infants, because it allows a balanced and equilibrated diet, for that reason it is important that the parents provide their children a diet free of excess of fats, sugars, colorings and artificial preservatives, they must feed them with natural foods, carbohydrates and protein; these elements contribute the necessary energy for the multidimensional development of the human being.

Bearing in mind the above, it is evident that feeding plays an important role in the educational field, nutrition is directly linked to students' behavior and learning, the methodology linked in the research is a postpositivist paradigm also called interpretative approach, The purpose of the research is to develop a plan of action through gamification, for the improvement of the Nutriconduct in preschool children of a private, public and rural institution, under the method of pedagogical action research, where the key informants were formed by 6 teachers, 30 students and 10 parents of the institution. And the techniques and instruments for data collection were: semi-structured interview, field diaries and an observation guide, no reference is made to the results because the COVID-19 was not applied in the field.

Keywords: Nutriconduct- learning-gamification.

Dedicatoria

En primer lugar, dar gracias a DIOS por permitirme cumplir una de mis metas tan anheladas, la cual es culminar mi carrera profesional; por darme la fortaleza de poder llegar hasta este punto de una forma satisfactoria, donde en el transcurso de mi formación vivencié experiencias que me han ayudado a crecer como persona en el ámbito espiritual, profesional y humano.

Dedico este trabajo a mi madre Deyanira Vergel y a mi padre Fraunel Lindarte; por siempre brindarme su apoyo incondicional, por esa motivación constante, pero sobre todo por creer en mis habilidades, por seguirme en cada paso de este proceso. Además, por todo su esfuerzo, su tiempo y dedicación para poder lograr cada uno de mis sueños.

También dedicó este logro a mis abuelos, Lucrecia Zarate y Víctor Lindarte, que desde el cielo han iluminado mi caminar, protegiéndome y guiándome en cada una de mis decisiones. De igual manera agradecer a mis hermanos por estar presente en todo momento, en especial a mi hermana Liceth Lindarte Vergel, quien me ha aconsejado, me ha dado su amor y apoyo incondicional.

Además, es importante mencionar a una persona que hace parte de este proceso, Yeison Gelves por no dudar de mis capacidades, por motivarme cada día, por darme soporte en los momentos difíciles. Y por último a mis colegas, compañeras y amigas Dora Ovalles, Leidy Gaitán por enseñarme tantas cosas, por aconsejarme, pero sobre todo por estar presente en cada uno de los momentos vividos durante mi carrera.

Milena Lindarte Vergel

Dedicatoria

Primordialmente agradecer a DIOS por darme una segunda oportunidad de vida para poder finalizar con unas de mis tantas metas, el culminar con mi título universitario ha sido gracias a toda esa sabiduría, perseverancia y todos los dones que me ha concedido, dado que me ayudaron a crecer de forma espiritual, profesional y humana.

Dedico este trabajo a mis padres Yurley Beltran y Víctor Núñez, por todo su apoyo, esfuerzo y dedicación. Pero quiero resaltar la labor de mi madre quien es mi ejemplo y mayor motivación quien siempre ha estado para mí dándome esa voz de aliento de no desistir ante los obstáculos presentados en el camino. Así mismo agradezco a mis hermanos por no dudar de mis capacidades y habilidades, por ayudarme a saber que la disciplina siempre será la base de todo logro. También quiero dedicar este triunfo a dos personas que desde el cielo ahora me acompañan mis abuelos, Ilba Bernal Y Benjamín Montoya, quienes guían en todo momento mi camino, y todas aquellas decisiones de mi vida.

Así mismo es importante aludir a una persona que ha estado incondicionalmente en cada uno de esos momentos significativos, Jeison Hernández; quien ha puesto a prueba cada una de mis limitaciones, nunca me ha dejado sola durante este proceso, siempre dándome esa fortaleza, recordarme quien soy, todo aquello que quiero y puedo lograr, pero sobre todo por enseñarme tantas cosas significativas que me ayudaron a crecer como persona.

Y por último a mis hermanas de otra madre, colegas, compañeras y grandes amigas Leidy Gaitán, Milena Lindarte, quienes han hecho parte de este hermoso proceso, por todas aquellas aventuras llenas de aprendizajes.

Dora Ilba Ovalles Beltran

Dedicatoria

A DIOS, doy gracias por otorgarme la sabiduría, la fortaleza de culminar unos de mis tantos propósitos, por cada uno de los momentos vividos durante mi carrera, ayudándome a crecer de forma espiritual, profesional y personal.

Dedico esta meta a mis padres Anayibe Estrada y Carlos Gaitán por estar siempre al pendiente de mí, por darme esas palabras de aliento para no desvanecer, por todo su esfuerzo y apoyo incondicional. Además, por inculcarme la perseverancia; por no dudar de mis capacidades personales y profesionales.

También quiero dedicar este trabajo a mis hermanos, pero hacer mención especialmente a mi hermana Katherine Gaitán, quien ha sido un ejemplo en mi vida, por aconsejarme, escucharme y en ocasiones llamarme la atención, pero nunca dejo que creer en que podría cumplir todo aquello que anhelaba, por ese apoyo incondicional durante este proceso.

De igual manera dedico este logro a aquellas personas que me brindaron su apoyo, sus palabras alentadoras, por ser ese sostenimiento emocional, por estar en cada uno de los hechos vividos de memorables experiencias, quiero resaltar a Daniela Cárdenas, quien estuvo en aquellos momentos difíciles, donde me brindo su amistad incondicional y estar siempre ahí ante toda circunstancia.

Para finalizar mencionar a mis compañeras y colegas, Milena Lindarte-Dora Ovalles, que su vez hacían parte de mi grupo de amigas “LAS PODEROSAS”, por todo ese aprendizaje, por esas aventuras buenas y malas que nos ayudaron a crecer.

Leidy Johanna Gaitán Estrada

Agradecimientos

Agradecer primordialmente a Dios, por haber permitido la realización de este trabajo investigativo; el cual no se habría podido llevar a cabo sin la colaboración de muchas personas que vincularon sus conocimientos para fortalecer el campo de estudio, las autoras agradecen el esfuerzo y dedicación que aportaron los docentes de la Universidad de Pamplona. El presente trabajo representa el esfuerzo y los resultados que se obtuvieron mediante la dedicación que se llevó a cabo día a día con el propósito de cumplir un gran sueño; la obtención de nuestro título profesional, agradecemos especialmente al docente tutor el Dr. Ariel Dotres Bermúdez por su orientación, por su paciencia, sus aportes y experiencia en el campo educativo, pero sobre todo por enseñarnos que la disciplina, la motivación y la responsabilidad son los pilares del éxito.

También queremos expresar nuestros agradecimientos a nuestras familias. Porque sin ellos no habríamos podido llegar hasta este punto, ellos son nuestros motores que constantemente nos ayudaron a salir adelante, dándonos la fortaleza cuando sentíamos desfallecer; agradecemos sus esfuerzos, cariño y comprensión gracias por apoyarnos en este largo camino que aún no termina quedan más sueños más metas por cumplir con ayuda de Dios podremos concretar en nuestras vidas.

Dora Ilba Ovalles Beltran

Leidy Johanna Gaitán Estrada

Milena Lindarte Vergel

Índice

Introducción	13
CAPÍTULO I.....	15
Problemática.....	15
1. Descripción del Problema	15
1.1 Formulación del Problema	30
Impacto Social.....	32
Novedoso	34
Pertinente.....	35
Factible	36
Viable	37
CAPÍTULO II	41
Fundamentación Teórica De La Propuesta	41
2. Investigaciones Previas	41
Tipos De Conducta.....	57
Contexto Cultural	59
Aprendizaje	60
Enfoques De Aprendizaje	62

Conductismo	63
Cognitivismo	64
Constructivismo	65
Neurociencia	66
Neuroeducación.....	67
Nutrición	68
Hábitos Alimenticios.....	72
La Familia Un Factor De Influencia En Los Hábitos Alimenticios Del Niño ...	73
Contexto Sociocultural.....	74
Nutriconducta.....	77
Gamificación	78
CAPÍTULO III.....	105
Marco Metodológico.....	105
Diario De Campo	111
Guía De Observación	112
Entrevista.....	113
Entrevista Semiestructurada.....	113
Encuesta	114

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....120

ANEXOS125

.....

Introducción

La presente investigación surge por lo observado durante el proceso de investigación formativa (PIF); se empleará la línea de investigación de infancia y educación: infancia y desarrollo humano, con un paradigma cualitativo, abordando un enfoque interpretativo, que corresponde al eje metodológico investigación acción-pedagógica, es decir mediante la ejecución de lo teórico-práctico en las instituciones educativas, donde se intervino en los siguientes planteles educativos: el Colegio privado Crecer y Crear, la Institución Pública General Santander y la institución rural Camilo Torres, interactuando con los estudiantes de los grados de preescolar, entre edades comprendidas de 3 a 5 años; además se estableció un contacto directo con los docentes y padres de familia; dando paso a la indagación surgiendo el interrogante ¿Qué relación existe entre la nutrición y la conducta?, y ¿cómo influye en el rendimiento académico de los estudiantes?, ya que fue notoria la preferencia de los estudiantes por consumir sustancias neurotóxicas durante las primeras horas de la mañana evidenciando que algunos infantes manifestaban comportamientos agresivos, además del bajo desempeño académico.

Con el interés de profundizar acerca de la nutrición y la conducta; y como está ligada al proceso académico de los estudiantes; ya que se considera una problemática en auge, afectando directamente a la población infantil, debido al consumo frecuente de alimentos procesados poco saludables, generando en los estudiantes: estímulos negativos, inapetencia, sueño, emociones, cansancio, impulsos agresivos o cambios conductuales; dicho lo anteriormente, se deduce que los estudiantes al presentar estas alteraciones puede que su proceso de aprendizaje no sea el adecuado, también se suma

la baja concentración, la atención y su comportamiento según el contexto en que se encuentre.

La investigación está comprendida por tres capítulos:

El CAPÍTULO I está conformado por el título, el planteamiento del problema seguidamente surge la pregunta problema, dando paso al objetivo general y específicos, los cuales están enfocados a trabajar en un plan de acción mediante la investigación acción, también está conformado por la justificación y las delimitaciones espacial, temporal y teórica ya que hacen parte de la problemática.

En el CAPÍTULO II se establece el marco teórico, basado en la temática se profundiza a través de los antecedentes internacionales, nacionales y regionales, la base teórica en la cual se referencian autores que complementarán la investigación, el marco conceptual y la base legal;

El CAPÍTULO III se expone de la siguiente manera, en primera instancia el marco metodológico, seguidamente el tipo y diseño de investigación; cual se trabajará con una población de 150 estudiantes de los grados de preescolar, 100 padres de familia y 7 docentes, tomando una muestra de 100 estudiantes, 70 padres de familia y 7 docentes; mediante la investigación de aplicaron los siguientes instrumentos: (El plan de acción, entrevista semiestructurada, diario de campo y una encuesta de estimación) la validación de los instrumentos y para culminar las conclusiones

CAPÍTULO I

Problemática

Este capítulo está conformado por la descripción del problema , mediante el cual se dará apertura al interrogante que surgió a través de la observación, presentándose en los contextos de intervención (instituciones), con el apoyo de las investigaciones propuestas por algunos autores que dan soporte a nuestra investigación, dando continuidad a la pregunta problema y así planteando el objetivo general y los objetivos específicos, cabe dar mención a la justificación ya que en este se da a conocer todo lo que abarca la temática a trabajar , es por ellos que también es importante conocer la delimitación espacial que es lugar en donde se interactúa; la delimitación temporal hace referencia al cronograma establecido, y por ultimo está la delimitación teórica en donde se citan los autores que dan fundamento a la investigación, es así como está comprendido el primer capítulo.

1. Descripción del Problema

En la actualidad diversos estudios, los cuales serán citados posteriormente; han determinado que los causantes de diferentes enfermedades o dificultades presentes en la primera infancia, están relacionados con un mal proceso nutritivo; en vista que la nutrición es la base para el desarrollo del ser humano, su importancia se ve reflejada aún más en la población infantil, sobre todo en edades tempranas por eso es relevante la ingesta de alimentos saludables, que contribuyan al pleno desarrollo de sus dimensiones, debido a que últimamente se han evidenciado constantemente ciertos cambios conductuales en los infantes, como consecuencia de una mala nutrición. Dentro del

contexto es necesario aludir el concepto de nutrición y conducta; en primera instancia se define la nutrición como el conjunto de los procesos fisiológicos, en los cuales el organismo se encarga de recibir, transformar y utilizar las diferentes sustancias químicas que contienen los alimentos; (Cidón Madrigal 1993). Y se conoce que la conducta son los resultados que se obtiene de los reflejos; es decir las respuestas que se han aprendido o que son modificables por factores distintos. (Watson 1878).

Así mismo es fundamental argumentar, que el termino de alimentación está directamente relacionado con la nutrición y la conducta; debido que para llevar a cabo una adecuada nutrición se debe tener una balanceada alimentación, es significativa la importancia que tienen las comidas, los alimentos, los nutrientes y como altera el comportamiento del ser humano. Rapp (2007), ha conseguido demostrar con su trabajo, “que puede mejorarse la capacidad de estudio y atención de los niños identificando y eliminando aquellos productos del entorno o de la alimentación que provocan sus problemas de comportamiento” (p.58) ; de tal forma que al realizar la ingesta de alimentos saludables permite que el proceso de nutrición se lleve a cabo, realizando la distribución adecuada de los nutrientes necesarios para el organismo, obteniendo una serie de respuestas bioquímicas, es decir, siendo los neurotransmisores la vía de expresarse hacia el exterior del cuerpo y hacia dentro del mismo.

Es importante resaltar que el cerebro, es el único órgano del cuerpo humano que tiene la capacidad de aprender y a la vez enseñarse a sí mismo. Además, su enorme capacidad plástica le permite reorganizarse y reaprender de una forma espectacular, continuamente. Con aproximadamente 100 mil millones de células nerviosas llamadas neuronas, el cerebro va armando una red de conexiones desde la etapa prenatal y

conformando un “cableado” único en cada ser humano, donde las experiencias juegan un rol fundamental. “Este gran sistema de comunicación entre las neuronas, llamado sinapsis, es lo que permite que el cerebro aprenda segundo tras segundo”. (Campos, 2010, p.6). Sin embargo, se ha evidenciado que los docentes y padres de familia no se han percatado de la importancia que tiene el vínculo familiar y el contexto social y como evoca sentimientos en los infantes que pueden llegar a modificar su estado de ánimo, con ello el aprendizaje y su conducta; debido a lo mencionado, se cita a (Kolb y Kolb, 2005), autor de “la teoría del Aprendizaje Experiencial, quien establece que el aprendizaje es el proceso mediante el cual la información sensorial se transforma en conocimiento. Si se considera el aprendizaje como un cambio más o menos duradero del comportamiento, parece lógico suponer que vaya acompañado de cambios funcionales y estructurales del cerebro” (P. 6).

Teniendo en cuenta la información presentada por la OMS (2017), (La Organización Mundial de la Salud), quien hace referencia que en la actualidad más de 500 millones de niños se ven afectados en su desarrollo a causa de una ingesta de alimentos inadecuados para el organismo de los infantes, una de las consecuencias que se pueden llegar a presentar son alteraciones en la conducta, el estado de ánimo y enfermedades como obesidad, diabetes entre otras; de acuerdo a un estudio realizado en Nueva York por la UNICEF (Fondo De Las Naciones Unidas Para La Infancia) en el 2019 se evidenció que 149 millones de niños menores de 5 años presentan una ingesta de alimentos desnivelada a lo que debería alimentarse de acuerdo a su desarrollo, donde también hace referencia en que algunos sectores los alimentos saludables son cada vez más costosos y por esa razón es que muchos infantes no poseen una nutrición saludable,

en cambios los alimentos poco nutritivos son más económicos por lo tanto son más accesibles a la población, otro aspecto encontrado se relaciona con las costumbres de las familias en cuanto al tipo de alimentación que consumen dado que se relaciona con la cultura a la que pertenecen según su ubicación geográfica; de acuerdo a lo anterior se concluye que el factor sociocultural interviene en el proceso de ingesta de alimentos de los niños.

Además, los planteles educativos no cuentan con programas estructurados para hacer frente al proceso nutricional saludable en los infantes, como lo establece la OMS los docentes deben crear en los estudiantes esa conciencia sobre una vida saludables, enfatizando los buenos hábitos alimenticios, diseñar programas para el mejoramiento de selección de los productos al momento de consumir alimentos saludables como en el desayuno, la merienda o almuerzos a los estudiantes, también hace énfasis en la importancia que tiene la percepción de los alimentos por parte de los niños, por tal motivo se recomienda establecer regulaciones para las comidas que se ofrecen en las escuelas, o para los alimentos y las bebidas que se venden en ellas, cumplan con las directrices sobre una nutrición sana, de esta manera la ingesta saludable de alimentos en los niños mejoraría, sería prudente eliminar de los entornos escolares el suministro o la venta de alimentos no saludables como las bebidas azucaradas y los alimentos de alto contenido calórico y bajo valor nutricional que afecte el estado conductual de los infantes.

Otro dato importante que complementa la investigación son los índices aportados por la Asociación de Bancos de Alimentos y ANDI (La Cámara de la Industria de Alimentos de la Asociación Nacional de Empresarios de Colombia) (2014) en los cuales

hace referencia que en Colombia aproximadamente el 77,46% de los niños y niñas son afectados físicamente y psicológicamente por el tipo de nutrición que llevan durante los inicios de sus hábitos alimenticios; donde ha implementado programas como la Red SISVAN (Red de Cooperación Sistemática de Vigilancia Alimentaria y Nutricional), que fue el primer programa para la nutrición infantil, pero no produjo mejorías en la alimentación en los niños, ya que el EISIN (Encuesta Nacional de Situación Nutricional), en el cual en un estudio realizado en el 2014 sobre el tipo de alimentos que intervienen en la ingesta de los niños en su nutrición saludable y que factores intervienen en este proceso.

En los resultados se obtuvieron el 75% de los niños entre los 5 -8 años que viven en la zona rural consumen hortalizas, legumbre y verduras diariamente; pero en las zonas urbanas el 73% de los infantes ingieren embutidos, alimentos procesados, bebidas azucaradas y alimentos con gran contenido de grasas trans; lo cual ha generado un bajo rendimiento académico, cambios conductuales tales como la irritación y agresividad. También se evidenció que las instituciones educativas de las zonas urbanas no tienen un seguimiento sobre la venta de bebidas azucaradas, y alimentos con contenido poco nutricional, en cambio las instituciones rurales tienen un poco de control con la venta de las bebidas azucaradas a niños por debajo de los 10 años de edad, además que los padres de familia no tienen hábitos alimenticios saludables lo que influye en la ingesta de alimentos acordes a una vida saludable.

Se debe destacar, que en el año 2016 se crea la estrategia IEC en SAN (Estrategia de Información, Educación y Comunicación en Seguridad Alimentaria y Nutricional) con el apoyo de la FAO (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la

Agricultura), cuyo objetivo se fundamenta en crear programas de implementación teniendo en cuenta los diferentes contextos como lo son el familiar, educativo, laboral y comunitario, en la cual estos programas se adaptarían a las condiciones dadas en la zona urbana y la zona rural, ya que todo los ciudadanos colombianos deben formar parte de esta estrategia para mejorar su alimentación a una más saludable, también hace referencia al ICBF (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar) en la articulación a dicha estrategia y como las entidades educativas deben incorporar estos planes de alimentación como lo es el PAE (Programa de Alimentación Escolar), el cual solo rige para las instituciones públicas. Ya que la ingesta de alimentos no perecederos está creando alteraciones en la conducta de los niños y bajo rendimiento académico.

Es importante mencionar la Agenda 2030 del Desarrollo Sostenible entre sus 17 objetivos y 169 metas, hace referencia en su objetivo dos Hambre Cero, poder lograr una seguridad alimentaria y el mejoramiento de la nutrición haciendo énfasis en la primera infancia y las madres en estado lactancia a que su alimentación sea adecuada, también establece en mantener la diversidad genética de las semillas, las plantas cultivadas, los animales de granja y domesticados y sus especies silvestres conexas con el fin de garantizar que estén libres de contaminantes, que perjudiquen la salud. En otra instancia esta su cuarto objetivo Educación de Calidad; en el cual plantea la importancia de la educación en el desarrollo sostenible en pro de una mejora en la calidad de vida, de toda la población dándole las herramientas para desarrollar soluciones innovadoras a los problemas del mundo.

Los dos objetivos mencionados anteriormente se complementan debido a que ambos hacen referencia que en la nutrición inciden factores socioculturales, ya que las personas se alimentan según sus costumbres, el lugar donde se ubiquen, los cultivos que se encuentran, entre otras, de igual modo sucede con los planteles educativos pues se dan en el ámbito privado, público y los que se encuentran en la zona rural, pues al ser de diferente contexto, su cultura es totalmente diferente y sus recursos son distintos al momento de adquirir los alimentos a consumir; en donde diversos estudios realizados en algunos de los países involucrados con el desarrollo sostenible han de terminado que la alimentación de los infantes de preescolar en la zona rural es más saludable que la de los educandos que hacen parte de la zona urbana, la aplicación de estos objetivos se inicia con el gobierno del actual presidente de Colombia.

De la misma manera, se debe mencionar la COMISIÓN DEL CODEX ALIMENTARIUS (CCA), la cual fue establecida por la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura y la Organización Mundial de la Salud en (1963), estableciendo normas alimentarias y de comercio a nivel nacional e internacional, su principal objetivo es garantizar alimentos inocuos es decir, saludables, benéficos y libre de adulteraciones en su elaboración, producción y consumo; incluyendo normas para productos no procesados, semiprocados o procesados teniendo en cuenta su distribución al consumidor.

Hoy en día, se habla acerca de la estrecha relación que existe entre conducta y nutrición, enfocado en el campo infantil a raíz de las diversas consecuencias que se puede presentar por una mala nutrición en los infantes; señalando lo mencionado por los autores (Knudsen, et, al, 2007) (Nelson y Sheridan, 2011), " neurológicamente, los años

de infancia temprana son el periodo crítico durante el cual se establece la estructura del cerebro, lo que determinará los resultados cognitivos, sociales, emocionales y de salud del ciclo de la vida" (P.33). Es importante resaltar que la inapetencia también hace parte de la forma en cómo se alimentan los niños, qué factores emocionales inciden o el contexto en el que se desarrollan. Es, por ende, que se realiza una comparación nutricional entre los niños pertenecientes a una institución privada, otra pública y una institución que se ubica en el área rural, pues se pretende a su vez contrastar que influye el contexto urbano y rural en la nutrición y la conducta de los educandos.

Cabe agregar que el aprendizaje maneja una conexión entre las emociones y la conducta, es por ello que los docentes y padres de familia deben crear ambientes de equilibrio en donde los estudiantes adquieran nuevos conocimientos, además se suma el interés que puedan llegar a obtener a través de nuevas experiencias enriquecedoras para así fortalecer su proceso de enseñanza y aprendizaje; el ser humano es naturalmente emocional, para algunos autores se aprende según nuestro estado de ánimo. Con referencia a lo anterior, según Flórez (1991), el aprendizaje depende de 4 factores esenciales: la atención, la motivación, la memoria y la comunicación, los cuales son interdependientes, de modo que, si falla uno de ellos, el aprendizaje no se producirá. La motivación, en forma particular, es dependiente de la emoción, es la emoción puesta en movimiento. Con referencia a lo anterior la motivación afecta al proceso de adquisición de nuevos conocimientos reflejando una concentración baja, por lo tanto, los infantes no perciben la información de manera adecuada transmitida o impartida por parte de los docentes.

La Neurociencia Cognitiva enseña, a través del estudio de la actividad de las diferentes áreas del cerebro que solo se puede aprender aquello que llama la atención y genera emoción. Del mismo modo, Jensen (2003), uno de los propulsores del llamado “Aprendizaje basado en el cerebro”, quien considera que en el aprendizaje participa no solo el cerebro sino que todo el cuerpo con una importante influencia de las emociones; la relevancia que tienen el núcleo familiar, ya que juega un papel fundamental desde el momento en que la mujer queda en estado de embarazo, siendo presente desde su inicio prenatal ellos van percibiendo del exterior información influyendo en su desarrollo, es por eso que a medida de las vivencias por partes de los padres, del contexto familiar y social los niños van tomando y modificando patrones de conducta, los cuales pueden ser adquiridas a partir de lo que observan en su diario vivir.

Teniendo en cuenta que las conductas adquiridas también son tomadas desde diferentes contextos (religioso, familiar, social, escolar); en la actualidad se está hablando de la influencia que tienen los aparatos tecnológicos, la alimentación y como alteran el proceso de enseñanza y aprendizaje, generando un desgaste físico e intelectual, ya que los niños dedican más horas a las computadoras, celulares y video juegos saltando las horas adecuadas de sus comidas, también restando horas de sueño, todo ello es de vital importancia para que se dé un proceso de desarrollo exitoso, ahora si se le suma el no cumplir con cada uno de los horarios pertinentes el niño va a presentar resistencia por levantarse temprano e ir a la escuela y no estar activo para su jornada escolar, es decir para que en los estudiantes se genere un aprendizaje significativo el infante debe alimentarse conscientemente ya que está repercute en el desarrollo emocional, debido a

que el cerebro constantemente se enfrenta a múltiples situaciones que conllevan a un agotamiento del cuerpo humano.

Después de las consideraciones anteriores, se establece que “El aprendizaje es un cambio de comportamiento basado en la experiencia, por lo que casi todos nuestros comportamientos son aprendidos” (Pizano, 2003, p. 23). El aprendizaje es un fenómeno sistematizado y debería identificarse por estar mediado, representado en conductas y conocimientos observables; mediante lo anterior los docentes ejercen un papel fundamental ya que son modelos a seguir y que representan para algunos estudiantes un ejemplo, esto se ve reflejado a la hora que los docentes imparten sus clases utilizando diversidad de herramientas y metodologías para que el proceso de enseñanza y aprendizaje se realice satisfactoriamente, teniendo en cuenta que todos los estudiantes no adquieren la información de la misma manera.

Es importante que los docentes faciliten el proceso de aprendizaje en los estudiantes implementando herramientas novedosas, una de ellas sería la gamificación considerando que se deben mezclar diferentes factores, es decir que con esta herramienta se establece una pirámide de elementos, que va de menor a mayor (componente, mecánica y dinámica). Según Werbach y Hunter (2012) señalan que la gamificación consiste en el uso de elementos de juegos y técnicas de diseño de juegos en contextos no lúdicos.

De lo anterior se resalta el estudio realizado en el 2015 en Norte de Santander, por el Instituto Nacional de Salud, el cual se obtuvo que el estado nutricional de los infantes es inadecuado, ya que presentan anemia, agotamiento, sueño, cambios comportamentales y menos capacidad para jugar y aprender. Debido a que no tiene una ingesta balanceada

en vitaminas, zinc, hierro y calcio, ya que consumen alimentos que son atractivos, siendo más apetecible ingerir un jugo de caja a comer una fruta, la percepción de los alimentos en su contexto y más cuando los establecimientos educativos son quienes se encargan de vender en la cafetería alimentos no saludables.

De este modo, se habla en primera instancia de la institución educativa General Santander, la cual hace parte del sector urbano en Villa del Rosario, es una institución pública que mantiene una misión, visión y un objetivo congruente a la formación de los niños y niñas que asisten a este; una particularidad que se observó fue en los grados de preescolar, pues se identificó una falencia en el proceso de nutrición y alimentación de los niños, lo cual afectaba su comportamiento después de ingerir su lonchera muchos de los educandos sufrieron cambios en su conducta, estado de ánimo; estos acontecimientos se evidenciaron constantemente durante la ejecución de las prácticas del proceso formativo investigativo que se ejecutaba en el plantel educativo, pues los cambios de conducta de los infantes eran notorios después de que ingerían los alimentos de su descanso; entre los cuales se evidenciaron gaseosa, galletas, gomitas, ponqués, jugos artificiales, pony maltas, gansitos, entre diversos artículos que son procesados y contienen altos niveles de azúcar; colorantes, u otros componentes que afectan al infante.

En el colegio Crecer y Crear, es una institución Privada ubicada en el centro de Villa del Rosario; (Norte de Santander) mantiene una misión, visión y un objetivo congruente a la formación de los niños y niñas que asisten a este; una particularidad que se observó fue en los grados de preescolar, pues en estos grados la mayoría de los infantes presentaba un alto rendimiento académico, además que en el momento de ingerir sus alimentos durante su descanso se identificó que la gran mayoría de los estudiantes no

poseen un proceso nutritivo saludable , el cual se determinó durante el primer periodo del 2019 donde los educandos en su lonchera llevan diferentes tipos de frutas. Y el resto de los estudiantes su lonchera se compone por chitos, dulces, lácteos, gaseosas o alimentos que contienen altos niveles de grasa; no obstante, también se detalló que en la caseta del colegio venden comida saludable en poca cantidad, solo es posible que unos pocos estudiantes la adquieran, o en algunos casos son apartadas para el consumo de las docentes de la institución.

También se hace referencia a la Institución educativa colegio Camilo Torres, la cual es ubicada en la zona rural; vía Puerto Santander (Norte de Santander) por lo cual es una entidad pública. En este plantel educativo se evidencio que el 97% de los estudiantes de los grados de preescolar se alimentan saludablemente, es decir llevan frutas, variedad alimenticia, muy poco se ve reflejado en su alimentación las gaseosas, chitos, golosinas ente otras, pues e ve reflejado una cultura de una mejor nutrición en los infantes.

También es importante destacar que entre el porcentaje se atribuye que muy pocos padres de familia y docentes tienen conocimiento sobre la importancia de la nutrición en los niños, además que no se evidencia la dieta saludable entre los estudiantes; pero es importante resaltar que la institución no permite la venta de gaseosas, ni jugos de cajas, solamente está permitido vender agua o jugos naturales.

Partiendo de las tres realidades que se presenta anteriormente, se evidencia que hay falencias en cuanto a la nutrición infantil y la conducta que se ve reflejada en los grados de preescolar, como influye el contexto sociocultural, el papel de la familia y la escuela ante esta situación, pues estos factores inciden en que los infantes tengan una

buena nutrición ,es por ende que se establece una relación entre la nutrición y la conducta de los niños; resaltando a Campos (2010):

Que todo agente educativo conozca y entienda como aprende el cerebro, como procesa la información, como controla las emociones, los sentimientos, los estados conductuales, o como es frágil frente a determinados estímulos, llega a ser un requisito indispensable para la innovación pedagógica y transformación de los sistemas educativos (Pag.7)

Así mismo es importante el aporte que realiza Gottman (2017), el cual establece que los cambios conductuales de los niños se ven reflejados de acuerdo al tipo de nutrición que estos lleven, ya que es la medida de la personalidad humana; pues se refiere a los procesos en los cuales la frecuencia, se modifica por consecuencias que se produce por medio de una mala nutrición, en la actualidad todos esos cambios de conducta en los infantes están relacionado con el tipo de nutrición que poseen, generan cambios de comportamiento que son clasificados según las acciones que presenten,

De acuerdo a lo que establecen diferentes investigaciones, entre estas se habla del planteamiento de Dr. Rapp (2007) acerca de Los Contaminantes Químicos son la causa de múltiples enfermedades infantiles. En donde plantea que según la alimentación que presente el infante puede llegar a causar alergias y cambios en su conducta, como el tipo de alimentación de los padres de familia influyen en la creación de hábitos alimentarios en los educandos, también se referencia al Dr. Mercola (2013), quien indica que los azúcares causan gran daño al cerebro y que esto se ve reflejado de acuerdo a la diversidad cultural. Otro aporte fundamental es el que realiza la Dra. Steed (2013) la cual indica que altos niveles de azúcar, saturación de grasas trans pueden ocasionar en el ser humano una

agresividad, intolerancia e irritación. Si bien otra investigación importante realizadas por los autores Blaylock (1994), Perlmutter (2014) han manifestado el interés por direccionar la atención a ciertas sustancias que se consumen con frecuencia y es la variante de los cambios de conductas drásticos en los infantes.

En el objeto de investigación se evidencia, que los niños consumen gran cantidad de alimentos no saludables, donde ingieren niveles de azúcares muy altos, son muy pocos los niños que “se alimentan saludable” la anterior palabra está en comillas ya que comer saludable no solamente no es ingerir dulces o comida rápida, es saber que alimentos necesita el cuerpo y más cuando se trata de los niños en la etapa preescolar; cuya es la primera infancia donde se pueden desarrollar distintas enfermedades a bases de una mala nutrición. Lo que se refleja en las instituciones se contradice con lo que plantean los teóricos, ya que estos enfatizan que si un niño posee una mala alimentación se ve afectado su comportamiento, y su cerebro directamente.

Lo anterior hace que sea de interés lo que se refleja en cada institución, ya que ellas no cumplen con lo que exponen los teóricos sobre la nutrición y cómo esta a su vez está relacionada con la conducta de los infantes. Pues en primera instancia la Dr. Rapp (2007) indica que si un niño contiene una buena nutrición no sufre de alergias en la piel, ni mucho menos cambios conductuales al momento de ingerir los alimentos que normalmente consumen. También se une el Dr. Mercola (2013) ya que define que si el cuerpo tiene los niveles adecuados de los dos tipos de azúcares que debe componerse el cerebro no se ve afectado por consiguiente su funcionamiento no es alterado. Lo que infiere Gottman (2017), es que la nutrición de los niños se ve influenciado en su conducta diaria,

es decir si el infante consume alimentos saludables de la mejor forma su conducta no se alterara.

En relación con la problemática expuesta se evidenció en las instituciones mencionadas, que los niños consumen gran cantidad de alimentos no saludables, donde ingieren niveles de azúcares muy altos, son muy pocos los niños que “se alimentan saludable” la anterior palabra está en comillas ya que comer saludable no solamente no es ingerir dulces o comida rápida, es saber que alimentos necesita el cuerpo y más cuando se trata de los niños en la etapa preescolar; debido que en la infancia se pueden desarrollar distintas enfermedades a bases de una mala nutrición. Lo que se refleja en las instituciones se contradice con lo que plantean los teóricos, ya que estos enfatizan que si un niño posee una mala alimentación se ve afectado su comportamiento, y su cerebro directamente.

De lo mencionado anteriormente surgen algunos interrogantes, como ¿Por qué es contraproducente para los niños los alimentos que contienen químicos perjudiciales?, ¿Qué alimentos favorecen en la concentración del estudiante?, ¿Cuáles son los conceptos de los docentes y los padres de familia sobre la relación de la nutrición y la conducta de los infantes?, ¿Qué alimentos contienen gran cantidad de sustancias neurotóxicas perjudiciales para el desarrollo de los educandos?, ¿Cómo contribuye la conducta en los procesos de aprendizaje de los infantes?, ¿Cuáles son los daños que puede causar el exceso de azúcar en el cerebro?, ¿Qué factores intervienen en que los infantes tengan una nutrición adecuada ?,¿Cómo fomentar en los infantes hábitos saludables? ¿Cómo interviene la cultura urbana y rural el proceso de nutrición? entre otros interrogantes que surgen, pero los cuales se desarrollaran a medida del trascurso de la investigación.

De lo anterior, se globaliza cada uno de los factores que inciden en la relación que existe entre la nutrición y la conducta de los niños de preescolar, abarcando toda la temática que se pretende trabajar, surgiendo el siguiente interrogante.

1.1 Formulación del Problema

¿Cómo modificar los hábitos de transmisión social, para fortalecer la Nutrición implementando la gamificación, basado en un plan de acción dirigido a los niños de preescolar en una institución privada, pública y rural del área de Cúcuta Norte de Santander?

1.2 Propósitos

1.2.1 Propósito General

- ✚ Desarrollar un plan de acción a través de la gamificación, para el mejoramiento de la Nutrición en los niños de preescolar de una institución privada, pública y rural del área de Cúcuta Norte de Santander.

1.2.2 Propósitos Específicos

- ✚ Diagnosticar el tipo de nutrición y conducta que presentan los niños y niñas de preescolar de una institución privada Colegio Crecer y Crear, la Institución Pública General Santander e institución rural Camilo Torres.
- ✚ Diseñar un plan de acción haciendo uso de la gamificación teniendo en cuenta la Nutrición, en los niños y niñas de preescolar de las Instituciones educativas mencionadas anteriormente.

- ✚ Aplicar un plan de acción haciendo uso de la gamificación para el fortalecimiento de la Nutrición de los niños y niñas de preescolar en el área de Cúcuta de Norte de Santander.
- ✚ Evaluar los resultados de la aplicación del plan de acción y la gamificación para el mejoramiento de la Nutrición de los niños y niñas de preescolar desde la perspectiva de una institución privada, una pública y rural.

1.3 Justificación

El crecimiento y desarrollo del cuerpo en los niños y niñas es de suma importancia especialmente en las etapas de 3 a 5 años, ya que se caracteriza por una sucesión de acontecimientos (cambios físicos, crecimiento óseo, muscular, cerebral, tejidos, entre otros), cada uno con sus propias particularidades. Los infantes van creciendo constantemente desarrollando su cuerpo, y a la par de ese crecimiento se desarrolla su mente y personalidad, dependiendo del proceso nutricional que debe ser cubierto por una buena alimentación; que aporten los nutrientes necesarios para el organismo como: las proteínas, los minerales, las vitaminas, y carbohidratos.

Si bien la alimentación es el acto mediante el cual se introduce en el organismo las sustancias fundamentales, proporcionando los nutrientes necesarios que necesitan los infantes para cubrir sus necesidades alimenticias. Siendo esta un acto consciente y voluntario sometido a influencias culturales, hábitos alimenticios, el ingreso económico, la disponibilidad de alimentos y la accesibilidad de estos a las comunidades; la cantidad y calidad de alimentos son factores que influyen en la nutrición cubriendo las necesidades nutricionales del individuo. La nutrición es el proceso de consumo y absorción de los nutrientes necesarios para el buen desarrollo del cuerpo de los niños, si este no ingiere las

cantidades necesarias de nutrientes se pueden ocasionar daños en el cerebro, generando cambios notorios en su conducta.

Los docentes ni los padres de familia son conscientes que gran parte de las alteraciones, como el déficit de aprendizaje o una necesidad educativa especial, que se puede presentar a causa de una mala nutrición en los niños; además los principales responsables son los padres ya que prefieren que sus hijos ingieran golosinas o una dieta mal balanceada de alimentos en exceso de grasa, glucosa, entre otras.

Todo lo mencionado anteriormente se refleja de acuerdo a las diferentes condiciones económicas, sociales, culturales, ya que el contexto en el que se desarrolla la investigación es una institución privada, una pública y una institución rural, lo cual a su vez se realiza un contraste entre lo urbano y lo rural; debido a que en estas dos perspectivas existe un gran factor y es que son dos entornos diferentes, en donde se observa que cada una de las condiciones que presentan los niños son variantes; el pensar de los padres de familia es diferente y la información que poseen los docentes acerca de la importancia de la nutrición en los niños es indispensables, son pequeñas diferencias pero que a su vez se entrelazan para complementar que si existe una mala nutrición, alterando la conducta de los infantes y a su vez el proceso de enseñanza y aprendizaje, ya que los niños no cuentan con una estabilidad en su alimentación y esto perjudica su cerebro y otros órganos de su cuerpo.

Impacto Social

Mediante la investigación se ha identificado una falencia en la forma de cómo se nutren los estudiantes de preescolar, de una institución privada, una pública y una en la

zona rural (Crecer y Crear, General Santander y Colegio Camilo Torres), de los planteles educativos mencionados con anterioridad hay alrededor de 170 estudiantes de preescolar (jornada de la mañana), claramente no solo se trabaja con los infantes también se involucrarán los docentes y los padres de familia. De esta forma se evidenciaría aquellos cambios que generan los educandos al momento llevar una alimentación consciente, además se determinaría que un factor externo que influye en el proceso de nutrición de los niños es la cultura y las costumbres de acuerdo al contexto en el que se desarrollan cotidianamente.

Mediante la investigación se detalla y evidencia cómo los niños se alimentan, además de ver como sus padres ayudan en este proceso; es de vital importancia que los padres tengan conocimiento de que a los niños frecuentemente se les debe realizar una valoración de su alimentación con el fin de ver si sus hijos están llevando una alimentación adecuada. Durante la ejecución de este trabajo se implementaran técnicas que generen un cambio tanto en los docentes, los padres de familia y los niños, acerca de la importancia de una buena alimentación; se evidencio que en el momento de salir a su descanso, muchos de los educandos llevan en su lonchera chitos, dulces, gaseosa, entre otros productos nada saludables, mediante esto se infiere que los padres no están pendientes de la alimentación adecuada de sus hijos, y que al integrar ese tipo de productos comestibles en la merienda de sus hijos permiten dar a conocer que no tiene conocimiento de que esos alimentos pueden alterar la conducta de sus hijos.

Es fundamental que se regule adecuadamente los alimentos que ingieren los niños, ya que esto afecta su nutrición y por ende su cerebro, el cual es el encargado de todas las funciones del cuerpo. Además de que, mediante la ejecución de talleres, escuela de

padres, orientaciones en las instituciones, sobre que alimentos debe consumir un infante entre los 3 y 5 años de edad y cuáles son las cantidades necesarias, dado que todo en exceso también puede llegar a ser perjudicial para su cerebro y por ende la conducta. La finalidad de esta investigación es generar un cambio significativo de referencia de una buena alimentación, que alimentos son dañinos para los infantes, como la azúcar afecta el cerebro, pero sobre todo que los docentes y los padres de familia se informen sobre la estrecha relación que existe entre la nutrición y la conducta de los niños, esto se ve reflejado hasta en su desempeño académico ya que algunos estudiantes al ingerir determinado alimento se activa más de lo normal o por el contrario no consume lo que su organismo necesita.

De este modo no solo se generará beneficio para las instituciones implicadas en el proceso, ya que está investigación puede ser ejemplo y pilar, para que otras instituciones lo tengan presente, facilitando alternativas de posibles soluciones a la problemática que se encuentra en constante aumento en los infantes, es decir no hay un control en los productos que contienen sustancias neurotóxicas, ignorando las consecuencias que pueden llegar a presentarse afectando el aprendizaje, la conducta y la salud, al no ser consciente de lo fundamental que es la sana alimentación y más cuando se trata de la primera infancia.

Novedoso

La presente investigación es atractiva ya que no se ha realizado ningún procedimiento con respecto a la temática abordada, es pertinente tocar dos contextos escolares diferentes, teniendo en cuenta lo social, económico, cultural y académico. La institución Crecer y Crear que debido al COVID 19, nos es complejo profundizar un poco

acerca del surgimiento de la institución ya que ahora se está trabajando virtualmente, y es mínima la información que aparece en los portales educativos.

Es novedoso al momento en que la institución General Santander, fue fundada en el año 1938, y ubicada en la calle 5 con carrera 9, pero en el año 1964 fue trasladada a la calle 6 con carrera 8 donde está ubicada actualmente; no se haya muestra del papel que juega la familia y la escuela en el fomento de hábitos, costumbres alimentarias, conducta y cómo influye en el aprendizaje; y como puede ser articulada a los currículos escolares y a los proyectos educativos institucionales, por ende el asesoramiento e información hacia los padres de familia, docentes y estudiantes del plantel sobre una buena alimentación consciente en los niños; siendo de vital importancia repercutiendo en el desarrollo y el proceso de enseñanza y aprendizaje de los estudiante

Pertinente

La presente investigación es pertinente ya que se generaría un cambio social, debido a que existen productos alimenticios que interfieren a la adecuada nutrición y esta a su vez desencadena diferentes consecuencias, entre estas la alteración de la conducta en los niños. Además de que se cuenta con la disposición necesaria de participantes, con el objetivo de contribuir a que esta falencia mejore mediante la ejecución de las estrategias aplicadas en las instituciones educativas mencionadas en la investigación. También es pertinente porque se dará a conocer la estrecha relación entre la nutrición con los cambios de conducta que puede llegar a presentar un infante a causa de no poseer una adecuada nutrición de acuerdo a cada una de las diferentes edades.

Cabe resaltar que también es pertinente porque se está ejecutando un pequeño contraste entre lo urbano y lo rural, debido a que las instituciones que se presentan en estos dos contextos son diferentes, y por lo tanto su diversidad cultural y socioeconómico son distintos; de este modo se evidenciaría que de acuerdo al contexto o el sector donde los niños se desarrollan es influyente en su nutrición, teniendo en cuenta que estos poseen una alimentación distinta pero a la misma vez no tiene una nutrición adecuada, incumpliendo con la dieta balanceada que todo infante debe tener y no se ve reflejado en ninguno de los dos entornos, y que en ninguna de las instituciones mencionadas en el trabajo se ha presentado el tema de la nutrición y la conducta en los niños.

Aunque en las instituciones no se halla presentado este tema es importante, ya que quiere decir que se llevaría a cabo la innovación de poder comprobar lo que se establece en las diferentes teorías o hallazgos sobre la conducta de los niños está directamente relacionada de acuerdo al tipo de nutrición que llevan en el trascurso de su diario vivir, también dando la posibilidad de establecer mejora en esta falencia nutricional que tienen cada uno de los planteles educativos a trabajar.

Factible

La presente investigación es factible porque se encuentra con la disponibilidad de ser ejecutable debido que existen los convenios institucionales, además de conocer las falencia y fortalezas que se encuentran en los planteles educativos, sin excluir la integración del cuerpo docente, los padres de familia, es decir si están presentes las condiciones para poder ejecutar adecuadamente las diferentes estrategias, lo cual permite cumplir con los objetivos que presenta la investigación, de este modo se puede llevar a cabo la finalidad y la trascendencia que contiene la realización de la investigación al

momento de dar solución a la falencia que presentan las instituciones mediante la intervención de factores externos.

Viable

Es viable la presente investigación porque se cuenta con los recursos, herramientas para poder ejecutar cada una de las estrategias, para generar un cambio el tipo de nutrición que poseen los estudiantes de preescolar de los tres planteles educativos en los cuales se va a realizar el proyecto. Además, que se cuenta con la ayuda de una persona experta en el tema de la relación que hay entre la nutrición con la conducta que presentan los niños, lo que refleja que para la ejecución de la investigación está presente las herramientas y mecanismos que se requieren.

Sin embargo, dada la situación que se presenta actualmente, la OMS declaró que el COVID 19 es una pandemia de propagación mundial, debido a ello se estableció un aislamiento preventivo, con el fin proteger la vida del ser humano; de esta forma se tomaron las medidas pertinentes, optando por hacer uso de las herramientas tecnológicas, es decir a trabajar desde la virtualidad. Considerando lo anterior, no toda la investigación es viable, solo se va a ejecutar hasta el tercer capítulo, realizando una profundización en el marco teórico, partiendo de la experiencia personal de las investigadoras y de la literatura especializada, apoyadas en lo que establece cada uno de los autores propuestos; el capítulo cuarto y quinto no se va a desarrollar en el terreno, es decir durante este periodo los planteles educativos se encuentran cerrados debido al COVID 19, aunque las instituciones están culminando el proceso académico de manera virtual.

1.4 Delimitaciones

1.4.1 Delimitación Espacial

La presente investigación se ejecutará en tres Planteles Educativos diferentes, entre los cuales dos de ellos se ubican en la zona urbana y otro en la zona rural. En primera instancia está la Institución Educativa General Santander ubicada en la Carrera 8 No. 5 – 78 Barrio Gramalote, siendo ubicado geográficamente en zona fronteriza, en la cual se desarrolla el comercio informal, el estrato social que predomina es el 1 y el 2, se evidencia que el núcleo familiar que sobresale son los hogares disfuncionales y monoparentales; seguidamente se encuentra el Colegio Crecer y Crear; se localiza en la Calle 6 No. 7- 102 Barrio Centro. Estas dos Instituciones se encuentran ubicadas en Villa del Rosario, Norte de Santander, en donde su economía es diversa ya que su fuente de empleo es comercial, variando su estrato social según la ubicación por barrios, es pertinente mencionar que los núcleos familiares varían, según la crianza, lo económico, lo religioso y lo cultural. Estos dos planteles educativos hacen parte de la zona urbana del municipio mencionado anteriormente.

También, está La Institución Educativa Camilo Torres, la cual se ubica en Vía Núcleo De Vivienda Cúcuta - Norte De Santander; hace parte de una de las zonas rurales, ubicada al norte por la Autopista San Cristóbal- La Fría, a cuarenta minutos de San José de Cúcuta se encuentra con el pueblo de Puerto Lleras realizando el cruce hacia la izquierda ,luego a 10 minutos de carretera de encuentra con la Vereda el Núcleo de Vivienda en donde se encuentra ubicado el plantel educativo, está zona es conocida como el “Distrito de riego” y se caracteriza por el cultivo de arroz, la mayoría de los alumnos y padres de familia son de estrato 1, su nivel económico es solvente porque cuenta con molinos arroceros ubicados en la distrito que generan empleos.

En este mismo orden de ideas, es necesario señalar que los terratenientes dueños de los campos (siembra de arroz, cultivo de limones, de plátanos, entre otros y otros de maquinaria pesada (tractores, combinadas, grúas y pajarita), tienen accesibilidad a las siembras de tubérculos (plátano, yuca, entre otros) y frutos (aguacates, limones, guayabas, guanábanas, melones, cerezas, papayas, entre otras), es decir es una zona productiva, en cuanto a la cultura es diversa ya que hay presencia de otras zonas del país. Por último, cabe señalar que en el distrito si hay alto manejo de productos químicos tóxicos en su mayoría manipulados y aspirados por las personas.

En las tres instituciones anteriores se realizará la investigación, pues en estas se evidencia una falencia en la alimentación de los niños de preescolar, es decir la nutrición que estos llevan no es la adecuada además que también se ve afectada la conducta de los infantes al momento de ingerir los alimentos, y todo por no llevar una dieta balanceada y saludable acorde a su edad.

1.4.2 Delimitación Temporal

La presente investigación se ejecutó mediante un cronograma, que tiene como rango a desarrollarse al calendario académico de la Universidad de Pamplona en el año 2020 del periodo 2, el cual se realizó desde el 1 de septiembre hasta el 19 de diciembre del mismo año. Este a su vez se dividirá en tres cortes; el primer corte va desde el 1 de septiembre hasta el 9 de octubre, el segundo corte va desde el 12 de octubre hasta el 13 de noviembre, y el último corte abarca desde 16 de noviembre y finaliza el 19 de diciembre. En cada corte se efectuó un capítulo, se hará entrega del primer capítulo del 21 al 25 de septiembre, se entregará el capítulo dos desde el 12 al 16 de octubre y por

último el periodo de entrega está comprendido entre el 9 y 13 de noviembre, durante los tres cortes se elaboró tres capítulos de la investigación para mejor ampliación sobre el tema a tratar, la relación que existe entre la nutrición y la conducta de los niños de preescolar.

1.5.3 Delimitación Teórica

La presente investigación abarca unos referentes teóricos que enriquecen la temática de la investigación a trabajar, entre los cuales están Dotres, Mercola, Doris Rapp y Gottman, entre otros referentes. Los mencionados anteriormente realizan grandes aportes sobre la importancia de la nutrición y como se ve reflejado en su conducta y el aprendizaje.

Los referentes teóricos sobre salientes son; Doris Rapp (2007) " Los contaminantes químicos son las causas de múltiples enfermedades infantiles", Mercola (2013) "El azúcar altera la química del cerebro" , Dotres (2019) "encuentros y desencuentros de la nutrición y su impacto en la conducta hiperactiva en los contextos educativos una mirada desde la perspectiva de la neuroeducación" y Gottman (2017) "Desarrollo de la conducta alimentaria en la infancia y sus alteraciones" ; los autores relacionan directamente la nutrición con la conducta de los niños, debido a los diferentes alimentos que ingieren los infantes.

Cada uno indica como una mala nutrición de un niño se refleja en su conducta, estado de ánimo, cognitivo y físico; los infantes deben llevar una alimentación sana y adecuada según la edad en la que correspondan, es decir una buena alimentación se logra mediante una dieta saludable y balanceada. Además, cada uno de los autores de mayor énfasis durante el trascurso de la investigación se complementa al deducir que si existe

una estrecha relación entre la nutrición y la conducta y el proceso de enseñanza-aprendizaje de los niños y más cuando están en los primeros años de vida.

CAPÍTULO II

Fundamentación Teórica De La Propuesta

El capítulo dos se basa en la fundamentación teórica, encontrándose investigaciones previas, como los antecedentes desde una perspectiva internacional, nacional y regional o local, además se mencionan los referentes teóricos extrayendo los autores y sus aportes sirviendo como soporte a la investigación. Posteriormente se encontrará el estudio diacrónico seguidamente sincrónico de las categorías fundamentales de la presente investigación, el marco conceptual y finalmente el marco legal.

2. Investigaciones Previas

La presente investigación hace énfasis en la metodología cualitativa, la cual establece la importancia de mencionar investigaciones previas acordes o relacionadas al tema a investigar; de ahí se inicia con la intersubjetividad pieza clave de una investigación cualitativa y punto de partida para captar reflexivamente los significados sociales. La necesidad de inquirir cuestiones abiertas; dadas en un contexto cultural es fundamental, porque los datos deben recolectarse en los lugares donde las personas realizan sus actividades cotidianas; en pocas palabras la investigación debe generar un cambio. De acuerdo a lo anterior se indica que “Resulta imposible que en un proceso de construcción de conocimiento un investigador pueda recurrir a investigar sin utilizar investigaciones previas, de este modo se complementa a realizar un excelente trabajo” (Vera, 2005.p 45).

2.1 Internacional

Es importante aludir que el estudio investigativo inicia con los antecedentes a nivel internacional, es decir investigaciones previas que permiten tener una perspectiva de otros países sobre el tema a trabajar durante la investigación, de acuerdo a lo anterior se referencia a:

Hernández María, Martínez Blanca y Almirón Eva (2017) en España, realizaron una investigación titulada “*INFLUENCIA MULTISENSORIAL SOBRE LA CONDUCTA ALIMENTARIA*” Su objetivo general consistió en la búsqueda de estrategias para mejorar los hábitos alimenticios de los niños, desde la percepción de sus sentidos La metodología implementada fue bajo el enfoque cualitativo, de carácter descriptivo, en la cual se hizo uso de instrumentos como la observación, la entrevista, talleres lúdicos pedagógicos, escuela de padres; los informantes clave empleados consistió en 28 padres de familia y 47 niños de preescolar. En los resultados obtenidos se evidenció que la percepción de los sentidos sobre algunos alimentos tiene incidencia en los infantes lo que con lleva a que no sean de su agrado, y por ello que no los consumen, causando malos hábitos alimenticios que generan modificaciones en su conducta. Donde concluyeron que, si influye la forma en como los infantes perciben los alimentos desde sus sentidos para crear malos hábitos alimenticios, afectando su comportamiento, pero mediante estrategias lúdicas se puede generar que los niños puedan mejorar sus hábitos alimenticios.

La presente investigación realiza una importante contribución al actual estudio investigativo en curso debido a que hace énfasis en que si los niños no tienen una buena nutrición se ve reflejado en su comportamiento y en la aparición de enfermedades como

el sobrepeso, además de eso contribuye al hacer referencia que la recepción que ellos tienen de los alimentos genera una mal nutrición.

Otra de las investigaciones internacionales, es realizada por Gonzales Roció, León Fátima y Lomas Mercedes (2016) realizaron una investigación titulada “*FACTORES SOCIOCULTURALES DETERMINANTES DE LOS HáBITOS ALIMENTARIOS DE NIÑOS DE UNA ESCUELA-JARDÍN EN PERÚ*” se trabajó como objetivo general la exploración de los factores socioculturales que determinan los hábitos alimentarios de niños menores de cinco años. Se desarrolló mediante una metodología cualitativa con un enfoque descriptivo. Los instrumentos empleados fueron la observación, la entrevista semiestructurada y talleres, con una población de 90 niños, cuya muestra fue de 50 infantes. En los resultados se identificó que el hábito alimenticio de la familia se ve reflejada a la situación económica de los padres, es por ello que su comportamiento y estado de ánimo es cambiante; en donde sintetizaron que la adquisición de buenos hábitos se ve reflejada por factores económicos, laborales y nivel de educación del contexto familiar de los niños, de forma que incide en una mala alimentación generando cambios en su comportamiento, funciones cognitivas y emocionales.

Esta investigación realiza un importante aporte a la investigación en curso ya que se evidencia que de acuerdo al tipo de nutrición que lleva los educandos influye en su conducta, además de esto hace mención que los factores socioculturales también interfieren en el desarrollo del niño, ya que la familia no está al tanto de las consecuencias de llevar una alimentación no balanceada.

También se referencia la investigación realizada por Falcones Esperanza (2016) en Guayaquil, Ecuador la cual fue titulada “*LA NUTRICIÓN INFANTIL EN LA JORNADA ESCOLAR Y SU INCIDENCIA EN LOS APRENDIZAJES DE LOS NIÑOS DE INICIAL II DE LA UNIDAD EDUCATIVA MODERNA, CANTÓN MILAGRO*” Su objetivo general se encaminó en establecer la importancia que los niños tuvieran un óptimo nivel de nutrición para su adecuado desarrollo, la metodología a trabajar fue un enfoque cualitativo, de tipo descriptivo, donde se empleó instrumentos como la observación, la entrevista, encuestas y talleres pedagógicos; cuyos informantes clave fueron 36 padres de familia; 6 educadores y 40 educandos. Los resultados evidenciados proceden a plantear la propuesta de solución; talleres sobre una adecuada alimentación para mejorar el rendimiento académico de los niños. Como conclusión obtuvieron que el grado de nutrición de los niños sea inadecuado, ya que la mayoría no acostumbran a consumir los cinco alimentos razonablemente balanceados.

La presente investigación favorece a el estudio investigativo en curso a efectuar diferentes estrategias que ayuden a mejorar los Hábitos Alimenticios, además indagan sobre cómo dar información a los padres de familia sobre la implementación de una buena alimentación, estas estrategias son significativas a la hora de implementar a la investigación.

2.2 Nacional

En concordancia con los referentes internacionales mencionados en los párrafos anteriores, a nivel nacional también se encuentran estudios investigativos relacionados con la investigación en curso; es significativo destacar que en Colombia en los últimos tiempos

se ha indagado sobre la importancia de la nutrición consciente sobre todo en la población infantil; en ese mismo orden de ideas se citan antecedentes como:

Girón Niní, Plazas Kenia (2019) en Yopal, Casanare realizaron la investigación titulada “*LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS EN LA FAMILIA Y SU INCIDENCIA EN EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL PREESCOLAR DEL CENTRO EDUCATIVO RURAL EL CONVENTO DEL MUNICIPIO DE TRINIDAD CASANARE*” cuyo objetivo general constaba en analizar los hábitos alimenticios de la familia y su incidencia en el desarrollo de los niños. Desarrollándose mediante una metodología cualitativa de nivel descriptivo, empleando instrumentos como la observación, encuestas, entrevistas y talleres; se trabajó con una población de 80 estudiantes cuya muestra fue 45 infantes. En los resultados se identificó que los hábitos alimenticios de la familia inciden en el desarrollo de los infantes, pues al no tener conocimiento de que alimentos son adecuados para los niños, causa en los infantes sobre peso y cambios en su comportamiento, por ende se concluye que una buena nutrición para los niños proviene desde la casa, además que el consumo de azúcares genera en los niños algunos cambios de conducta, ya que algunos se activan energéticamente o se apagan a no realizar actividades o juegos creativos.

La anterior investigación realiza un enriquecimiento al estudio investigativo ya que trabaja la correlación que existe entre la nutrición y la conducta, también porque enfatiza que la familia influye en los hábitos alimenticios de los niños.

Otra aportación fue la investigación realizada por Jaimes Alix (2019) en Bogotá, titulada “*EL JUEGO COMO MEDIADOR DEL APRENDIZAJE DE HÁBITOS ALIMENTICIOS*” donde su objetivo general se enfoca en diseñar una estrategia para el

aprendizaje de hábitos alimentarios saludables en los niños, La metodología a desarrollar fue de carácter cualitativo, con el método de acción participación; el estudio se realizó con 40 niños/niñas del Jardín infantil La Granja del municipio de Cota, cuyos instrumentos de recolección de información fueron la observación participante y talleres lúdicos. En obtención de los resultados se identificó que los niños mediante el juego adquieren significativamente un conocimiento, además de que el jardín trabaja mediante esta herramienta para que el infante aprenda de forma creativa y significativamente. Donde dedujeron que mediante el juego como estrategia sirve para que los niños aprendan hábitos alimenticios de una forma significativa.

El estudio investigativo anterior afianza a la investigación en curso, porque hace énfasis en que mediante el juego se puede dar a conocer al infante que alimentos son saludables y cuáles no, además que permite a las investigadoras establecer otras estrategias lúdicas para crear buenos hábitos alimenticios en los educandos.

También se hace referencia la investigación de Cortes Teresa, Rodríguez Aleida y Velasco Adriana (2016), en Bogotá titulada *“ESTILOS DE CRIANZA EN LOS HABITOS ALIMENTICIOS Y SU RELACIÓN CON LOS COMPORTAMIENTOS AGRESIVOS QUE AFECTAN LA CONVIVENCIA ESCOLAR”* donde su objetivo general es desarrollar una estrategia pedagógica que fortalezca un estilo de crianza en los hábitos alimentarios para disminuir los comportamientos agresivos de los estudiantes, la investigación se desarrolló mediante un enfoque cualitativo de tipo descriptivo con la elaboración de propuestas acción-participación, haciendo uso de instrumentos como la observación y la entrevista, la población consistió en 26 familias, muestra de 30 niños. Los resultados que se obtuvieron fue que los hábitos alimenticios que tienen la familia inciden en el desarrollo

de los infantes, ya que genera conductas agresivas incidiendo en la convivencia escolar; donde concluyeron que los estilos de crianza sobre la concepción de hábitos alimenticios influyen en los cambios en la conducta de los educandos y es por eso que se debe emplear diferentes estrategias para dar soluciones.

El anterior aporte contribuye de forma significativa a la investigación, ya que hace mención de la creación de estrategias que involucren a la familia para fomentar una alimentación saludable y así poder mejorar los comportamientos agresivos de los estudiantes, es decir, que mejoren su convivencia.

2.3 Regional o Local

Se hace necesario resaltar que la temática desarrollada en el transcurso del estudio investigativo, teniendo como referencia los antecedentes anteriormente mencionados; se evidencia en la actualidad un auge sobre la importancia de la nutrición en el desarrollo multidimensional de los niños; en ese mismo contexto se abarca el departamento de Norte de Santander, específicamente en la ciudad de Cúcuta y el municipio de villa del Rosario; donde la Universidad de Pamplona ha realizado infinidad de investigaciones sobre la relevancia que tiene una mal nutrición y como interfiere en su conducta, en el aprendizaje y en su organismo.

Dentro de este marco, han intervenido diferentes entidades debido a las diferentes consecuencias notables en los planteles educativos a raíz que los padres de familia no presentan una nutrición consciente; por ende, sus hijos están mal informados de cómo deben alimentarse, es ahí lo fundamental de la presente investigación; llama la atención como cada uno de los antecedentes se complementa el uno al otro con la información que

proporciona realizando hincapié en el ámbito familiar, escolar y sociocultural. por tal motivo es que los estudios investigativos ejecutados a nivel regional son esenciales debido a que son contemporáneos, es decir son vigentes de hace poco tiempo. Lo cual permite enmarcar que es pertinente la investigación en curso, de acuerdo a lo anterior es relevante aludir a:

Barrera Ana, Botello Jesica (2019) en Cúcuta realizaron la investigación titulada *“ANÁLISIS LA PERCEPCIÓN DE DOCENTES SOBRE EL RENDIMIENTO ACADÉMICO Y HÁBITOS ALIMENTICIOS DE LOS ESTUDIANTES DE 4º01 DEL COLEGIO MUNICIPAL GREMIOS UNIDOS”* la cual desarrolló como objetivo general analizar que percepción tienen los docentes sobre el rendimiento académico y como la nutrición influye en ese proceso. La metodología fue de carácter cualitativa adoptando el método de estudio de caso, en la recolección de información hicieron uso de la observación y entrevistas, el estudio se ejecutó con 70 estudiantes. En los resultados se obtuvieron que los educandos de 4º01 no presentan hábitos alimenticios saludables, además los alimentos que consumen son empacados o procesados, o en algunos casos no consumen ningún tipo de comida en la hora del descanso o no almuerzan por diversas razones, también se hace evidente que el rendimiento académico está asociado a los hábitos alimenticios de forma positiva o negativa; lo que permite concluir que los docentes deben implementar estrategias que conlleven a que los estudiantes adquieran hábitos alimenticios saludables.

La anterior investigación enriquece el estudio investigativo en curso, porque hace referencia a lo importante que los educadores creen e innoven con estrategias para ayudar a los estudiantes a cambiar su alimentación a una más saludable.

Otro atributo a mencionar fue la investigación realizada por Claudia Reyes, Xiomara Abreu (2016), Cúcuta titulada *“DISEÑO DE UN JUEGO DIDÁCTICO BASADO EN LOS HÁBITOS NUTRICIONALES RELACIONADO CON LA CONDUCTA DE LOS NIÑOS DE 6 A 8 AÑOS DEL INSTITUTO TÉCNICO GUAIMARAL”* se basó mediante una metodología cualitativa, empleando el método de acción- participación mediante una población de 196 estudiantes desde preescolar hasta quinto de primaria; se realizó bajo una muestra de 3 entes cercanos a los estudiantes, 30 padres de familia y 30 estudiantes del grado segundo. El objetivo de esta investigación es diseñar las diferentes estrategias lúdico- pedagógicas para mejorar la relación que existe entre la nutrición y la conducta de los infantes; los instrumentos que avalaron los resultados fueron la observación directa, la encuesta y la entrevista estructurada. Los resultados que se obtuvieron permiten detallar que los docentes y los padres de familia conocían muy poco al respecto de la influencia que tiene la nutrición sobre la conducta, ya que muchos de los alimentos que consumen los infantes no son los adecuados. En conclusión, mediante estrategias lúdico- pedagógicas como lo es el juego se puede mejorar la nutrición de los niños y su conducta.

Lo anterior brinda un gran aporte a la investigación, debido a que se enfatiza en implementar estrategias y tipos de evaluaciones para que los docentes y padres de familia tomen conciencia de los hábitos alimenticios que llevan los niños en su día a día.

También se hace referencia a la investigación realizada por Mesa Ada (2016) en Cúcuta, titulada *“INCIDENCIA DE LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS EN EL RENDIMIENTO ESCOLAR DE LAS ESTUDIANTES DEL GRADO QUINTO DE BÁSICA PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTO ÁNGEL - SEDE*

COLEGIO NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO DE LA CIUDAD DE CÚCUTA” la cual tuvo como objetivo analizar la incidencia de los hábitos alimentarios en el rendimiento escolar de las estudiantes; se utilizó para esta investigación un enfoque mixto y un diseño basado en el modelo de la Investigación Acción, empleando instrumentos como la observación, la entrevista y talleres pedagógicos. Los resultados de la investigación muestran una incidencia de los hábitos alimentarios sobre el rendimiento académico de los estudiantes, en especial, aquellos cuya dieta no proporciona la nutrición requerida. Como conclusión se obtuvo que los estudiantes de grado quinto tienen hábitos alimenticios inadecuados, además que los docentes deben hacer uso de diferentes estrategias pedagógicas que permitan a los educandos crear una nutrición saludable.

La investigación anterior es importante porque aporta información que condujo a identificar una variedad de alimentos que consumen los estudiantes, evidenciándose que en la mayoría de los casos no son saludables; generando en ellos una serie de conductas que afectan su desempeño en el plantel educativo.

2.4 Base Teórica

En la actual base teórica se hace referencia a los diferentes teóricos, que permiten dar trascendencia a la importancia de abarcar la relación existente entre la nutrición y la conducta, lo cual se enfocan que desde la primera infancia es donde se evidencia con mayor constancia que a medida que el infante posea una mala nutrición su conducta se ve involucrada.

Son múltiples los factores que inciden sobre los cambios de conducta o comportamientos de los niños y niñas, diversos estudios han determinado que los hábitos

alimenticios se encuentran entre uno de ellos, en donde puede afectar el desarrollo de las funciones cognitivas, estado de ánimo, emocionalmente, y causar enfermedades irreversibles del infante; ya que en esta etapa escolar necesita una alimentación equilibrada que le proporcione los requerimientos nutricionales necesarios para su desarrollo y crecimiento físico, es por ellos que a docentes, padres y estudiantes se deben educar sobre alimentación, hábitos alimenticios y nutrición convirtiéndose en una necesidad fundamental de la escuela de hoy.

Es pertinente mencionar la DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders), establecen criterios para estandarizar ó clasificar los diferentes afectaciones que tengan que ver con la salud mental del ser humano, existe una diversidad de temas que se tratan, pero los que ahora compete a esta investigación están ligadas con los trastornos de la conducta, trastornos de la conducta alimentaria (Ingesta de gran cantidad de alimento), trastornos relacionados con sustancias(alcohol, cafeína...) y Síndrome de Adicción a Internet (celulares, consolas, computadores,...), entre otros; todo lo mencionado anteriormente tiene mucha importancia ya que está afectando de manera directa al infante y si no se toma conciencia de lo perjudicial que puede llegar a ser y como puede repercutir en su sano desarrollo.

Además, se debe resaltar la teoría general de los sistemas (TGS) la cual se formalizó mediante los aportes de Bertalanffy (1954); considerándola como “Un sistema abierto que a menudo se encuentra en constante cambio con otros sistemas” (p.14) se puede decir que existe una sincronización, a través de complejas interacciones derivando tres tipos de sistemas que se encuentran ligadas entre si estas son: los sistemas son la totalidad coherente (una familia), el suprasistema es el medio que rodea al sistema (

amigos, vecinos, etc.) y por último el subsistema que son los componentes de los sistemas (los individuos); mediante estos sistemas se genera la interacción de las personas en su cotidianidad ya sea escolar, social, familiar y religioso.

La definición de conducta ha sido un paradigma complejo debido a su infinidad de concepciones desde la perspectiva de diferentes autores, que han permitido con el tiempo que el concepto sobre conducta haya evolucionado y modificando el pensamiento de que la conciencia conductual es pura y simple, por ende, se hace referencia a la importancia de resaltar los aportes de la teoría social, en la cual indica que el comportamiento de los niños surge a partir de la observación para luego ser ejecutada por medio de la imitación (Bandura ,1977). En la cual alude el término conducta humana. Esta se utiliza para describir las diferentes acciones que ponen en marcha en la vida diaria. La conducta se define como la realización de cualquier actividad en la que esté implicada una acción, o un pensamiento o emoción.

Igualmente, también se determina que “la conducta es la manera de como el hombre desde su infancia se comporta en su vida y sus acciones.” (Acosta, 1998; p.43) a partir de ello se definen tres tipos de conducta en el cual Acosta los categoriza de la siguiente manera; agresivo es el comportamiento natural como el niño responde a lo que se percibe como una agresión con otra habitualmente verbal, más o menos clara, no suele ser eficaz, al menos a largo plazo, no facilita las relaciones con los demás.

Otro tipo mencionado es el pasivo, es el comportamiento aprendido de como el infante recibe mensajes y admoniciones múltiples desde pequeños: "No te enfrentes al profesor", "No te enfrentes al poder", "No te enfrentes al jefe". Tampoco resulta eficaz, no genera respeto en los demás solo se crea un niño con limitaciones y con timidez por

último se habla de un comportamiento asertivo el más eficaz; pues el niño defiende sus derechos, las opiniones propias, con calma, pero con firmeza. Ser asertivo significa ser capaz de relacionarse con los demás de igual a igual, Sin sentirse ni por encima, ni por debajo de otro niño.

La conducta ha sido entendida como una reacción innata, facilitada por estímulos situacionales, como una reacción emocional, como una motivación aprendida para eliminar aquellas situaciones frustrantes y, también, como un deseo de mantener normas o expectativas sociales, dado que la conducta, y a diferencia de los estados y procesos mentales, es algo dado a la percepción, es un fenómeno observable dando relación entre lo que un individuo hace y sus contingencias”. (Pérez, Redondo y León, 2008. p 56)

También es importante mencionar a Lledios y Giraldo (2008) define, el contexto familiar como interacciones e igualdad de compañía entre ellos, realizando diferentes tipos de tareas, normas, acuerdos de convivencia en el grupo familiar, creando un ambiente agradable de respeto hacia ellos mismos y hacia el contexto social a su vez desarrollando en ellos la capacidad de pensamiento construyéndolo cotidianamente, en cada proceso vivido, ya sea positivo o negativo en el hogar , si la convivencia es estable entre los mismos miembros superaran cada uno que se les presente.

En esta misma línea la Dra. Steed (2013) en un estudio realizado se determinó que la cantidad de azúcar daña letalmente al cerebro y la forma en cómo se debe comportar el ser humano, es decir al ingerir grandes cantidades de azúcares, comida chatarra, la comida basura, así como ella misma la llama; el comportamiento de estos es muy agresivo. Si se ve reflejado en la adultez como se perjudicará el cerebro de un niño en sus primeros años de vida si ingiere en su proceso nutritivo alimentos desfavorables para la

salud. Cuando existe un aumento de azúcar en el organismo, produce una exuberante liberación de insulina, y cuando esta es liberada en grandes cantidades provoca hipoglucemia, es decir, el azúcar en sangre cae, y cuando eso sucede se genera dos reacciones: en primera instancia el cuerpo intenta recuperar esa azúcar, pues la necesita para su metabolismo energético de este modo estimula la glándula suprarrenal para que se liberen dos hormonas la Epinefrina y la Norepinefrina; estas dos provocan la inquietud y el nerviosismo de cuando el azúcar cae en la sangre.

Es importante hacer referencia que cuando la azúcar llega al cerebro, este se vuelve Hipoglucémico liberando neurotransmisores llamados Glutamato; es el principal causante de la excitabilidad, es decir provoca que el cerebro trabaje a toda velocidad, por eso es que se hace referencia lo citado por Mattson (2014):

Es importante conocer los mecanismos precisos involucrados en la neuroexcitotoxicidad inducida por glutamato, ya que constituye la fase previa al desarrollo de un proceso neurodegenerativo. En esta fase las diversas neuronas que poseen receptores de glutamato deciden activar procesos de supervivencia o de muerte neuronal, misma que puede ser de tipo necrótico (inmediata) o apoptótica (mediata programada) (p. 27)

La comida hace parte de un estilo de vida crucial que se aprende en casa, por lo que necesita educarse sobre nutrición adecuada y los peligros de la comida chatarra y los alimentos procesados con el fin de cambiar la cultura alimenticia de toda la familia, es importante hacer énfasis que un factor que influye a que los infantes tengan una mala nutrición es la cultura del contexto en el que viven, una familia que vive en una zona rural no consume tanta comida basura (Gaseosa, enlatados, colorantes, bebidas cítricas,

entre otras) como los que viven en la zona urbana, claro que no quiere decir que los del campo coman sanamente, también presentan falencias en su nutrición.

El contexto familiar; es una categoría histórica frente a la organización social, por lo cual cada una debe estar regida por unos principios éticos y morales, hábitos alimenticios, normas de higiene entre otra, donde comparten unas características sea física o emocional, aunque la familia es más que unas características entre ellos o una simple unión de parentesco o suma de integrantes, es aquella que comparten un proyecto de vida donde pueden brindar el apoyo único, solo esta puede brindar, estableciendo así un compromiso personal entre estos mismos integrantes. (Valladares, 2014. p 86)

Es cierto que muchos alimentos pueden afectar al comportamiento de los niños, no solo a su estado presente, estructural, nutricional, déficits, o situaciones del día a día sino también a su carácter. Se puede encontrar muchos de ellos como: un exceso de sal, las grasas saturadas, una dieta pobre en verduras y fruta fresca, déficits de vitaminas del grupo B o un exceso de comida basura que alteren el comportamiento del aparato digestivo, un sobre esfuerzo del páncreas, del hígado, etc.

Desde lo que plantean los teóricos mencionados en el transcurso de la investigación se define que, si es relevante y notoria la estrecha relación que hay entre la conducta y la nutrición de los niños, pues al no tener una dieta balanceada o no tener hábitos alimenticios adecuados, la ignorancia de los padres de familia o los docentes al darles a los infantes alimentos los cuales no son adecuados para su organismo, además que dependiendo de la edad de los niños es que se debe establecer una dieta balanceada.

A partir de lo mencionado anteriormente, es pertinente hacer remembranza a la Organización Mundial de la Salud y la FAO (2016) quienes definen la conducta como las

acciones y reacciones del sujeto ante el medio, es decir la forma de cómo los hombres se comportan en su vida. Por lo tanto, puede utilizarse también como sinónimo de comportamiento; en este sentido, la conducta se refiere a las acciones de las personas en relación con su entorno y por tanto con su mundo de estímulos.

Así mismo un referente teórico sobre este concepto es el Dr. Gottman (2017), quien establece que los cambios conductuales de los niños se ven reflejados de acuerdo al tipo de nutrición que estos lleven, ya que es la medida de la personalidad humana; pues se refiere a los procesos en los cuales la frecuencia, se modifica por consecuencias que se produce por medio de una mala nutrición, en la actualidad todos esos cambios de conducta en los infantes están relacionado con el tipo de nutrición que poseen. , el cual se apoya en Anaya (2017), la cual define conducta como:

Reacción global del sujeto frente a las diferentes situaciones como lo es el tipo de nutrición, toda conducta es una comunicación, que a su vez no puede sino provocar una respuesta, que consiste en otra conducta-comunicación. Respuesta o acto observable o mensurable. Se define de manera amplia para incluir...términos que pueden medirse mediante diversas estrategias de evaluación. (p. 53)

Lo propuesto por los autores anteriormente, permite evidenciar que los cambios de conducta que pueden llegar a presentar los educandos, influyen como factor número uno el tipo de nutrición que estos llevan, en segunda instancia el contexto sociocultural, la familia también hace parte en estos dos procesos, ya que la familia es la principal entidad donde se debe formar en hábitos alimenticios saludables y acordes a la edad de los infantes. Lo que genera una serie de inquietudes como lo son ¿Cómo los tipos de alimentos influyen en los cambios de conducta de los infantes? ¿Cuáles son las

emociones que los niños pueden presentar en su conducta de acuerdo con su alimentación? ¿según la población infantil, cómo puede variar la conducta en el contexto y la cultura en la que el niño se relaciona o interactúa?

Es importante aclarar los anteriores cuestionamientos, de tal modo que permita identificar todos esos factores que influyen en la conducta, entre los cuales se encuentra el contexto, tipo de alimentación, hábitos de vida saludable, que tipos de conducta surgen en el infante, pues estas interfieren en el pleno desarrollo del infante, es decir ocasiona cambios los cuales pueden ser de forma física o por el contrario de manera cognitiva.

La conducta se asocia a diferentes elementos que contribuyen a que se vea con alteraciones, en ocasiones no se aprecia la relación que hay entre el concepto y lo que influye en ella misma para que se produzca cambios; es esencial que mencione que cada infante puede presentar distintas variaciones en su comportamiento, por lo cual se refiere a la existencia de tipos de conductas que se hacen presente en los educandos según la circunstancia o el contexto en el que se desarrolle.

Tipos De Conducta

Es pertinente definir los diferentes categorías que hacen parte de la conducta, haciendo énfasis en las características que presenta cada tipo de conducta, para que se pueda diferenciar e identificar cuando se presente en una determinada circunstancia, en líneas generales se conceptualiza que son aquellos actos comportamentales del diario vivir que cada ser humano manifiesta en cualquier momento teniendo en cuenta su estimulación exterior que se puede dar a través del hábito alimenticio, provocando en el cuerpo una serie de comportamientos los cuales varían en cada organismo ya que no

todos los cuerpos reaccionan de diferente manera y actúan según el estímulo que sea provocado en cada uno de ellos, de esta manera se cita a Mora (1977.p 39) apoyado en la corriente conductista, refiere que “la conducta son respuestas físicas del organismo las cuales son observables, tales se presentan a causa de estímulos del medio ambiente”.

También concibe el término como una manifestación del organismo, además se pueden percibir por las reacciones fisiológicas, a su vez el mismo autor menciona que existen diferente tipos de conductas entre las cuales se encuentran sensitiva, la cual intervienen las emociones, en segunda instancia se menciona a la conducta operativa la que involucra las acciones corporales, la verbal que muestra por medio del lenguaje hablado, adaptada o inadaptada normal y anormal involucra si es adecuada o no ante la sociedad.

Así mismo se hace mención a Silva (2003) considera la existencia de cuatro tipos de conducta llamadas social; este es el tipo de comportamiento el cual es aceptado por los demás, debido a que se rigen por normas sociales o de convivencia, asocial se refiere completamente lo contrario de la social no cumple reglas sociales, además no tiene adaptación al medio social, para social se reconoce como aquel comportamiento que no es regular en la sociedad y es completamente diferente y antisocial no es natural de la conducta humana nace de la aplicación de reglas sociales, además logra causar daño a los demás, donde se indica que estas conductas están relacionadas según el tipo de alimentación o los hábitos alimenticios del ser humano.

De acuerdo a lo mencionado anteriormente se insinuaba que los cambios de conducta está en relación también a los sentimientos y emociones, los cuales son modificados según el tipo de alimentación que se lleve, debido a que hay alimentos que

pueden generar agresividad, otros por el contrario generan pasividad extremas, estos cambios surgen alrededor de la sociedad, el contexto familiar, escolar porque como bien se menciona la conducta es un patrón de comportamientos que son aceptables o no, que son normales o anormales ante una vida social.

Contexto Cultural

Otro elemento importante es el contexto cultural ,donde se desarrolla el proceso educativo; según Moreno en el (2005) comprende que la conducta humana normal está definida según la cultura de cada uno, esta se caracteriza por ser adecuada según las reglas sociales, ya sean aprobadas o no, el también afirma que en el desarrollo del comportamiento de cada individuo interfieren elementos ambientales como también las capacidades personales las cuales alcance como la afectiva, social y cognitiva entre otras, menciona a la escuela puede ser el sitio donde más se perciban las conductas del niño; porque allí lo desafían y está constantemente socialización.

Con respecto al postulado anterior, es relevante la relación familia; ya que esta brinda la cultura además forma y la institución educativa porque se encarga de educar, aparte de que por el hecho de ser un sitio al cual acude continuamente en este se relaciona con diferentes culturas, igualmente menciona que la sociedad pasa a ser quien evalúa los comportamientos, esta los aprueba o desaprueba según las reglas sociales o morales.

También es importante hacer referencia a Morán (2006) quien indica que los cambios de conducta están relacionados con factores externos como internos, es decir al mencionar externos hace referencia al contexto, la cultura en el que se halla la persona en ese instante de la vida, como se alimenta, si tiene una alimentación saludable, pero

cuando dice internos es las consecuencias que puede generar si la persona se desenvuelve en un contexto donde no hay estilos de vida saludable causa afecciones cognitivas, enfermedades como sobrepeso, colesterol, mal nutrición entre otras.

En referencia a lo que exponen Moreno y Moran se evidencia en la actualidad, debido a que esos factores externos e internos están relacionados con la cultura, de acuerdo al lugar donde viven los niños se desarrolla un estilo de vida totalmente diferente; si a eso se le agrega las costumbres existentes en los hogares que no son las adecuadas en cuanto el proceso nutritivo, se verá afectado la salud, las emociones, la conducta y aprendizaje de los educandos, porque en diferentes estudios investigativos los cuales determinan que la neurociencia explica cómo es la funciona el cerebro, y al presentar alteraciones conductuales se afectará las algunas funciones del cerebro como la atención, la memoria dando hincapié a que no se dé un aprendizaje adecuado en los infantes.

Aprendizaje

De manera análoga, se tiene en cuenta que el aprender es esencial, debido que es inherente en cada etapa del ser humano, pero es conveniente destacar que se puede afectar mediante una nutrición inadecuada; haciendo énfasis en el proceso de enseñanza de los niños, donde son los educadores quienes son los que deben orientar sobre una alimentación adecuada para que no interfiera en el aprendizaje de los educandos.

Como es natural también es fundamental hacer énfasis diacrónicamente de un factor que hace parte de la investigación en curso como lo es el concepto de aprendizaje y su importancia que tiene en relación con las categorías del estudio investigativo; es por

ello que se reconoce la naturaleza social de la función humana, teniendo presente el papel de los factores sociales y la evolución de la especie humana; el proceso educativo es transformador y el sujeto es responsable del buscar varios métodos, vías y procedimientos que aseguren la efectividad en la formación pedagógica.

El sistema educativo es una base fundamental para la educación, que tiene una profunda relación con las exigencias sociales una de ellas es la productividad que puede ir desarrollando el niño a través del proceso académico, es decir adquiriendo nuevos conocimientos partiendo de los modelos y estilos que existen referente al aprendizaje. En relación con lo anterior se resalta a Feldman (2005) quien establece que el aprendizaje es “Un proceso de cambio relativamente permanente en el comportamiento de una persona generado por la experiencia” (P. 65); en esta misma línea Avilés (2011) indica que:

El aprendizaje significativo, básicamente está referido a utilizar los conocimientos previos del alumno para construir un nuevo aprendizaje. El personal docente se convierte sólo en el mediador entre los conocimientos y los alumnos, ya no es él el que simplemente los imparte, sino que los alumnos participan activamente de lo que aprenden, pero para lograr la participación del estudiantado se deben crear estrategias que les permitan una excelente disposición y motivación para aprender (p.140).

De acuerdo a lo mencionado anteriormente, se considera válido, pero sin embargo en la realidad se enfrenta algo totalmente diferente en algunos aspectos que son resaltados por los autores Feldman Y Avilés sobre el concepto de aprendizaje; porque no siempre se da mediante el cambio del comportamiento, y es significativo cuando proviene de la práctica, comprobando lo de la teoría si se cumple o no, además para los educandos tiene mayor significado cuando por si

mismos exploran en su entorno obteniendo una enseñanza, lo cual si es irrefutable es que la experiencia es de gran aporte en el proceso de formación, donde se desarrolla de acuerdo a las estrategias que el docente empleó como mediador. Haciendo énfasis en las diferentes modelos de aprendizajes han surgido en el campo de educativo, algunos referentes teóricos los denominan enfoques del aprendizaje.

Enfoques De Aprendizaje

La educación es una de las ciencias que en los tiempos ha sufrido una variedad de transformaciones debido tanto a los avances científicos como a las nuevas tendencias tecnológicas. Colombia, no es ajeno a estos cambios, más aún cuando estando sumidos en una crisis que impacta al desarrollo social y ha consternado a algunos sectores de la sociedad, en el que se busca opciones de desarrollo y cambios en el campo de la educación.

De acuerdo a las definiciones y valoraciones que se han dado acerca de lo que es el aprendizaje se establece una idea general: El aprendizaje es una tarea exclusiva y originalmente humana, vinculada al pensamiento humano, a las habilidades de conocer, representar, relacionar, transmitir y ejecutar; para profundizar se empleará los siguientes enfoques del aprendizaje: el constructivismo y cognitivismo. Resulta oportuno mencionar a Mayer (1992) quien a través de Beltrán (2002) ha señalado tres metáforas para describir las dos grandes corrientes que fundamentan el aprendizaje. Las metáforas son: el aprendizaje como adquisición de respuestas, el aprendizaje como adquisición de conocimiento y el aprendizaje como construcción de significado.

Es importante referenciar que con el tiempo se han establecido distintos enfoques de aprendizaje; los cuales presentan características que los diferencian entre sí, en los primeros que surgieron se encuentra el conductismo, donde uno de sus precursores fue Pávlov, dando paso a Watson como el fundador de este enfoque, seguidamente con los estudios de Skinner.

Conductismo

Uno de los enfoques más relevante y empleados en un aula de clase es el conductismo, debido que algunos docentes aún lo conservan vigente al momento de diseñar o planificar las clases en el aula; para los teóricos conductistas Henson y Eller, (2000) definen “La conducta a la que siguen consecuencias placenteras tiende a fortalecerse y repetirse y, por lo tanto, se aprende. En cambio, la conducta acompañada de consecuencias desagradables tiende a no repetirse y por ende no se aprende” (P. 43) En esta misma línea Pozo, (2005) indica que estas “teorías conductistas del aprendizaje se concentran en acontecimientos externos y el ambiente, para explicar la conducta de la población estudiantil. (P. 77)

Algunos educadores consideran el conductismo no es un método de aprendizaje acorde para los infantes, pero en la actualidad existen instituciones donde emplean estímulo y respuesta como parte de su metodología de enseñanza concordando con Pozo sobre las circunstancias externas y el contexto influyen en la conducta de los estudiantes, lo que es lo contrario al enfoque que trabaja desde lo visual, lo auditivo y lo kinestésico, en pocas palabras desde la percepción de los sentidos como lo es el método cognitivista.

Cognitivismo

Otra de las corrientes a resaltar y de mayor tendencia en el siglo XXI es el cognitivismo dado que en ella se habla de la memoria sensorial (MS), aquí se emplea la codificación de lo visual, auditivo y kinestésico, es decir todo aquello que genera estímulos en nuestro cuerpo pero que provienen del exterior; memoria a corto plazo (MCP) la codificación sería fundamentalmente lingüística, es decir lo indeterminado, y memoria a largo plazo (MLP), en esta la información ya se encuentra codificada semánticamente, ésta sería permanentemente a diferencia de la sensorial y de la memoria a corto plazo. Con base a lo anterior señalando a uno de los padres de la corriente del cognitivismo, destacando a Bruner, (1986, 2004) quien establece que:

Hay dos modalidades de funcionamiento cognitivo, dos modalidades de pensamiento, y cada una de ellas brinda modos característicos de ordenar la experiencia, de construir la realidad. Las dos (si bien son complementarias) son irreductibles entre sí. Los intentos de reducir una modalidad a la otra o de ignorar una a expensas de la otra hacen perder inevitablemente la rica diversidad que encierra el pensamiento (p. 23).

Es necesario subrayar los aportes del cognitivismo, debido que integra la memoria como elemento clave en el aprendizaje; dando lugar a una conexión entre la memoria sensorial, la memoria a corto plazo y a largo plazo enlazando el mundo exterior con el funcionamiento cognitivo, enfatizando en la importancia de las experiencias concebidas desde la percepción de los sentidos; dando continuidad al constructivismo el cual se enfoca como el infante construye su propio conocimiento de acuerdo la exploración de su entorno, permitiendo una transformación en sus presaberes.

Constructivismo

En el contexto del enfoque constructivista pedagógico el cual hace referencia a un movimiento, basado en la experiencia de un proceso activo transformando al educando, es decir que el estudiante elabore y transforme su propio aprendizaje, a partir de una vivencia previa y la relación que establece con el docente y el entorno; para ello, se destaca a Reátegui, (1996), quien establece que el constructivismo "Es un movimiento pedagógico contemporáneo que se opone a concebir el aprendizaje como receptivo y pasivo, considerándolo, más como una actividad organizadora compleja del estudiante que elabora sus conocimientos propuestos, a partir de revisiones, selecciones, transformaciones y reestructuraciones".(p.84)

El enfoque constructivista radica en la organización de los conceptos o conocimientos previos, el infante va generando conocimiento de acuerdo a la necesidad y al ritmo, para así crear y construir su propio conocimiento; tal como lo señala Hernández y Díaz (2013) que el constructivismo:

Consiste en construir significados comprendiéndolos y tomando conciencia de ellos; es un proceso de atribuir sentido y entender el valor funcional a lo que se aprende, porque se considera valioso para uno mismo y es un proceso social que al tiempo que provoca cambios endógenos-estructurales en la persona a consecuencia de la apropiación de los saberes culturales, también genera modificaciones exógenas, ya que transforma el modo de participación dentro de las prácticas y los nichos culturales en donde se desenvuelve el aprendiz (p.5).

La acotación anterior, indica la importancia de la construcción de conocimientos en los estudiantes, afianzando los saberes que puede proporcionar cada contexto para aprender de manera significativa. En los últimos tiempos se ha

indagado sobre el funcionamiento del cerebro y la relación que este tiene en cuanto al aprendizaje; por eso es que la Neurociencia se integra en el campo educativo, para dar respuesta como conjuntamente trabajan el cerebro, la conducta y la adquisición del conocimiento.

Neurociencia

La relación de la neurociencia y la educación lleva a construir nuevos aprendizajes en los estudiantes, esta se da gracias al estudio de la genética y el cerebro que da como resultado la neurociencia abordando los procesos de aprendizaje, los cuales son: lenguaje, inteligencia, creatividad, memoria, conciencia, empatía, entre otras conductas sociales observables; cabe resaltar que la educación es la habilidad para moldear al ser humano. Las emociones son cruciales para aprender por muy mínimo que sea, se sabe que el cerebro es dinámico y las aptitudes hacen parte de las competencias o los procedimientos. Con referencia a lo anterior, se hace mención a Battro, en el año (2002) el cual indica que “la neurociencia y la educación es más que una mezcla, que hace parte del campo de la patología y que si bien es una teoría incipiente del aprendizaje, realiza el estudio a cada persona, permitiendo individualizarla” (P.29)

Cada cerebro es único, lo que hace la educación es sacar provecho en cada ser humano a través de diferentes mecanismos, uno de ellos es trabajar a partir de la motivación, es decir si el estudiante se encuentra totalmente dispuesto va a construir un nuevo aprendizaje; cuando se juega en ocasiones se enfrenta a un reto, al encontrarse en él, para el cerebro viene siendo un juego que luego se debe

superar y que se convierte en una decisión. De esta manera señalando a Ibarrola, en el año (2013) establece que:

La neurociencia en sí misma no puede proveer el conocimiento necesario para diseñar los enfoques prácticos pedagógicos, no puede consistir meramente en insertar técnicas basadas en el estudio del cerebro en las aulas: se debe establecer una relación recíproca entre la praxis educativa y la investigación neurocientífica (p.18).

En esta misma línea es importante estar a la vanguardia con los desafíos que se presentan en el ámbito educativo, para ello es pertinente dar mención a una nueva línea entendimiento y ejecución como lo es la neuroeducación, permitiendo que los docentes conozcan como se da la conexión entre el cerebro y el aprendizaje; cabe resaltar los entes educativos deben emplear nuevas estrategias que involucren la neurociencia y neuroeducación en el campo educativo.

Neuroeducación

En efecto, el cuerpo humano es un receptor de estímulos que se encarga clasificar y procesar la información, además de captar y emitir respuestas motoras, entre otras funciones; trazando nuevas expectativas hacia la construcción de nuevas bases sólidas para la aplicación de las metodologías de enseñanza, por parte de los agentes educativos a los educandos a que alcancen sus metas a futuro. Cabe adicionar que la neuroeducación es el anclaje para la educación, y saber cómo funciona el cerebro se vuelve fundamental para enseñar.

Ante la situación planteada, se resalta el aporte de Mora en el (2013) mediante el libro de neuroeducación: solo se puede aprender aquello que se ama; el

aporte que va dirigido hacia los agentes educativos, siendo ellos los responsables de motivar a los educando y que trascienda efectuándose en diferentes lugares, como en el hogar y entre otros contextos saliendo de lo tradicional (aulas educativas), optando hacia espacios naturales debido a que este ambiente estimula a los estudiantes, generando aspectos de socialización e interacción entre ellos. Siendo la neuroeducación la actual línea de enseñanza basada en como aprende el cerebro, para Mora en el (2015) donde manifiesta que es:

Tomar ventaja de los conocimientos de cómo funciona el cerebro integrados con la psicología, la sociología en un intento de mejorar y potenciar tanto los procesos de aprendizaje y memoria de los estudiantes como enseñar mejor a los profesores en su profesión (p.25).

Conviene enfatizar que la neuroeducación es una nueva línea que está enfocada en los procesos de enseñanza y aprendizaje, teniendo en cuenta que el educador es el primero en reestructurar su metodología para poder guiar al estudiante en la adquisición de conocimiento. Es importante la intervención que hace la nutrición, debido que el cuerpo funciona mediante energía, nutrientes, vitaminas, provenientes de la comida para obtener fuerza, un crecimiento y un buen desarrollo, sobre todo en los primeros años de vida de los infantes.

Nutrición

El concepto de nutrición, ha trascendido con el tiempo así mismo como lo ha hecho las definiciones de conducta, tipos de conducta, contexto cultural y aprendizaje; con el tiempo distintos teóricos han realizado la evolución sobre la percepción de lo que concierne

al proceso de nutrición y todo lo que abarca este término, es por ende, que se hace referencia a la teoría “Nutrición y Conducta” de la Dra. Doris Rapp (2007), en la cual indica que el comportamiento de los niños va ligado de acuerdo al tipo de alimentación que estos lleven, además de que no solo se ve afectada la conducta, sino que también surgen cambios físicos, se ve alterada la escritura de los niños y la forma en como respiran, la mayoría de los alimentos que se encuentren en el interior de los hogares o en el exterior generan alergias. En la actualidad los niños consumen alimentos en altas cantidades de azúcar, colorantes, adictivos y conservantes dejando a un lado una alimentación saludable, nutritiva.

Cabe agregar que la Dra. Rapp (2007) define las alteraciones hacen parte del proceso de la nutrición, considera que estas son susceptibilidades nutricionales, es decir, el resultado de llevar una mala nutrición afectando la conducta; los cambios de comportamiento, la hiperactividad, problemas de ansiedad, de depresión, mentales, y otras dolencias son producto de alimentos tóxicos del entorno habitual.

El tipo de nutrición y que alimentos deben ingerir los infantes en la primera infancia, pues son factores de suma importancia para el buen desarrollo de los niños, por ende, se toma como referencia. La alimentación sana es fundamental para el mantenimiento de la salud. Sus desviaciones pueden ir desde excesos y desequilibrios alimentarios que se asocian con enfermedades crónicas no transmisibles hasta la desnutrición y las enfermedades carenciales que afecten el comportamiento (Selva, 2003. p. 6)

Los tipos de alimentos cumplen un papel fundamental en el organismo del infante, pues la nutrición es un proceso que abarca muchos subprocesos como lo son el comportamiento, el aprendizaje, la salud, el estado de ánimo, entre otras. Por tal motivo

es que Selva (2008) establece cinco tipos de nutrientes que son fundamentales para el organismo; como lo son carbohidratos cuya función es aportar la energía para la actividad física y mantener el calor del cuerpo, estos son provenientes del arroz, papa, miel, dulces y azúcares. El segundo nutriente es la grasa, aportan vitaminas liposolubles (A, E, D, K), las cuales pueden ser saturadas e insaturadas, las primeras se presentan de forma sólida (mantequilla, mayonesa) y la segunda en forma de líquido como lo es el aceite.

Las Proteínas componentes de soporte del organismo, están formadas por aminoácidos y se encuentran presentes en todos los tejidos, su función es construir o reparar tejidos; las fuentes de esta son la carne, el huevo, lentejas, frijoles. También hace parte de esencial en la nutrición las vitaminas, debido a que estas se requieren obligatoriamente para el crecimiento, el desarrollo y el mantenimiento del organismo humano. Además, existen minerales que controlan los procesos del organismo, pero además tienen funciones específicas muy importantes, en especial el hierro, calcio y yodo claramente esto en las cantidades necesarias pues todo en exceso es malo.

Otro aspecto importante que es mencionado por el Dr. Mercola (2013) indica que llevar una nutrición de comida chatarra sienta las bases para la obesidad, el asma, el eccema, y una variedad de alergias, problemas de conducta; desde hiperactividad hasta agresión, así como condiciones inflamatorias y enfermedades autoinmunes. También hace referencia que comer requiere una compleja integración de habilidades en el proceso en lo cual los infantes deben aprender a autorregular sus estados de hambre y saciedad, lo cual está relacionado a los estilos de crianza de los infantes, pues los padres son los primeros en iniciar el proceso de nutrición en los niños.

Diversos estudios realizados por el Dr. Mercola (2013) han concluido que el cerebro se ve altamente afectado si se lleva una nutrición inadecuada y más cuando se trata de la primera infancia. Colorantes, comida chatarra o el consumo de gran cantidad de glucosa en algunos casos pueden activar el cerebro de los niños a gran nivel ocasionando en los infantes un exceso de energía, y en otras ocasiones pueden adormecer al infante al grado de que no rinda académicamente; esto se ve reflejado en la forma que se comporta los niños al ingerir algún alimento.

También hace referencia a las grasas saturadas crean bloqueos en las paredes celulares lo que no permite la construcción de nutrientes necesarios para las membranas celulares y una variedad de hormonas y sustancias similares a las hormonas que son esenciales para su salud, por ellos él define que la nutrición es llevar una alimentación a base de alimentos enteros y naturales es la mejor manera de promover una buena salud, lo anterior él lo respalda por las culturas tradicionales de todo el mundo que comen solo fuentes alimenticias provenientes de la naturaleza y que no muestran ninguna de las características de las enfermedades, cambios de conducta u otra alteración en su organismo:

La nutrición puede entenderse como el proceso por el que una persona selecciona los alimentos que han de configurar su dieta y los prepara para su ingestión, donde el organismo procesa y asimila los alimentos, nutrientes, además de los líquidos necesarios para el adecuado funcionamiento, el crecimiento, desarrollo, reparación y mantenimiento de sus funciones vitales. Este es un proceso voluntario y consciente, que se limita por la disponibilidad de alimentos, por los recursos económicos y por los hábitos culturales. (F. J. López, 2013. p.46)

Dentro de este contexto, aludiendo a lo anterior es importante mencionar el concepto que da la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2016) quien define la nutrición como la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo, una adecuada nutrición con lleva una dieta suficiente y equilibrada combinada con el ejercicio físico regular lo cual es un elemento fundamental de la buena salud.

De acuerdo a lo anterior surgen algunos interrogantes como ¿Qué hábitos alimenticios hoy en día tienen los infantes? ¿El contexto sociocultural influye en la nutrición de los niños? ¿La familia interviene en la alimentación de los infantes? ¿Cuál es la importancia de formar buenos hábitos alimenticios en los niños en la escuela? Es por ello que es importante esclarecer como intervienen estas subcategorías en la nutrición de los infantes y su pleno desarrollo.

En el mismo orden de ideas, es pertinente mencionar el papel que cumplen los padres de familia en el proceso nutritivo de los niños, porque son los encargados de infundir o crear buenas bases en cuanto a una adecuada ingesta de alimentos. También es relevante los factores socioeconómicos, el contexto, las costumbres y la cultura; considerando que en algunas ocasiones los infantes no tienen una alimentación consciente debido que no cuentan con los recursos económicos para comprar alimentos saludables.

Hábitos Alimenticios

Los hábitos alimenticios son aquellos que se transmiten de generación en generación llamados hábitos de transmisión social, el cual se fundamenta en rutinas

diarias que ejemplifican la alimentación pertinente de los niños y niñas, por ello es importante consolidar desde edades muy tempranas la formación de hábitos saludables, a su vez estimular actitudes positivas que fortalezcan el bienestar integral en la comunidad infantil. Según lo mencionado anteriormente se toma como referencia a (Albito, 2015) quien señala:

Los hábitos alimenticios forman parte de cada persona, pero no nacen con él se forman a partir de experiencias del aprendizaje adquiridas a lo largo de la vida, mediante cual el individuo selecciona los alimentos que han de configurar su dieta y los prepara para su ingestión. Por tanto, es un proceso voluntario y educable que constituye un factor determinante en su estado de salud.” (p. 4)

De acuerdo a lo anterior, los hábitos alimenticios son conductas alimentarias resultado de las diferentes interacciones y múltiples aprendizajes adquiridos en el contexto en el que se desarrolla, ya que es el producto de una construcción social y, como tal, es susceptible de cambios y está ligado a la dinámica propia de cada grupo. Lo cual permite inferir que los hábitos alimenticios de los infantes de la actualidad son totalmente variantes, debido a que son normas distintitas de acuerdo a la localidad en el que convive.

La Familia Un Factor De Influencia En Los Hábitos Alimenticios Del Niño

Siempre se ha establecido la importancia que tienen los padres en los niños y en la formación en hábitos alimenticios desde edades tempranas, puesto que ellos son el ejemplo a seguir de los infantes, y para eso es fundamental que el menor debe atender a las normas y los hábitos que sus padres manejan, y si estos no tienen hábitos saludables, es importante que inicien a incorporarlos a su vida para beneficio del niño, es decir, el

establecer una alimentación adecuada que permita que los niños adquieran hábitos para una vida saludable.

Una vez que se han garantizado las condiciones y mostrado al niño con el ejemplo lo que debe hacer, debe explicarse la utilidad de este, o sea, los beneficios que va a obtener cuando lo adquiera. Después será necesaria la repetición de esta actividad para que se fije en su conducta. Por último, “los adultos –los padres, principalmente aprovecharán estas primeras acciones del niño para reforzarlas y estimularlas de manera de crear en él motivaciones de hacer las cosas de esta manera”. (Rosaldo, 2008, pág. 31).

Ante lo planteado anteriormente por el autor, es fundamental que los padres o quienes están al pendiente del educando refuercen las acciones nutritivas adecuadas para su pleno desarrollo; donde la motivación este directamente relacionada a este proceso alimenticio, debido que los hábitos de la familia del estudiante se ven reflejados según el entorno en el que se involucran constantemente en su diario vivir; la estimulación a una nutrición consciente hacia los niños es esencial porque de esa manera no se verá afectado el proceso nutritivo y conductual adecuado en la primera infancia.

Contexto Sociocultural

Cuando se hace referencia a problemáticas relacionadas con la nutrición, conducta u otros aspectos que involucran la salud, están relacionados a factores, económicos, sociales, culturales; lo cual, en el caso de la formación de hábitos alimenticios, llevará una alimentación saludable esta de la mano de estos factores. Por lo tanto, existe una serie de factores que intervienen en la existencia y supervivencia de los hábitos y prácticas alimentarias: el medio geográfico determina, en su mayor parte, el tipo de 37

productos disponibles según el clima, la altura sobre el nivel del mar, la calidad de los suelos, entre otros. Por su parte, las relaciones económicas estructuran la organización para la producción, los niveles de ingreso, la capacidad adquisitiva y los precios de los alimentos en el mercado, entre otros factores. Todo ello, en conjunto, puede determinar el consumo de ciertos alimentos.

Además, el factor económico es uno de los más influyentes, debido que en muchos casos los padres de familia o quien esté a cargo de los niños trabajan durante todo el día y no están pendiente de los alimentos que ingieren sus hijos, o por el contrario no poseen los recursos necesarios para proveer una alimentación adecuada a los infantes. Por ello “Las implicaciones de los aspectos sociales y culturales sobre la alimentación deben de ser considerados en todo momento pues no todas las personas viven en el mismo contexto, ni con las mismas posibilidades, donde las tradiciones son totalmente diferentes” (Brazelton y Greenspan, 2005. p 75)

Dadas las condiciones que anteceden, se debe destacar que, así como el contexto y el entorno en el que conviven influyen directamente; un claro ejemplo se refleja en zona rural y urbana, en vista que la alimentación en lo rural es más balanceada y se puede acceder con facilidad; en cambio en lo urbano se consume lo que es alimentos procesados. de esta misma forma se refleja la integración entre la familia, la escuela y la comunidad, para desarrollar estrategias que permitan modificar el proceso nutritivo inadecuado a una alimentación consciente en los educandos.

La Escuela En La Formación De Hábitos Alimenticios

Las escuelas tienen la capacidad de activar una serie de principios, metodologías, actividades, recursos y estrategias para que se produzca un aprendizaje eficaz relativo a los hábitos saludables de alimentación. Los estilos de vida han sido considerados como factores determinantes y condicionantes del estado de salud de un individuo, es por eso que deben fomentar en los estilos de vida saludable, en la formación de hábitos, realizar ejercicio.

El ambiente escolar también influye en el aprendizaje de hábitos alimentarios, principalmente por el tipo de alimentos disponibles, que influyen en la toma de decisiones de los niños en cuanto a la elección y el consumo de los tipos de alimentos que pueden consumir. Además, es importante que se inicie con esta formación desde grados iniciales a la educación del educando. (Libuda & Kersting, 2009. p. 52)

De acuerdo a lo plantado anteriormente por los diferentes autores se infiere que la familia, el contexto sociocultural, la escuela y la formación de hábitos alimenticios están relacionados totalmente al proceso de nutrición, y más cuando es en la población de niños de preescolar; de tal modo permite identificar que una mala nutrición tiene consecuencias en el infante, pero a su vez que elementos inciden en esta modificación, los cuales pueden ser de forma directa o indirecta.

En los últimos tiempos se ha evidenciado que la nutrición en el organismo del ser humano cumple una función muy importante, esta debe ser balanceada y variada en vitaminas, minerales, proteínas, carbohidratos y otros nutrientes juegan, no solo un papel central en el desarrollo corporal de un sujeto, sino que puede influir en el sistema nervioso central. Al reflejar estas definiciones en el infante se reconoce que alimentos

ingiere, como los ingiere y en qué cantidades, permite identificar elementos relevantes al cambio conductual.

Actualmente es importante considerar que aspectos o factores nutricionales se deben auscultar para prevenir actividades violentas o agresivas por parte de los niños, debido a que está directamente relacionado los cambios conductuales según el tipo de nutrición que lleve el educando enfatizando que esto varía según el lugar donde vive por su cultura., por eso es importante la relación que hay entre la conducta y la nutrición.

Nutriconducta

En efecto, se debe resaltar la relación directa que existe entre la nutrición y la conducta, la cual surge a raíz de lo que se ingiere, teniendo en cuenta que los productos contienen alto contenido de sustancias químicas que suelen alterar al infante manifestando cambios conductuales reflejándose en comportamientos agresivos, impulsivos, pasivos en donde el primero en verse implicado es el desarrollo multidimensional y con ello el aprendizaje, la Nutriconducta es un término que surge de un importante aporte realizado por el Dr. Dotres (2019) en su tesis doctoral, donde se basó en la teoría fundamentada entrelazando el concepto de nutrición y conducta en una sola palabra.

Es pertinente emplear conceptos sobre la nutrición y el impacto que tiene con el aprendizaje, debido a los diferentes cambios de conducta que se pueden presentar en los educandos, además es importante la implementación de los elementos de la neurociencia en la educación los cuales guían el aprendizaje desde un punto de vista dinámico, complejo donde se interprete el papel fundamental de una educación ajustada a los

requerimientos de la sociedad actual. Por ende, es esencial que los agentes educativos integren en su metodología nuevas técnicas que permitan dar una solución a las necesidades que presentan los estudiantes, mediante la motivación, sincronizando una mejora en la nutriconducta de los infantes.

Gamificación

Ante la temática abordada en la presente investigación, es importante la implementación de nuevas técnicas o estrategias que encajen en dar posibles soluciones, de acuerdo a las circunstancias en las que se presenten. Por tal motivo es que se propone la gamificación como un instrumento que permite sincronizar la relación que existe entre la nutrición, la conducta y el aprendizaje, abarcando cada uno de los factores que intervienen.

La gamificación es una herramienta que facilita el proceso de aprendizaje en el ámbito educativo, con el propósito de obtener mejores resultados en cada uno de los estudiantes; en la actualidad se ha evidenciado la implementación de herramientas innovadoras que ayudan a mejorar el proceso escolar, tanto al docente como al estudiante, mediante este propósito se cita a (Hamari y Koivisto), quienes han publicado en el 2013.

la gamificación tiene como principal objetivo influir en el comportamiento de las personas, independientemente de otros objetivos secundarios como el disfrute de las personas durante la realización de la actividad del juego. La gamificación produce y crea experiencias, crea sentimientos de dominio y autonomía en las personas dando lugar a un considerable cambio del comportamiento en éstas (p. 02).

Considerando lo anterior, al momento de implementar la técnica de gamificación se debe seleccionar, cada elemento que pueda complementar dicha herramienta, teniendo en cuenta el propósito al que se quiere llegar, sin dejar de lado los criterios pedagógicos, la funcionalidad y utilidad que tiene estos instrumentos; debido a lo anterior con Foncubierta y Rodríguez (2014) establecen que:

La conexión de la gamificación con el componente emocional es amplia, de hecho, todo lo que atrapa los sentidos o implica tiene una relación directa con una experiencia de aprendizaje como algo sentido, vivencial y emocionalmente activo. Lo que carece de emoción no llama nuestra atención (p. 04).

Es evidente la relación directa que existe entre la nutrición, la conducta y el aprendizaje en los educandos y es más indudable cuando los niños están en la etapa de preescolar; de acuerdo a lo mencionado con anterioridad en el trascurso del estudio investigativo; cuando se lleva un proceso nutritivo inadecuado causa alteraciones en la conducta, lo que a su vez se ve reflejado en su aprendizaje debido a que si un infante ingiere grandes cantidades de azúcares puede ocasionar dos reacciones, la primera una activación en su sistema nervioso central (SNC) causando que el niño realice varias actividades al tiempo donde no se concentre en ninguna y la segunda reacción es que le de pasividad es decir le de sueño imposibilitándolo a un adecuado aprendizaje.

Por ende, se hace énfasis al Dr. Rusell Blaylock (2012) quien habla de los efectos de la nutrición en el cerebro, haciendo énfasis en los cambios de conducta, debido a que el cerebro consume una gran cantidad de energía metabolizando rápidamente los nutrientes que se ingieren, es por eso que determina que algunas enfermedades como la hiperactividad, Parkinson, la hipoglucemia son causantes de una mala nutrición que

termina por dañar el sistema nervioso central (SNC) a causa de azúcar, colorantes lo que causa la liberación de glutamato uno de los neurotransmisores que hacen que el cerebro valla a toda velocidad.

También es significativo definir algunos conceptos los cuales pueden ser similares a términos empleados en la investigación en curso, pero la verdad es que son totalmente diferentes, el ser humano tiende a confundir el significado entre hambre y apetito, o simplemente piensan que son sinónimos; el hambre es una sensación corporal asociada al déficit de energía en el cerebro, es la forma en la que el organismo le informa al control central que es necesaria la ingesta de alimento para reponer energía; es necesario diferenciar apetito y hambre; Apetito es sinónimo de selectividad, mientras que hambre es tomar lo que se tiene a la mano, no siempre lo que se prefiere, esta al alrededor.

El cerebro es un órgano maravilloso en todo sentido, pero es el más fácil de engañar, es la central del control, que gobierna el circuito del hambre. Tres subsistemas interactúan para regular nuestra ingesta de alimento: el sistema de balance de energía, el de placer y finalmente el sistema de emociones y del estrés. (Punturolleo, 2013, p. 48)

De igual forma sucede con la terminología de alimento, comida y nutriente, lo cual a simple observación se cree que se trata de un concepto igual; no lo es paralelamente si se relacionan al momento que se ejecutan cada proceso pues contribuye al organismo del ser humano; la comida se considera el conjunto de sustancias alimenticias que se preparan y pueden consumirse en diferentes momentos del día o noche como lo es una ensalada, un arroz, una sopa, en cambio el alimento es aquella sustancia que se ingiere para la subsistencia y que no ha sido procesada o preparada entre lo que se encuentra las frutas, las verduras, las hortalizas; por último esta los nutrientes

son las sustancias contenidas en los alimentos que luego de ser digerido por el organismo son extraídos y absorbidas por el cuerpo para su funcionamiento como es el caso de las proteínas, minerales, vitamina A, carbohidratos etc.

Mismamente como con las definiciones anteriores se presenta un poco de confusión, sucede algo similar entre conducta y comportamiento, en ocasiones se tiende a determinar que ambos términos son sinónimos, pero esto es totalmente erróneo, es por ende que se habla que la Conducta es una actividad consciente debido a que el sujeto conoce sus implicaciones y consecuencias. Igualmente, es observable, es decir, que se manifiesta ante otros y también repetible, además se presenta de forma permanente o continua, en cambio el comportamiento es la forma de proceder de cada individuo frente a otros y en función de los estímulos que recibe del entorno. El comportamiento está influenciado por la cultura de la persona, los estímulos que recibe, las creencias y las normas sociales dentro de las cuales se desarrolla el individuo, de acuerdo a lo anteriormente es importante resaltar que el comportamiento no es repetible en cambio la conducta si lo es ante diferentes circunstancias.

En definitiva, si un infante posee un proceso nutritivo inadecuado, se verá reflejado en su conducta y por tal motivo en su aprendizaje; debido a que como cada educando aprende de forma totalmente distinta será más evidente la interrupción en su proceso de enseñanza a causa de los cambios conductuales que produce una mal nutrición, por ello es que se hace referencia como estrategia la implementación de la gamificación tal y como lo define Gibson (cfr. 2013)

Afirma que a la gente le gusta jugar, pero diariamente se enfrenta a actividades carentes de motivación. Desde este punto de vista, la gamificación es un proceso que induce motivación en estas actividades y la educación es, debido a esto, un área con un gran potencial para la aplicación de la gamificación. (p. 35)

De lo anterior resulta necesario mencionar que existe una serie de factores que intervienen en el proceso nutritivo de los infantes; iniciando por el lugar en el que se elaboran los alimentos que diario consumen, la manipulación de las despensas también influye, pero esto se ve relacionado directamente con la cultura y las costumbres que hagan parte del contexto en el que se encuentra el educando. Además, se involucra los hábitos alimentarios que posee cada núcleo familiar, dando origen a que si los patrones de alimentación de los padres de familia son inadecuados los de sus hijos serán igual.

En otra instancia se debe tener en cuenta que, si el proceso de nutrición es inadecuado, se verá reflejado en cambios conductuales, alteraciones emocionales interfiriendo en su desarrollo multidimensional haciendo hincapié en la neurociencia y la neuroeducación, ya que ambas estudian cómo funciona el cerebro para aplicarlo en la enseñanza, es decir si el sistema nervioso periférico (SNP) Y el sistema nervioso central (SNC) se ven afectados; el aprendizaje no será de forma sólida. Es fundamental que se diferencie entre cada uno de los tipos de conducta que puede presentar el estudiante y más si está en la etapa de preescolar.

Referente a lo anterior, se concluye que en el aprendizaje intervienen diversidad de agentes, que pueden ser positivos o negativos como lo es el caso de la nutrición, de tal motivo que repercute de forma directa en el cerebro ocasionando cambios en la conducta, es por eso la esencialidad de crear o diseñar estrategias que estén relacionadas con la

gamificación; debido a que esta es un instrumento viable, innovador a dar pertinentes soluciones.

2.5 Estudio Sincrónico

En el trascurso de la presente investigación se han aludido diferentes conceptos que se integran sincrónicamente, enlazando lo que referencian cada uno de los autores mencionados durante el desarrollo del estudio investigativo en curso; donde se ha evidenciado significativamente que en la Nutrición intervienen diferentes aspectos, entre los cuales están; la Neurociencia, la neuroeducación, el aprendizaje, haciendo parte de una amplia gama de alternativas que pueden ser ajustadas a las falencias que se presentan en los planteles educativos, enfatizando en una nueva línea innovadora atravesando barreras, dando lugar a la construcción de nuevas metodologías, brindando opciones tanto para los docentes y educandos.

También es importante hacer hincapié en las instituciones educativas debido que presentan inconsistencias en alimentación de los estudiantes, los cuales traen en sus loncheras; lo que venden en la cafetería y la del PAE, están lejos de cumplir los parámetros que realizan los teóricos, esto se evidencia notoriamente en que no consumen los nutrientes necesarios acordes a la edad; además el contexto influye en la ingesta alimenticia de los infantes, tal y como lo referencia el Dr. Ariel (2020) en el libro “Educación e inclusión en la pandemia” donde uno de los puntos a tratar está enfocado en la neuronutrición, la conducta, las emociones, el aprendizaje y la salud mental de los infantes; considerando que los procesos mencionados anteriormente son fundamentales durante la etapa inicial de los niños.

En este mismo orden de ideas, se debe mencionar la gamificación como herramienta para mejorar la nutriconducta de los estudiantes a nivel de preescolar, enfatizando desde la familia, lo cultural, lo social para que el proceso de enseñanza se realice de una manera amena, donde la motivación hace parte de esta estrategia, pero el educador deberá emplearla de forma adecuada y pertinente; por tal razón cada uno los aspectos mencionados en el trascurso de la investigación cumplen un rol fundamental en el desarrollo del educando.

De acuerdo a la estrecha relación que hay entre la nutriconducta y el proceso de aprendizaje, es necesario que se trabaje conjuntamente la comunidad educativa con la familia, estos dos aspectos mencionados anteriormente, son la base primordial de la enseñanza de los estudiantes, dado que contribuyen directamente realizando grandes aportes, durante el proceso del desarrollo multidimensional del educando; modificando y adquiriendo nuevos conocimientos, destrezas, habilidades, valores, competencias reflejadas en su conducta y comportamiento.

El rendimiento escolar también se ve involucrado u afectado cuando la nutriconducta presenta alteraciones a causa de una ingesta de alimentos poco saludable o inadecuada para el organismo del infante, dando como consecuencia una falencia en los procesos cognitivos como la atención, la concentración la memoria y la comprensión. Además, la falta de sueño es una consecuencia de un proceso nutritivo inadecuado, accediendo a que las emociones del estudiante estén implicadas en los cambios conductuales y comportamentales; al igual que el tiempo que los niños le dedican al juego, ver televisión, u otras actividades que les restan energía, pero son de importancia para ellos, dejando a un lado las horas de descanso esenciales para su cuerpo. Teniendo

en cuenta que las horas de sueño que debe tener un infante equivalen de 8 a 9 horas, si las horas de sueño del educando disminuyen su reacción ante la velocidad de comprensión en sus actividades diarias; causando un bajo rendimiento académico.

Todas las ideas mencionadas anteriormente y en el trascurso de la investigación son pieza clave en el proceso de enseñanza y aprendizaje del infante; considerando que cada una de ellas contribuye de manera significativa en el desarrollo multidimensional de los niños, por ende, es fundamental que los docentes, los padres de familia y los estudiantes conozcan las causas que conllevan una desinformación acerca de una alimentación consciente.

2.6 Referente Conceptual

El marco conceptual está respaldado por el análisis de las definiciones de varios teóricos que fundamentan el estudio investigativo en curso, pero son los criterios y puntos de vista conceptuales de las autoras, dando lugar a las principales palabras técnicas o más usadas en la investigación, para mayor comprensión de los lectores.

Alimentación: Es una acción voluntaria que el cuerpo necesita para su vital funcionamiento, debido que el organismo del ser humano requiere energía para realizar las diferentes actividades; cabe resaltar que en este término se alude el concepto de hambre, que es aquello se quiere comer estando al alcance del individuo y también se hace referencia al apetito, siendo lo que la persona desea comer de forma específica.

Alimentación Consciente: Es aquella en el que el ser humano tiene la capacidad de discernir cuales alimentos son los adecuados para su organismo y cuales son perjudiciales; es decir existe una sincronización entre la mente y el cuerpo.

Aprendizaje: Es el proceso en el cual se transforman conocimientos, de acuerdo a la disposición en la que se encuentre el ser humano al momento de adquirirlo; teniendo en cuenta que existe dos tipos de memoria; a corto plazo y a largo plazo, los cuales se encuentran conectados al estado emocional del individuo.

Atención: Es el proceso cognitivo que permite seleccionar aquellos estímulos relevantes del exterior, relacionados con la enseñanza y el aprendizaje. En otras palabras, la atención es la capacidad de generar, dirigir y mantener un estado de activación adecuado para el procesamiento correcto de la información.

Azúcares: Es una sustancia endulzante, también considerados la representación más simple de los carbohidratos; además describen una gama de compuestos que varían en su dulzura, como lo es la glucosa, la fructosa, la galactosa, sacarosa entre otras, los azúcares se encuentran de forma natural en los lácteos y las frutas; de forma artificial se halla en los dulces, postres, gaseosas u otros productos que salen constantemente al mercado.

Bebidas Azucaradas: Son bebidas que contienen endulzantes en grandes cantidades, las cuales producen un exceso de azúcar en el cuerpo generando enfermedades como la obesidad, diabetes, afecciones cardiovasculares entre otras, donde la población infantil es la más vulnerable.

Carbohidratos: Son alimentos que proporcionan al cuerpo energía, hacen parte de la pirámide alimenticia, debido a que su consumo es importante para el organismo porque posibilita una fuente de nutrición necesaria para el ser humano.

Cerebro: Es un de los principales órganos del ser humano, cuya función es transformar la información y los estímulos del exterior, dada la división interna que lo

constituye; el lóbulo frontal, es el encargado de la motricidad; el lóbulo parietal se encarga de integrar la información sensorial, lóbulo occipital es el responsable de la visión y el lóbulo temporal se ocupa de la audición, además también está integrado por el sistema nervioso central y el periférico.

Codex Alimentarius: Es una entidad encargada de regular y establecer normas para estandarizar los componentes que deben llevar los alimentos procesados o envasados al momento de ser distribuidos, estas reglas fueron creadas con el fin de contribuir al mejoramiento de la salud a nivel mundial.

Colorantes Artificiales: Son un tipo de colorante adictivo que están presente en los productos procesados, diversos estudios han confirmado que son causantes de diversas alteraciones en la salud del ser humano.

Comida: Es el conjunto de alimentos que se preparan y pueden consumirse en diferentes momentos, proporcionando nutrientes al organismo.

Comportamiento: Es la acción que está vinculada con la cultura del ser humano y que se ve reflejada en como proceden frente diversas circunstancias relacionadas con el entorno en el que se encuentre dando respuesta a los estímulos externos.

Concentración: Es un proceso mental en el cual se realiza mediante el razonamiento, donde se centra voluntariamente toda la atención sobre un objetivo o actividad. Su base es el analizar, comparar, resolver, contribuyendo al proceso de enseñanza y aprendizaje.

Conducta: Es el actuar de una persona frente a determinados estímulos, se encarga de reflejar lo que se piensa, la cual conoce sus implicaciones y consecuencias de

sus actos. Sus acciones son repetitivas constantemente; también es importante destacar que presenta diferentes tipologías de acuerdo a las características conductuales que pueda presentar la persona, entre los cuales está el agresivo, pasivo, social, asocial; entre otras.

Contexto Sociocultural: Es el espacio o el lugar donde el ser humano interactúa cotidianamente, involucrando sus creencias, costumbres, su cultura contribuyendo a la sociedad de forma activa; además intervienen los factores económicos, políticos, ecológicos y tecnológicos, permitiendo una interacción e intercambio de culturas; lo cual hace parte directamente del proceso de aprendizaje y los estilos de vida saludables que manifiestan las personas.

Dieta Saludable: Es aquella que se concibe de manera consiente sobre la proporción adecuada que el cuerpo necesita de forma continua, respetando el intervalo que existe entre una comida y otra. Ingeriendo alimentos ricos en vitaminas, nutrientes, proteínas y minerales.

Emociones: Es un estado voluntario e involuntario relacionado con las percepciones del mundo exterior, es decir son respuestas acordes a las necesidades que puede presentar la persona según las circunstancias en las que se encuentre como un suceso, recuerdo, una acción e infinidad de acontecimientos.

Escuela: Establecimiento educativo, conformada por un conjunto de docentes y estudiantes; siendo esta una institución en donde se imparten conocimiento generando un proceso de enseñanza y aprendizaje de forma significativa, también influyen en la formación de hábitos saludables en los educandos para el mejoramiento de su nutrición y calidad de vida.

Familia: Es la base sólida de la sociedad, conformada por valores, principios éticos y morales que contribuyen a la formación de personas integra, comprometidas, emprendedoras; con el tiempo se han presentado diversas transformaciones al concepto de acuerdo a los cambios presentes en la sociedad según la cultura, las costumbres, y el contexto en el que se desenvuelven. Es importante resaltar que la familia es quien educa en normas, disciplina y formación de una alimentación adecuada, además hoy en día existen diferentes tipos de familias, según las variadas características que presentan distintas a la familia nuclear.

Formación De Estilos De Vida Saludable: Es fomentar a través de los diferentes espacios tales como, instituciones educativas, establecimientos sociales, el contexto familiar u otro lugar en el que contribuya a la formación de estilos y hábitos alimenticios que benefician al cuerpo manteniendo una conducta y un buen proceso de enseñanza y aprendizaje.

Gamificación: Es una técnica innovadora, que busca modificar la adquisición de conocimientos en los infantes a través del mecanismo del juego activando en el educando la motivación para facilitar el proceso formativo con el fin de conseguir mejores resultados.

Hábitos Alimenticios: Es un estilo de vida, en el cual la persona ingiere alimentos saludables, donde intervienen sus costumbres, la cultura y el entorno en el que se encuentran; proporcionando una mejor calidad de vida mediante un proceso nutritivo consciente.

Motivación: Es aquella fuerza que motiva a ser humano a realizar aquellas acciones, metas o logros por cumplir, además, está asociada a la voluntad y al interés. En otras palabras, puede definirse a la como la voluntad que estimula a hacer un esfuerzo con el propósito de alcanzar ciertas metas

Neurociencia: Es un campo de la ciencia que se encarga de estudiar el funcionamiento del cerebro, y como se relaciona con el aprendizaje debido que se involucra procesos como el lenguaje, la inteligencia, la creatividad, memoria, conciencia, empatía, entre otras conductas sociales observables. También hace referencia a que las emociones son cruciales para aprender por muy mínimo que sea, se sabe que el cerebro es dinámico y las aptitudes hacen parte de las competencias o los procedimientos.

Neuroeducación: Es la disciplina que se encarga de la integración de la educación con los procesos que ocupan el desarrollo neurológico. Es importante destacar que la neuroeducación es una nueva línea que está enfocada en los procesos de enseñanza y aprendizaje, teniendo en cuenta que el educador es el primero en reestructurar su metodología para poder guiar al estudiante en la adquisición de conocimiento.

Nutrición: Es la relación directa que hay entre la nutrición con la conducta; la cual nace a raíz de lo que se ingiere, teniendo en cuenta que los productos contienen alto contenido de sustancias químicas que suelen alterar al infante manifestando cambios conductuales.

Nutrientes: Los nutrientes son elementos que se encuentran en los alimentos; estos participan de forma activa en las reacciones metabólicas necesarias para el funcionamiento del organismo, contribuyendo con una dieta equilibrada y variada para una adecuada nutrición.

Rendimiento Escolar: Es un proceso evaluativo en el cual se define el aprendizaje de los educandos es adecuado y pertinente, sin falencias, pero también permite observar que nuevas metodologías se pueden implementar de acuerdo a las nuevas necesidades que se puedan presentar en los estudiantes.

Zona Rural: Es aquel espacio rodeado por naturaleza en su amplitud, donde se caracteriza por su armonía, tranquila, cuya cultura de sus habitantes es cosechar sus propios alimentos sin que presenten tanta contaminación por parte de conservantes ni colorantes que sean perjudiciales para su salud.

Zona Urbana: Lugar geográfico rodeado por edificios, urbanizaciones, comercios, industrias, empresas, donde se caracteriza por la constante contaminación en el ambiente por los medios de transporte como el automóvil, se visualiza poco la naturaleza, la cultura de las personas en cuanto su alimentación es comprar los alimentos enlatados, procesados, embutidos entre otros que de alguna manera hacen daño al organismo.

2.7 Plan De Acción

Propuesta: Avatars y Avengers Educativos: Nutriconducta-Aprendizaje-Gamificación.

Presentación

En primera instancia, se hace mención del Título y el plan de acción de la propuesta. Tal y como se ha expuesto hasta ahora, procura resolver esencialmente el problema fundamental del estudio: a) LA GAMIFICIÓN Y LA NUTRICONDUCTA EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE DE LOS NIÑOS DE PREESCOLAR; De allí se elaboró una work strategy denominada: “AVATARS Y AVENGERS EDUCATIVOS: NUTRICONDUCTA-

APRENDIZAJE-GAMIFICACIÓN”. Esta propuesta se basó en los aportes realizados por el Dr. Mercola, la Dra. Rapp, Gottman y la Dra. Steed, los cuales concuerdan en la relación que existe entre la nutrición, la conducta y el aprendizaje de los niños en su desarrollo multidimensional, además se apoya en la nueva línea que intervine en los procesos de enseñanza; llamada neurociencia y neuroeducación, las cuales enfatizan en como el cerebro interviene a través de los estímulos del exterior, transformándolos en acciones positivas o negativas. Con este tema se espera la transformación del pensamiento sobre la importancia que existe entre la nutrición en el proceso de enseñanza y aprendizaje, debido que las alteraciones en la conducta son consecuencias de una ingesta de alimentos no aptos para el organismo, afectando directamente las funciones del cerebro; por tal motivo es que los planteles educativos deben tener conocimiento de los efectos que conlleva un proceso nutritivo inadecuado por parte de los educandos y es su deber formar, educar, modificar aquellos hábitos alimenticios.

PLAN DE ACCIÓN

OBJETIVOS	ACTIVIDAD	ACCIONES-CONTENIDO	RECURSOS	RESPONSABLES	FECHA TIEMPO
<p>Identificar el conocimiento de los docentes, los padres de familia y los educandos sobre la alimentación.</p>	<p>Cuento: “Música En El Plato”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación en diapositivas sobre el porqué una mala nutrición produce alteraciones en la conducta reflejados en el proceso de enseñanza y aprendizaje. • Aplicación del método Goodman en la lectura sobre los alimentos. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Talento Humano. ✓ Ilustraciones ✓ Cuentero ✓ Caritas felices ✓ Micrófono ✓ Parlantes. ✓ Sillas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dora Ovalles • Leidy Gaitán • Milena Lindarte 	<p>09/11/2020</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Exposición sobre las consecuencias que contraer tener una ingesta alimenticia inadecuada en los infantes. (45 minutos) <p>Primera jornada: Narración de manera ilustrativa (30 minutos).</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Segunda jornada: indagación sobre los alimentos ingeridos durante el

		<ul style="list-style-type: none"> • Observación de la ingesta alimenticia de los docentes e infantes durante el receso. 			descanso (45 minutos).
	Video: “El Monstruo De Los Alimentos”	<ul style="list-style-type: none"> • Plataformas virtuales como herramienta educativa. • Interpretar el comportamiento de los infantes en la proyección del video. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Computador ✓ Micrófono ✓ Video Beam ✓ Sillas ✓ Participación ✓ Motivación ✓ Video: El gran monstruo. ✓ Parlantes 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dora Ovalles ✓ Leidy Gaitán ✓ Milena Lindarte 	<p>11/11/2020</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Primera sesión: Observación del video (20 minutos). ✓ Segunda sesión: Analizar la participación de los educandos durante el rodaje del video (30 minutos).
		<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de una entrevista dirigido a 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Talento humano. ✓ Colores. ✓ Crayolas 	<ul style="list-style-type: none"> • Dora Ovalles • Leidy Gaitán • Milena Lindarte 	<p>13/11/2020</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Primera fase: Entrevista a padres de

	“Mis Alimentos Saludables”	padres de familia, docentes y estudiantes. <ul style="list-style-type: none"> • Elaboración de un taller lúdico para los educandos. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fichas ✓ Sillas. ✓ Mesas. ✓ Lapiceros ✓ Concentración ✓ Atención ✓ Participación 		<p>familia (15 minutos).</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Segunda fase: Entrevista a docentes (15 minutos). ✓ Tercera fase: Entrevista a los educandos (25 minutos). ✓ Fase final: En casa realización de dibujos sobre los alimentos saludables (infantes).
Desarrollar actividades lúdico pedagógicas que contribuyan a la formación de hábitos alimenticios en los educandos, los docentes y los	“Mis Gustosos Vegetales Y Mis Coloridas Frutas”	<ul style="list-style-type: none"> • Luvia de ideas por parte de los infantes sobre que saben de los vegetales y las frutas. • Exposición sobre los beneficios que proporciona 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Cartelera ✓ Imágenes. ✓ Talento Humano. ✓ Micrófono ✓ Baffle. ✓ Motivación ✓ Participación. ✓ Tablero. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dora Ovalles • Leidy Gaitán • Milena Lindarte 	<p>16/11/2020</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Primer ciclo: percepción de los niños sobre los vegetales y frutas (25 minutos.) ✓ Segundo ciclo: explicación sobre la importancia

<p>padres de familia creando una conciencia alimenticia.</p>		<p>n los vegetales, las hortalizas, las legumbres y frutas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participación de los padres de familia y los educandos sobre que vegetales consumen con frecuencia, además cuales son las frutas que más les apetece. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Marcadores. ✓ Sillas. ✓ Folletos. ✓ Carteleros. 		<p>de ingerir legumbres, hortalizas, frutas y vegetales. (40 minutos).</p> <p>✓ Tercer ciclo: trabajo en equipo padres e hijos sobre que vegetales y frutas ingieren con frecuencia. (mímica). 40 minutos.</p>
		<ul style="list-style-type: none"> • Explicación sobre los diferentes alimentos que son necesarios para el cuerpo y su 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Talento Humano. ✓ Imágenes. ✓ Pirámides. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dora Ovalles • Leidy Gaitán • Milena Lindarte 	<p>18/11/2020</p> <p>✓ Primera fase: collage de imágenes sobre la función que hace cada</p>

	<p>“Encuentra Los Alimentos Mágicos”</p>	<p>función mediante imágenes de la vida real.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realización del juego “Alimentos perdidos” en donde deberán ubicar los alimentos según correspondan en la pirámide. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Participación. ✓ Disciplina. ✓ Mesas. ✓ Cinta pegante. ✓ Carteles . 		<p>alimento en el organismo. (40 minutos)</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Segunda fase: ejecución de la actividad lúdica de los infantes. (40 minutos)
	<p>“Alimenta los Avengers”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajo grupal de los educandos armando un rompecabezas sobre lo que deben comer los Avengers. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Imágenes. ✓ Video bean. ✓ Parlantes. ✓ Computador. ✓ Cartulina. ✓ Rompecabezas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dora Ovalles • Leidy Gaitán • Milena Lindarte 	<p>20/11/2020</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Actividad grupal de los infantes. (30 minutos.) ✓ Crea en casa con ayuda de tus papas un nuevo Avengers y

		<ul style="list-style-type: none"> • Ejecución del juego “Los comelones” donde los infantes mediante imágenes decidirán qué tipo de alimentos es pertinente. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Motivación. ✓ Talento humano. ✓ Mesas. ✓ Sillas ✓ Hojas de papel. ✓ Marcadores. ✓ Cinta. ✓ Participación. 		<p>que alimentos va a consumir para que sea fuerte.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Realización del juego de los comelones. (50 minutos).
<p>Cotejar mediante los elementos de la gamificación si se produjo un mejoramiento en la nutrición y aprendizaje.</p>	<p>“Cocina Con Los Chefs”</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Realización de una mini obra teatral sobre los productos necesarios y saludables para elaborar su 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Imágenes. ✓ Talento Humano. ✓ Fomi. ✓ Cierre mágico, ✓ Sillas. ✓ Participación 	<ul style="list-style-type: none"> • Dora Ovalles • Leidy Gaitán • Milena Lindarte 	<p>22/11/2020</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Primera sección: realización de la representación teatral (1 hora).

		receta. (Padres- hijos- docentes) <ul style="list-style-type: none"> • Ubica los alimentos adecuados en los sombreros de los chefs que sean desordenado por un fuerte ventarrón. (educandos) 	✓ Motivación. ✓ Mesas. ✓ Telón.		✓ Segunda sección: taller lúdico con los infantes. (45 minutos).
--	--	---	---------------------------------------	--	---

Elaborado por: Ovalles; Gaitán; Lindarte (2020)

2.8 Bases Legales

En el presente trabajo, en primera instancia toma como referencia lo establecido en la agenda 2030 para el desarrollo sostenible, donde los Estados que son miembros de las Naciones unidas aprobaron esta resolución la cual es considerada un desafío de gran magnitud mundialmente, esta cuenta con 17 objetivos y 169 metas. La investigación hace referencia al objetivo número tres Salud y Bienestar. El propósito de este objetivo es

garantizar y promover una vida sana para todas las edades. Es por ello que se hace referencia a:

La Organización Mundial De La Salud:

✚ Estrategia Mundial para la Salud de la Mujer, el Niño y el Adolescente (2016-2030): la cual establece la supervivencia y el bienestar de la mujer, el niño y el adolescente. Surgió esta propuesta como respuesta a la cantidad de niños, adolescentes y mujeres que no cuentan con los servicios sanitarios adecuados, y entre estos esta la alimentación. Pues todo ser humano tiene el derecho de tener equidad a llevar una vida sana, saludable.

✚ Estrategias de la FAO (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura): donde establecen la importancia de modificar y transformar el sistema alimentario en todos los sectores, dando prioridad a la madre en lactancia y la primera infancia.

UNICEF:

Una buena nutrición es la base de la supervivencia, la salud y un desarrollo infantil pues Los niños que están bien alimentados tienen mejor preparación para crecer y aprender, para participar en las comunidades y colaborar con ellas, así como para resistir posibles enfermedades, desastres y otras crisis globales.

UNESCO:

En el transcurrir de los últimos años se evidencio la importancia de una alimentación sana en el aprendizaje efectivo de los estudiantes. El programa de la seguridad alimentaria

en América Latina este acuerdo entre la UNESCO y la FAO permitirá unir fuerzas para mejorar el acceso a alimentos suficientes y saludables para los jóvenes.

En otra instancia la educación colombiana permite llevar a cabo todo tipo de actividades y proyectos investigativos que pretenden mejorar su calidad, por tal motivo cada trabajo a implementar debe estar fundamentado en unas normas que regirán la acción de lo que se investiga, las cuales son necesarias para la formación de ciudadanos de calidad y comprometidos con el país.

Es por ende que se menciona la Constitución Política de Colombia en su **Artículo 1º**: “Colombia es un estado social de derecho, organizado en forma de república unitaria, descentralizada, con autonomía de sus entidades territoriales, democrática, participativa y pluralista, fundada en el respeto de la dignidad humana, en el trabajo y solidaridad de las personas que la integran y en la prevalencia del interés general”. Antes de identificar al estudiante y el docente por lo que realizan, se debe enfocar en la persona como un ciudadano que pertenece a una sociedad autónoma que lo respeta y hace prevalecer sus derechos por encima de cualquier cosa.

De igual forma en el **Artículo 27**: “El Estado garantiza las libertades de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra”. Cada Plantel Educativo junto con sus docentes serán libres de enseñar sus materias o dar las explicaciones de la forma en que lo crean más conveniente, ellos podrán escoger la forma en que quieren enseñar y como lo harán para que sus estudiantes puedan aprender.

Por su parte el **Artículo 67**: “La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento,

a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura”. Todo infante en el momento que ingresa a estudiar tendrá unas Instituciones a su disposición para que lo haga de acuerdo a los criterios de los padres de familia, así mismo allí será formado en valores, en donde se le inculcarán normas de convivencia y paz. El Estado, la sociedad y la familia son responsables de la educación, que será obligatoria entre los cinco y los quince años de edad y que comprenderá como mínimo, un año de preescolar y de educación básica.

También es importante resaltar el **Artículo 44**: El cual establece los derechos fundamentales de los niños y las niñas pronunciándose sobre los derechos a alimentación equilibrada, a la educación y cultura, entre otros. Donde se tiene en cuenta que el Estado y la sociedad deben garantizar estos derechos, para el desarrollo de estrategias de entornos saludables.

Ley 115 De 1994 (Ley General De Educación En Colombia):

Se establecen aquellas normas generales para que la educación cumpla una función social acorde con las necesidades e intereses de las personas, de la familia y de la sociedad, fundamentada en el derecho a la educación, la libertad de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra y en su carácter de servicio público. Igualmente, esta misma ley plantea los fines de la educación, para la formación de un ciudadano participativo, justo, solidario; equitativo y tolerante, con capacidad crítica, reflexiva y analítica que pueda apropiarse de los bienes y valores de la cultura y adquirir los conocimientos de la ciencia y de la técnica.

ARTICULO 5: *Fines De La Educación:* Expresa el pleno desarrollo de la personalidad, la formación en el respeto a la vida y los demás derechos humanos, formación en el respeto a la autoridad legítima y a la ley, adquisición y generación de los conocimientos científicos y técnicos más avanzados, estudio y comprensión crítica de la cultura nacional, acceso al conocimiento, la técnica y demás bienes, la creación y fomento de una conciencia de la soberanía nacional, el desarrollo de la capacidad crítica, reflexiva y analítica; la adquisición de una conciencia para la conservación, protección y mejoramiento del medio ambiente, de la calidad de la vida, la formación para la promoción y preservación de la salud.

LEY 1355 DE 2009 (COLOMBIA) MINISTERIO DE SALUD: Mediante esta se define la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles asociadas a esta como una prioridad de salud pública y se adoptan medidas para su control, atención y prevención.

Artículo 4: Indica las estrategias para promover una alimentación balanceada y saludable. Los diferentes sectores de la sociedad impulsarán una alimentación balanceada y saludable en la población colombiana. En este grupo se encuentran la disponibilidad de frutas y verduras desde los establecimientos educativos públicos y privados. Así mismo fomentar una alimentación balanceada y saludable, de acuerdo con las características culturales de las regiones de Colombia.

Artículo 9: Promueve una dieta balanceada y saludable, donde se establecerá cuáles son los mecanismos para evitar el exceso o deficiencia en los contenidos, cantidades y frecuencias de consumo de aquellos nutrientes tales como ácidos grasos, carbohidratos, vitaminas, hierro y sodio, entre otros que perjudiquen a una buena y adecuada salud.

Artículo 11: La regulación del consumo de alimentos y bebidas en centros educativos. Las instituciones educativas públicas y privadas que suministren el servicio de alimentación de manera directa o a través de terceros, deberán ofrecer una diversidad de alimentos que cubran las necesidades nutricionales de su comunidad; velando por la calidad de los alimentos que se ofrecen en las instituciones.

Artículo 13: Estrategias de información, educación y comunicación. El Ministerio de la Protección Social y el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) adelantarán actividades educativas y acciones que propendan por ambientes saludables dirigidos a promover la alimentación balanceada y saludable de la población colombiana en especial de niños y adolescentes”.

RESOLUCIÓN N.2248 del 30 de julio de 2018: En el cual se reglamentan las Cuentas Maestras del Programa de Alimentación Escolar, en el Artículo 3 señala que los Departamentos deberán dar apertura a una Cuenta Maestra para administrar los recursos destinados a la Alimentación Escolar, y los distritos y municipios administrarán los recursos destinados a financiar la Alimentación Escolar en una Cuenta Maestra de asignación especial apertura en los términos de la Resolución 4835 de 2015.

LEY 1098 DE 2006, CÓDIGO DE INFANCIA Y ADOLESCENCIA EN COLOMBIA: Donde se establece los mecanismos de protección de los niños, niñas y jóvenes de 18 años y en seguridad alimentaria planteó en su artículo 8 sobre la obligación de todas las personas a garantizar la satisfacción integral y simultánea de todos sus Derechos Humanos, que son universales, prevalentes e interdependientes por el “Interés superior de los niños y las niñas y los adolescentes” y el artículo 24 sobre el “Derecho a los alimentos expresa“. Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho a los

alimentos y demás medios para su desarrollo físico, psicológico, espiritual, moral, cultural y social, de acuerdo con la capacidad económica del alimentante. (República de Colombia, 2006)

CAPÍTULO III

Marco Metodológico

En el presente capítulo se encontrará el enfoque de la investigación, mediante qué paradigma se realiza la investigación, además se describirá la metodología que se emplea y que instrumentos son pertinentes, durante la ejecución de la investigación de acuerdo a los informantes clave a trabajar. También se evidenciará la guía de observación la cual es indispensable en el trascurso del estudio investigativo, dado que permite la ejecución de diario de campo, de la entrevista semiestructurada y la encuesta de valoración de la aplicación de la propuesta como herramientas de recolección de datos.

3.1 Enfoque Epistemológico

La presente investigación se desarrolla mediante un enfoque epistemológico interpretativo; Los fundamentos filosóficos del paradigma postpositivista se encuentran en el empirismo y realismo especialmente las escuelas del realismo científico y crítico, estas escuelas afirman la existencia de cosas reales independiente de la conciencia; lo que le atribuye Gonzales (2010) “La Epistemología Cualitativa defiende el carácter constructivo interpretativo del conocimiento, eso implica una comprensión del conocimiento como producción y no como apropiación lineal de una realidad presentada ante el investigador” (p. 67) es por eso que se determina que el enfoque cualitativo de la

investigación pone una concepción global postpositivista, hipotética-deductiva, subobjetiva, particularista y orientada a los resultados para explicar ciertos fenómenos.

El paradigma cualitativo es definido por los siguientes autores de esta manera: Según Ferreres, V y Gonzales, Á (2006), “el postpositivismo que todo conocimiento científico se basa sobre la experiencia de los sentidos sólo puede avanzarse mediante la observación y las experiencias, asociadas al método científico” (p.35) En tal sentido, el postpositivismo se basa en el concepto “subjetivo”, lo que representa las percepciones y actitudes personales, frente a perspectivas teóricas, postulados, reemplazando así al concepto de objetividad presente en el positivismo, para Martínez (1998):

La ciencia no alberga ningún absoluto ni verdad final alguna. Tiene sus comienzos en compromisos con postulados y presupuestos, los cuales serán modificados en la medida en que nuevos hechos contradigan las consecuencias derivadas de ellos. La ciencia tendrá problemas eternos, pero no podrá dar respuestas eternas. (pág. 27).

De acuerdo a lo mencionado por los dos autores anteriormente se hace referencia que este paradigma para las ciencias del comportamiento una herramienta de gran valor, debido que posee un enfoque multimetódico, dando lugar a un acercamiento interpretativo y naturalista del objeto de estudio.

En la misma línea de lo citado en los párrafos anteriores se considera que el objetivo principal del enfoque cualitativo es la interpretación y comprensión de los hechos, de la realidad en un momento determinado; es decir se observa la realidad desde todos los puntos de vista donde se considera que existe un contexto fuera que debe ser estudiado, capturado y entendido; enfatizando el descubrimiento con la verificabilidad de las teorías con lo que se enfrenta en la actualidad. En consecuencia, esté método parte de

que el ser humano es interpretativo por naturaleza, no existe método científico, no puede existir una sola interpretación, siempre va preexistir otras interpretaciones.

3.2 Método Investigativo

En el estudio investigativo se implementará bajo la metodología de la investigación acción pedagógica, donde el investigador es el maestro; el cual mediante las observaciones crea un sistema de ideas, conceptos, hipótesis, generalizaciones y postulados sobre la implementación de nuevas estrategias en el campo de la enseñanza y la formación, es decir, hace uso de diferentes herramientas que permitan abarcar las necesidades de la población educativa. Este sistema se construye desde la indagación sobre la experiencia educativa, la reflexión filosófica y un estudio lógico realizado por pedagogos que se han interesado en la educación y en sistematizar su objeto y método que cumpla con las necesidades del objeto a estudiar.

De acuerdo con lo anterior Restrepo Gómez (2007) hace énfasis a una variante sobre la investigación acción pedagógica, donde hace mención de tres fases que hacen parte de este modelo orientador, con el fin de transformar la práctica y buscar su mejora permanentemente; el docente investigador es protagonista de primer orden en la formulación, desarrollo y evaluación de su estudio. La primera fase es denominada deconstrucción, la cual consiste en el análisis del contexto o el campo en el que se desarrolla la investigación, es un proceso que trasciende la misma crítica, que va más allá de un autoevaluación de la práctica para entrar en diálogos más amplios con componentes que explican la razón de ser de las tensiones que la práctica enfrenta, esta primera fase cumple con los dos primeros objetivos específicos que se plantaron en el estudio investigativo en curso, debido que hace referencia al conocimiento y la comprensión de la

práctica esbozando los fundamentos teóricos que complementan la investigación presente.

En este mismo orden de ideas está presente la reconstrucción, la cual es la segunda fase del método, es la propuesta con posibles alternativas a dar soluciones, lo cual se debe al conocimiento ya de las falencias, las características y las fortalezas encontradas en el análisis realizado en la desconstrucción; dando la oportunidad de crear una nueva perspectiva o respuesta al objeto de estudio que permita ese cambio requerido, aludiendo como estrategia la innovación en la herramienta a implementar con el fin de transformar aquellos aspectos débiles, inefectivos, ineficientes empleados en otras ocasiones; permitiendo que el educador también sea un aprendiz de su práctica pedagógica, y por último esta la tercera fase, evaluación de la práctica como bien su nombre lo dice es aquella validación sobre la efectividad de la propuesta establecida para dar esa transición de mejoramiento ante lo expuesto en la práctica pedagógica. Es importante destacar que las dos últimas fases están reflejadas en el tercer y cuarto objetivo del estudio investigativo.

3.3 Escenario De Investigación

El estudio investigativo presente comprende tres escenarios, en investigación se define escenario a una descripción parcial del comportamiento de la aplicación en un momento específico; la implementación de escenarios involucra identificar distintas situaciones y describir la acción a llevar a cabo; los cuales son de gran ayuda en el momento de especificar requerimientos, es decir hace referencia a la ecología de la investigación; lo que significa, es el ambiente o medio socio geográfico donde se va a realizar ésta y de donde van a salir los informantes clave a fin de obtener los datos

necesarios para la investigación. En este caso, se delimita un espacio geográfico cultural que será el ámbito donde se moverá el investigador para llevarla a efecto.

En este mismo orden de ideas Martínez (2000) define “El escenario investigativo es aquel donde existe la comunicación entre el contexto y el ser humano, dado que consiste en la descripción específica de los problemas, dando a conocer como las personas entienden la situación de su entorno” (p. 47) de acuerdo a lo que dice el autor anterior, en investigación los escenarios permiten dar una perspectiva diferente sobre como la cultura en cada uno del contexto, por eso es que se hace mención sobre tres entornos diferentes, para que se evidencie que tipo de ingesta alimenticia presentan los infantes en una institución Privada, Pública y una en la zona rural, para identificar si presentan alteraciones en su conducta y bajo rendimiento escolar.

3.4 Informantes Clave

Cuando se efectúa una investigación desde el paradigma interpretativo, el investigador debe estar encaminado no solamente a la adquisición de información, sino a aprender de experiencias, puntos de vista de otras personas, valorar procesos y crear teorías desde la perspectiva de los informantes. El autor o los investigadores deben buscar entender el fenómeno desde todas sus representaciones, para lograr esto implementará recursos académicos y personales para incursionar en el mundo de las personas involucradas; dado que esto se convertirá en clave para su investigación; por tal motivo es que el informante al comienzo de la investigación puede ayudar al indagador a tener una idea clara de los temas pertinentes, por ende, el investigador puede desarrollar preguntas para discutir las en grupo o individual, identificar temas, captar algunas observaciones, y así sucesivamente. Antes de hacer referencia a la selección de los

informantes, es importante destacar el porqué de los informantes en una investigación de paradigma interpretativo, aludiendo las palabras de Sánchez (2012),

Son aquellas personas que, por sus vivencias, capacidad de empatizar y relaciones que tienen en el campo pueden apadrinar al investigador convirtiéndose en una fuente importante de información a la vez que le va abriendo el acceso a otras personas y a nuevos escenarios. (p.56)

De acuerdo a lo citado anteriormente los informantes clave son de suma importancia ante una investigación de carácter cualitativo; porque permiten al investigador observar diferentes realidades interpretando la experiencia y los mecanismos de comunicación ante los distintos significados sociales que puede presentar un fenómeno; en este mismo orden de ideas en el estudio investigativo en curso se selecciona los informantes clave a los docentes, padres de familias y estudiantes de los grados de preescolar, debido que son los directos participantes ante el objeto de la investigación; dando información pertinente, necesaria para los indagadores sobre el tipo de alimentación que llevan los educandos, y como repercute en su aprendizaje, si presentan bajo rendimiento académico, o si es variante su conducta, su selección implica decisiones muestrales obtenidas, en el momento en que se planea el estudio y se complementan durante la práctica.

También es importante resaltar que para la selección de los informantes clave, dependieron de los tres escenarios en lo que desarrollará la investigación, los cuales tienen que ser congruentes los unos con los otros; dado que la perspectiva de los diferentes participantes es diversa pero mantiene el mismo foco direccional, es decir permite a los investigadores indagar sobre el fenómeno social de manera amena, analítica y crítica; dando lugar a una mejor interpretación de la información recolectada.

3.5 Técnicas De Recolección De Datos

La recolección de datos hace referencia a la implementación de una gran diversidad de técnicas y herramientas que pueden ser utilizadas por el investigador para desarrollar los sistemas de información, es por ende que el estudio investigativo emplea instrumentos de recolección de datos como la entrevista, la encuesta, el diario de campo , la observación, Todas estas técnicas se aplicarán en un determinado momento, con la finalidad de buscar información pertinente y necesaria para la investigación . En la presente se trata con detalle cada una de las técnicas de recolección de datos mencionadas anteriormente.

Diario De Campo

Es uno de los instrumentos que día a día permite sistematizar las prácticas investigativas; con la finalidad de enriquecerlas y transformarlas. Según (Bonilla y Rodríguez ,1997) “el diario de campo le otorga al investigador monitorear permanente del proceso de observación, lo cual es útil al indagador donde toma nota de aspectos que considere importantes para organizar, analizar e interpretar la información que está recogiendo”. (p. 84) por eso mismo se establece que el diario de campo aborda tres aspectos fundamentales: La descripción, argumentación e interpretación.

Por consiguiente, la descripción consiste en puntualizar de la manera más objetiva el contexto donde se desarrolla el estudio investigativo; en esta parte también se narra brevemente las relaciones y situaciones de los sujetos en ese contexto y esa cotidianidad, es decir no fijarse en un simple contar que objetos hay, como están ubicados y que

características tiene el lugar, al contrario, se debe describir con sentido de investigación ese lugar respondiendo qué relación tiene éste con la situación objeto a analizar.

En segunda instancia se encuentra la argumentación, cuya finalidad es la profundizar las relaciones y situaciones que se han descrito en la descripción. Cuando se argumenta es necesario hacer uso de la teoría, es decir es dar la razón o por qué del diario de campo, de esta manera se pueda comprender como funcionan esos elementos dentro del problema u objeto de estudio, en este sentido, esos aspectos adquieren mayor relevancia en la indagación o investigación que se desarrolla. Y por último se refiere a la interpretación, la cual es la parte más compleja de las tres debido que hace énfasis en dos factores: la comprensión y la interpretación. Se necesita argumentar desde la teoría, este aspecto hay que mezclarlo con la experiencia vivida en la práctica para poder comprender e interpretar qué sucede. Ver (**Anexo 1**)

Guía De Observación

La observación es una técnica apropiada para el investigador en su proceso de investigación, por esa razón consiste en observar a las personas cuando efectúan su trabajo, es un instrumento de análisis de los hechos donde el indagador participa activamente actúa, como espectador de las actividades llevadas a cabo por una persona para conocer mejor su contexto. Su propósito es múltiple, dado que el investigador determina qué se está haciendo, cómo se está haciendo, quién lo hace, cuándo se lleva a cabo, cuánto tiempo toma, dónde se hace y por qué se hace; Según Ortiz (2004),

la guía de observación es un instrumento de la técnica de observación; su estructura corresponde con la sistematicidad de los aspectos que se prevé registrar acerca del objeto. Este instrumento permite registrar los datos con

un orden cronológico, práctico y concreto para derivar de ellos el análisis de una situación o problema determinado. (p. 75)

El diseño de la guía de observación se presenta en ver (**Anexo 2**).

Entrevista

La entrevista es un elemento fundamental en la vida contemporánea, aún más cuando se desea saber las razones del objeto de estudio, desde el punto de vista de la metodología interpretativa es una forma específica de interacción social que tiene como finalidad recolectar datos para una investigación. El investigador enuncia preguntas a las personas capaces de contribuir con información de interés, estableciendo una conversación peculiar, asimétrica, donde una de las partes busca recoger información y la otra es la fuente de esas indagaciones, es por eso que se hace referencia a Hurtado (2008) “la técnica de entrevista es la información que se recoge solicitándola a otra persona. El investigador no puede tener la experiencia directa del evento; es otro quien la tiene, la información se obtiene dialogando.” (p. 154). Se hace uso de la entrevista de una forma totalmente semiestructurada, debido a la complejidad de la temática, pero de modo que las preguntas se concierten abiertas para mayor facilidad y entendimiento del tema para los entrevistados; ya que estos no tienen gran conocimiento sobre el tema.

Entrevista Semiestructurada

Las entrevistas semiestructuradas brindan al investigador una estructura considerable para explorar a los encuestados, además se debe tener una organización básica, de igual manera si se tratará de una conversación guiada entre investigadores y entrevistados, existe flexibilidad; teniendo en cuenta el orden, el investigador puede seguir cualquier idea o aprovechar creativamente toda la entrevista. La mejor forma de utilizar

una entrevista semiestructurada es cuando el investigador no tiene tiempo para realizar una investigación y requiere información detallada sobre el tema, en este orden de ideas se destaca el aporte de Diaz Martínez (2004):

La técnica de entrevista semiestructurada, por su carácter conversacional que desde el interaccionismo simbólico se recomienda a fin de que no oprimir a las personas participantes, generando un ámbito coloquial que facilita la comunicación entre quienes interactúan, sabiendo que no hay nada en contra de investigar asuntos en los que se esté involucrada emocionalmente (p.200)

De lo mencionado anteriormente la entrevista semiestructurada de investigación es un instrumento capaz de acomodarse a las diversas personalidades de cada persona, la cual trabaja con la información aportada por el entrevistado y con sus formas de sentir, no siendo una técnica que conduce simplemente a recabar datos acerca de una persona, sino que intenta hacer hablar a ese sujeto, para entender su punto de vista; dado que es una entrevista flexible donde las preguntas se adaptan a las respuestas del entrevistado. Ver **(Anexo 3)**

Encuesta

Se considera la encuesta como una técnica de recolección de datos a través de la interrogación de las personas pertenecientes, cuya finalidad es la de obtener de manera sistemática medidas sobre los conceptos que se derivan de una problemática de investigación previamente construida. La recogida de los datos se realiza a través de unas preguntas de estimación, instrumento de recogida de los datos (de medición) y la forma protocolaria de realizar las preguntas (cuadro de registro) que se administra a la población o una muestra extensa de ella mediante una entrevista donde es característico

el anonimato del sujeto. por ende, Grasso (2006) hace énfasis en la encuesta, es aquel procedimiento que permite explorar cuestiones que permiten a la subjetividad obtener esa información de un número considerable de personas, “Es un instrumento estructurado que registra la ausencia o presencia de un determinado rasgo, conducta o secuencia de acciones”. (p. 98)

Es importante hacer referencia que la encuesta es un método empleado por la investigación de carácter cuantitativo, pero en este caso se implementara como herramienta en para saber el grado de satisfacción de las personas participes del estudio investigativo interpretativo en curso, con la finalidad de obtener la información sobre si fue de su agrado o pertinente las actividades, preguntas y demás durante la investigación. Ver (**Anexo 4**)

3.6 Análisis De Los Datos

La presente investigación no se desarrolló el capítulo IV y V, dado que por la situación actual de la pandemia del COVID-19 y el aislamiento que esta provocó el estudio investigativo no pudo ser aplicado en el campo; por ende, no se ejecutó un análisis de los datos, por constancia se deja como un proyecto viable investigativo, es decir una base a futuras investigaciones o por el contrario pueda ser aplicado por generaciones futuras estudiantes de la facultad de educación de la Universidad de Pamplona.

3.7 Cronograma

MES	SEMANA	FECHA	DÍA	DOCENTE	ACTIVIDAD
SEPTIEMBRE	1	01 AL 04	01 SEPT Martes	José Cegarra	<ul style="list-style-type: none"> • Envío de datos personales de los estudiantes y e integrantes de cada trabajo de grado al docente encargado.
			03 SEPT Jueves	José Cegarra	<ul style="list-style-type: none"> • Primera reunión de trabajo de grado, por la plataforma Microsoft teams. • Información del día de seminario de profundización y el horario. • Información sobre el trabajo de grado y práctica integral.
	2	07 al 11	07 SEPT Lunes	José Cegarra	<ul style="list-style-type: none"> • Envío de la designación de tutores a cada equipo de grado. • Envío de correo de presentación a cada tutor con los nombres de los integrantes de cada trabajo de grado.
			09 SEPT Miércoles	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> • Primer encuentro de las estudiantes que conforman el grupo de trabajo de manera general.
			10 SEPT Jueves	José Cegarra	<ul style="list-style-type: none"> • Seminario de profundización. • Explicación del proceso de trabajo de grado.
			14 SEPT Lunes	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> • Designación de horario y los días de asesorías por parte del tutor de trabajo de grado.

	3	14 al 18	16 SEPT Miércoles	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> • Envió de datos de cada estudiante al tutor.
			17 SEPT Jueves	José Cegarra	<ul style="list-style-type: none"> • Seminario de profundización. • Explicación del Capítulo I.
			18 SEPT Viernes	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> • Primera tutoría con el equipo de trabajo.
	4	21 al 25	22 SEPT Martes	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> • Entrega de avances del Primer Capítulo.
			23 SEPT Miércoles	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> • Asesoría de trabajo de grado.
			24 SEPT Jueves	José Cegarra	<ul style="list-style-type: none"> • Seminario de profundización.
			25 SEPT Viernes	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> • Asesoría de trabajo de grado.
OCTUBRE	5	28 de septiembre al 2 de octubre	30 SEPT Miércoles	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> • Asesoría de trabajo de grado. • Orientaciones de los avances de la investigación.
			01 OCT Jueves	José Cegarra	<ul style="list-style-type: none"> • Seminario de profundización e inquietudes por parte de las educadoras en formación.
			03 OCT Sábado	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> • Asesoría de trabajo de grado y observaciones por parte del tutor.
	6	5 al 9	06 OCT Martes	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> • Asesoría de trabajo de grado e interacción de las estudiantes.
			08 OCT Jueves	José Cegarra	<ul style="list-style-type: none"> • Seminario de profundización y orientaciones del trabajo.

			09 OCT Viernes	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> Asesoría de trabajo de grado y sugerencias.
7	12 al 16	14 OCT Miércoles	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> Asesoría de trabajo de grado y explicación de los componentes del segundo capítulo. 	
		15 OCT Jueves	Karina	<ul style="list-style-type: none"> Capacitación de recursos bibliográficos. 	
		16 OCT Viernes	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> Asesoría de trabajo de grado de segundo capítulo. 	
8	19 al 23	21 OCT Miércoles	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> Asesoría de trabajo de grado y sugerencia de los avances. 	
		22 OCT Jueves	José Cegarra	<ul style="list-style-type: none"> Seminario de profundización y explicación de los antecedentes. 	
		23 OCT Viernes	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> Asesoría trabajo de grado y orientaciones. 	
9	26 al 30	28 OCT Miércoles	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> Asesoría de trabajo de grado del segundo capítulo. 	
		29 OCT Jueves	José Cegarra	<ul style="list-style-type: none"> Seminario de profundización de Diseño y validación de instrumentos. 	
		30 OCT Viernes	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> Asesoría de trabajo de grado. 	
			03 NOV Martes	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> Asesoría de trabajo de grado. Envío de archivos de protocolo de sustentación.
			05 NOV Jueves	José Cegarra	<ul style="list-style-type: none"> Seminario de profundización metodología de la investigación.

NOVIEMBRE	10	2 al 6	06 NOV Viernes	Ariel Dotres	<ul style="list-style-type: none"> Asesoría de trabajo de grado. Envío de datos de título, nombre de integrantes de cada trabajo de grado. 	
			08 NOV Domingo	Ariel Dotres	Orientación del tercer capítulo de la investigación del grupo dirigido por el tutor.	
			11 NOV Miércoles	Ariel Dotres	Asesoría de trabajo de grado e inquietudes.	
	11	09 al 13	12 NOV Jueves	José Cegarra	Seminario de profundización.	
			13 NOV Viernes	Ariel Dotres	Asesoría de trabajo de grado, sugerencias y explicación.	
			18 NOV Miércoles	Ariel Dotres	Asesoría de trabajo de grado.	
	12	16 al 20	20 NOV Viernes	Ariel Dotres	Asesoría de trabajo de grado. Entrega del trabajo de grado al tutor.	
			22 NOV Domingo	Dora Ovalles	Entrega de trabajo de grado a los jurados.	
	13	23 al 27	28 NOV Sábado	Olga Jaramillo Claudia Arenas	Entrega de observaciones por parte de los jurados.	
			DICIEMBRE	14	06 al 11	06 DIC Martes
	07 DIC Lunes	Dora Ovalles Milena Lintarte Leidy Gaitán	Sustentación.			

	15	14 al 18			<ul style="list-style-type: none"> • Notas al sistema por parte de docente y el tutor.
--	----	----------	--	--	---

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ✓ Acosta, Y. (1998). La conducta de los infantes en los primeros años (p. 43). O Books.
- ✓ Albito, T.M. (2015). Análisis de los hábitos alimenticios infantiles. Revista Educare, (1 ed., pp., 4-12). Recuperado el 11 de junio de 2020 de <https://www.redalyc.org/jatsRepo/1941/194154512011/html/index.html>
- ✓ Anaya C. y. (2017). La Desnutrición Infantil Y El Rendimiento Escolar. Recuperado de <http://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/1089/TL%20EIEi%20C39%202015.pdf?sequence=1>
- ✓ Avilés, M. (2011). El Aprendizaje Significativo. Revista.unam.mx. Recuperado el 20 de noviembre de 2020, de <http://www.revista.unam.mx/vol.15/num11/art90/art90.pdf>.
- ✓ Baltro (2002). Influencia de los hábitos alimenticios en el rendimiento académico escolar.
- ✓ Bandura, A. (1977). Aprendizaje Social Y Desarrollo De La Personalidad. L. Erlbaum Associates.
- ✓ Beltran, T (2002). El Aprendizaje un Proceso de Interacción. Revista.unam.mx. Recuperado el 20 de noviembre de 2020, de <http://www.revista.unam.mx/vol.15/num11/art90/art90.pdf>.
- ✓ Bertalanffy, E. (1954). Teoría General De Los Sistemas (p. 14). G. Braziller.

- ✓ Blaylock (2012) Nutrición Y conducta. Conferencia on line en <https://www.youtube.com/watch?v=HfXq-X4gVhQ> (Consulta realizada en septiembre, 2020).
- ✓ Brazelton, B & Greenspan, S. (2005). Las necesidades básicas de la infancia y El Contexto Sociocultural. (GRAO ed., pp. 75). Recuperado el 11 de junio de 2020, de https://books.google.com.co/books?id=V0xazG6sdpgC&printsec=frontcover&source=gb_s_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- ✓ Campos, A. L. (2010). Neuroeducación: Uniendo las Neurociencias y la educación en la búsqueda del desarrollo humano. La Educ@cion - revista digital (147). www.educoea.org/portal/La_Educacion_Digital/laeducacion_143/articulos/neuroeducacion.pdf
- ✓ Cidón Madrigal, J. (1993). La dieta perfecta (2 ed., pp. 76-80). Planeta De Agostini.
- ✓ Codex Alimentarius. (2018). Programa Conjunto FAO/OMS sobre Normas Alimentarias. Roma, Italia.
- ✓ Dotres Bermúdez, A. (2019). Encuentros y Desencuentros de la Nutrición y su impacto en la conducta hiperactiva en los contextos educativos una mirada desde la perspectiva de la neuroeducación (Doctorado). Universidad Pedagógica Experimental Libertador.
- ✓ F. J. López. (2012). Nutricio importante proceso alimenticio (3 ed., pp. 46-55). CENDA
- ✓ FAO/UNICEF/OMS, Comité Mixto de Expertos (1976). Metodología de la Vigilancia Nutricional. OMS, Serie de Informes Técnicos No. 593.
- ✓ Feldman, J. (2005). El Proceso de Enseñanza y Aprendizaje. Bibliopsi.org. Consultado el 20 de noviembre de 2020 en

<http://www.bibliopsi.org/docs/carreras/electivas/ECFG/Analisis-y-modificacion-de-la-conducta-Dahab/Feldman%20Aprendizaje.pdf>.

- ✓ Flórez (1991). El Cerebro Y El Aprendizaje. Estilos de Aprendizaje (Facultades de Medicina), Prensas Universitarias de Zaragoza, España. Recuperado el 19 noviembre 2020, de <https://cgcai.unicauca.edu.co/innovacioneducativa/sites/default/files/recursos/cerebro%20y%20aprendizaje.pdf>
- ✓ Gottman, J. (2017). La Nutrición influencia en la conducta de los infantes (3rd ed.). Arcano IV.
- ✓ Grasso. (2006). eumed. Obtenido de eumed.
- ✓ Hernández, (2008). Nutrición Básica. Temas de nutrición básica Volumen 1. P. 18. Editorial Ciencias Médicas. La Habana.
- ✓ Jensen, E (2003). Cerebro y Aprendizaje. Competencias e implicaciones educativas. Madrid: Editorial Narcea. Recuperado el 19 noviembre 2020, de <https://cgcai.unicauca.edu.co/innovacioneducativa/sites/default/files/recursos/cerebro%20y%20aprendizaje.pdf>
- ✓ Kolb, J., & Kolb, P. (2005). El Cerebro Y El Aprendizaje. Cell-biológica interrelaciones chips. Recuperado el 19 noviembre 2020, de <https://cgcai.unicauca.edu.co/innovacioneducativa/sites/default/files/recursos/cerebro%20y%20aprendizaje.pdf>.
- ✓ Lledios, L., & Giraldo, M. (2008). El Contexto Familiar como influye en la nutrición. Scielo. Retrieved 20 November 2020, from <https://www.scielo.br/pdf/estpsi/v27n4/02.pdf>.

- ✓ Mattson, E. (2014). Neuroexcitotoxicidad y Muerte Neuronal. Medigraphic.com. Recuperado el 19 noviembre 2020, de <https://www.medigraphic.com/pdfs/biotecapl/ba-2013/ba131b.pdf>.
- ✓ Mercola, J., (2013). Alimentos y Suplementos Para Niños Repletos de Químicos Peligrosos., (1 ed., pp. 37-43). Mercola Tome Control de su Salud Recuperado el 11 de junio de 2020, de <https://espanol.mercola.com/boletin-de-salud/suplementos-y-vitaminas-para-ninos.aspx>
- ✓ Mora (2013 - 2015) Neuroeducación solo se puede aprender aquello que se ama. Madrid. Alianza Editorial.
- ✓ Mora, T. F. (2013). Neuroeducación (1 ed.). Madrid, España: Alianza Editorial.
- ✓ Morán, J. (2006). Los factores externos relacionados con la conducta
- ✓ Moreno, F. (2005). La conducta Humana una filosofía genética. Puerta de la investigación. Recuperado el 20 de noviembre de 2020, de https://www.researchgate.net/publication/28089654_La_determinacion_genetica_
- ✓ Nelson y Sheridan, (2011); P. 39 CISS 2015 Conferencia internacional de seguridad social. Centro Interamericano de Estudios de Seguridad Social. Primera Edición México Distrito Federal.
- ✓ Organización Mundial de la Salud. (2018). Alimentación Sana. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>
- ✓ Organización Mundial de la Salud. OMS. CIE-10. Clasificación Estadística Internacional de Enfermedades y Problemas Relacionados con la Salud. Décima Revisión. Volumen 1. Washington: Organización Panamericana de la Salud, 1995. 217

- ✓ Ortiz (2015) Neuroeducación y Neuropedagogía. Universidad Nacional de san Marcos. Facultad de Educación. Universidad del Perú.
- ✓ Pérez Serrano, G. (1998) Investigación cualitativa. Retos e interrogantes. Vol. I. Métodos. Madrid: La Muralla
- ✓ Pérez, R., Redondo, M., & León, S. (2008). La Conducta Humana y sus variantes (2 ed., p. 65). Universidad de León.
- ✓ Rapp, D., (2007). Los contaminantes químicos son la causa de múltiples enfermedades infantiles. (1ed., pp. 45-49). Revista mensual de salud y medicina Recuperado el 11 de junio de 2020, de <https://www.dsalud.com/reportaje/doris-rapp-los-contaminantes-quimicos-son-la-causa-de-multiples-enfermedades-infantiles/>
- ✓ Restrepo, B. (200) Maestro Investigador, Escuela Investigadora e Investigación de Aula. ADERCOPRIA: Medellín.
- ✓ Rosaldo, G. H. (2008). La Familia Un Factor De Influencia En Los Hábitos Alimenticios Del Niño. Recuperado de <http://200.23.113.51/pdf/30149.pdf>
- ✓ Selva, L. (2003). Nutrición Sana. (1 ed., pp. 6). Ciencia Medica
- ✓ Silva, L. (2003). Tipos de conductas. webinstitucional. Obtenido el 19 de noviembre de 2020, de https://www.usc.gal/export9/sites/webinstitucional/gl/servizos/uforense/descargas/Comportamiento_antisocial_y_de.
- ✓ Steed, R. (2013). Estudio sobre Una Alimentación y la Conducta Humana. DYNASTY Press LTD.
- ✓ Valladares, R. (2014). La Familia en la creación de hábitos alimenticios. Repository.usta.edu.co. Recuperado 19 noviembre 2020, de

<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/15918/2019KeniaPlazasNiniGiron.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

- ✓ Vera, L. (2005). Investigaciones Previas en Investigación Cualitativa. Revista Folios. Recuperado el 19 noviembre 2020, de: <https://tdx.cat/bitstream/handle/10803/8895/12btAmbitometodologico.pdf?sequence=15>.
- ✓ Watson, R. (1878). La conducta del ser humano (1 ed., pp. 98-125). Cooper Graham

ANEXOS

ANEXO 1.

DIARIO DE CAMPO

#1	EXPERIENCIA DE LA PRÁCTICA FECHA: 09-11-2020		
	CURSO: PREESCOLAR		
DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA	INTERPRETACIÓN	REFLEXIÓN	
Realizar de forma de tallada una narración de cómo se llevará a cabo cada una de las actividades planteadas en la propuesta.	Redactar el comportamiento, la interacción de los infantes, docentes y padres de familia durante la ejecución de cada una de las actividades propuestas.	Dar mención a un autor que sustente y de aporte sobre lo expuesto en cada una de las actividades.	
ELABORADO POR: OVALLES; GAITAN; LINDARTE (2020)			

ANEXO 2

PLANIFICACIÓN DEL PROCESO DE OBSERVACIÓN

¿Qué se va a observar? ¿Por qué?	Se observará desde el momento que los educandos ingresan a la institución su nutrición y su proceso de aprendizaje teniendo en cuenta los hábitos alimenticios, haciendo énfasis en que tipos de alimentos ingieren a la hora de descanso; además cuál es el entorno social, el contexto familiar, en el que se desarrolla el infante; permitiendo analizar si tienen conocimiento de una alimentación saludable, así mismo si su rendimiento escolar se ve afectado de acuerdo a su conducta presentada en el plantel educativo y el tipo de alimentación que lleva el niño en su casa y en el colegio.
¿Cómo Observar?	Se llevará a cabo mediante una observación participante seriada, la cual se comprende por secciones, fechas establecidas. Dando lugar a la recolección de la información por medio de los instrumentos como lo son el diario de campo, la entrevista semiestructurada.
¿Dónde observar?	Los escenarios a observar son los salones de clase, la hora del recreo, donde se enfatizará en las primeras 3 horas de cales de las tres instituciones donde se ejecutará la investigación
¿Qué observar?	Si los docentes tienen conocimiento de una alimentación saludable, si los estudiantes presentan conductas agresivas, pasivas, si el maestro analiza el comportamiento de los niños antes y después de la

	merienda, si la institución brinda capacitaciones a los docentes y padres de familia sobre la importancia de una adecuada alimentación, como es el proceso de aprendizaje de los estudiantes, si son atentos, si tienen buen rendimiento académico.
¿Cuándo observar?	La observación se llevará a cabo los días martes y jueves en el horario comprendido de 7 a 9 de la mañana. Teniendo en cuenta la hora de la merienda de los infantes.
¿Cómo registrar? ¿con qué medios?	Se registrará la información mediante las respuestas obtenidas en la entrevista semiestructurada y el diario de campo, empleando recursos como evidencias fotográficas, grabaciones y videos.
¿Cómo analizar?	Una vez obtenida la información necesaria para desarrollar la investigación, se interpretará los resultados obtenidos a través de un análisis de datos

Observación Descriptiva	Observar si los educandos tienen hábitos alimenticios saludables, además si los docentes realizan actividades que promuevan una alimentación saludable y cuáles son sus beneficios, también se deberá analizar el tipo de alimentos que consumen frecuentemente en su ingesta alimenticia diaria, cómo influye en la conducta y si esta influye en su rendimiento académico.
Observación Focalizada	Observar si los docentes y padres de familia saben sobre la importancia de crear hábitos alimenticios en los infantes y como incide la alimentación en su

	<p>proceso de enseñanza y aprendizaje. Analizar si los estudiantes presentan cambios en su conducta al ingerir productos azucarados, procesados, empacados con colorantes y conservantes artificiales, además identificar si hay presaberes en los educandos sobre alimentación saludable.</p>
<p>Observación Selectiva</p>	<p>Observar si la instituciones en sincronización con los docentes emplean estrategias pedagógicas promoviendo la importancia de una alimentación saludable en la primera infancia, y como se puede ver afectado el aprendizaje con un proceso alimenticio y nutritivo inadecuado. Evidenciar si los infantes les agradan comer saludablemente, o cuales son los productos que normalmente comen al momento de merendar y si estos producen que su sistema se active o por el contrario los vuelve pasivos cuando deben ingresar nuevamente al aula de clase</p>

ANEXO 3

Entrevista A Los Docentes Del Grado Preescolar De Una Institución Privada, Pública Y Una En La Zona Rural

Estimado docente, la presente entrevista tiene como objetivo identificar la percepción que tiene como educador sobre el proceso de enseñanza y aprendizajes en relación con los Hábitos Alimenticios de los estudiantes de preescolar. Lea detenidamente las siguientes preguntas, se le agradece que usted responda de manera sincera, concisa y fidedigna.

La siguiente entrevista está basada o sustentada en un trabajo investigativo para la obtención del título (pregrado) del programa Licenciatura en Pedagógica Infantil de la Universidad de Pamplona, por parte de las estudiantes de décimo semestre Dora Ovalles Beltran, Leidy Gaitán Estrada y Milena Lindarte Vergel.

Objetivo General: Analizar los hábitos alimenticios de los estudiantes de una institución educativa privada, pública y una en zona rural haciendo énfasis en su contexto escolar y en su ambiente familiar, y cómo inciden estos hábitos en su proceso de enseñanza y aprendizaje.

Gracias por disponer de su tiempo, para responder de forma veraz a la siguiente entrevista.

Preguntas:

Objetivo: Analizar la percepción del entrevistado sobre alimentación saludable.

1. ¿Qué entiende usted por alimentación saludable?

Objetivo: Identificar como es el aprendizaje de los estudiantes de preescolar.

2. Según lo que observa en el salón de clase ¿Cómo describiría el proceso de aprendizaje en los estudiantes de preescolar?

Objetivo: Analizar la percepción del entrevistado sobre los alimentos que consumen los estudiantes.

4. ¿Qué percepción tiene sobre los hábitos alimenticios de sus estudiantes?

Objetivo: Considerar las opiniones del entrevistado sobre el proyecto de alimentación que se promueve la Institución.

5. La Institución Educativa, cuenta con un proyecto de alimentación denominado P.A.E (Plan de alimentación escolar). ¿Qué opinión tiene acerca de este programa y los alimentos que consumen los niños?

Objetivo: Deducir el grado de importancia que el entrevistado le da a la promoción y creación de hábitos alimenticios en los niños.

6. Desde su ocupación en el salón de clase ¿Cómo promueve la creación de hábitos alimenticios saludables?

Objetivo: Indicar si los alimentos consumidos intervienen en el proceso de enseñanza.

7. ¿Qué consideraciones tiene usted sobre la alimentación en el proceso de aprendizaje?

Entrevista A Los Padres De Familia Del Grado Preescolar De Una Institución Privada, Pública Y Una En La Zona Rural

Estimado padre de familia, la presente entrevista tiene como objetivo identificar la percepción que tiene como educador sobre el proceso de enseñanza y aprendizajes en relación con los Hábitos Alimenticios de los estudiantes de preescolar. Lea detenidamente las siguientes preguntas, se le agradece que usted responda de manera sincera, concisa y fidedigna.

La siguiente entrevista está basada o sustentada en un trabajo investigativo para la obtención del título (pregrado) del programa Licenciatura en Pedagógica Infantil de la Universidad de Pamplona, por parte de las estudiantes de décimo semestre Dora Ovalles Beltran, Leidy Gaitán Estrada y Milena Lindarte Vergel.

Objetivo General: Analizar los hábitos alimenticios de los estudiantes de una institución educativa privada, publica y una en zona rural haciendo énfasis en su contexto escolar y en su ambiente familiar, y cómo inciden estos hábitos en su proceso de enseñanza y aprendizaje.

Gracias por disponer de su tiempo, para responder de forma veraz a la siguiente entrevista.

Preguntas:

Objetivo: Analizar la percepción del entrevistado sobre alteraciones conductuales

1. ¿Qué concepto tienen sobre conducta?

Objetivo: Identificar los conocimientos sobre las posibles causas de cambios en la conducta

2. ¿Cuáles piensa usted que son los orígenes de las variaciones en la conducta de su hijo?

Objetivo: Comprender la percepción del padre de familia sobre el aprendizaje y las responsabilidades de sus hijos.

5. ¿Explique cómo es el rendimiento académico de su hijo?

Objetivo: Interpretar el interés de los padres sobre el rendimiento académico de sus hijos.

6. Defina que aplicativos ha realizado para saber cuáles son las causas de las falencias en el aprendizaje de su hijo

Objetivo: Identificar la inclinación que presentan los infantes a la hora de consumir la variedad de productos.

7. Describa que actividades ha propiciado para crear hábitos alimenticios en sus hijos

Objetivo: Establecer el tipo de alimentación en el contexto familiar.

8. Explique de que forma selecciona los productos al momento de realizar la canasta familiar

Gracias por su tiempo, por haber respondió las preguntas concienzuda y fiablemente, sus respuestas aportan información importante para la presente investigación.

Entrevista A Los Estudiantes Del Grado Preescolar De Una Institución

Privada, Pública Y Una En La Zona Rural

Objetivo: Describir los hábitos alimenticios de los infantes

1. ¿Qué entiendes por alimentos saludables?

Objetivo: conocer la percepción de alimentación de los niños

2. Describe los alimentos que consumes con frecuencia cuando estas en tú casa

Objetivo: identificar los hábitos alimenticios de los educandos.

3. ¿Qué desayunas antes de ir al colegio?

Objetivo: Analizar el conocimiento de los niños sobre los alimentos no saludables

4. Explique qué alimentos causan daño a tu cuerpo.

Objetivo: Describir los que tipo de productos consumen los estudiantes en su media mañana.

5. Cuéntame qué contiene tu merienda o lonchera

Objetivo: determinar si los niños saben sobre la importancia de los hábitos alimenticios

6. ¿Qué opinión tienes sobre hábitos alimenticios saludables?

ANEXO 4

ENCUESTA DE ESTIMACIÓN

PREGUNTAS	DE ACUERDO	MEDIANAMENTE DE ACUERDO	DESACUERDO
1. ¿Fueron de su agrado las actividades realizadas?			
2. ¿Aprendiste sobre la			

importancia de alimentarse saludablemente?			
3. ¿Consideras que los alimentos naturales son fundamentales en tu vida?			