



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA

2019: "Año de la Reconciliación"

Facultad de Educación de Idiomas  
Departamento de Pedagogía

---

## FOCO DE INVESTIGACIÓN

Valoración de la merienda escolar de los niños del 1er nivel de preescolar del Centro Educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua, durante los meses de febrero a abril del año 2019.

## INFORME DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR AL TÍTULO DE TÉCNICO MEDIO DE EDUCACIÓN SUPERIOR EN PEDAGOGA CON MENCIÓN EN EDUCACIÓN INFANTIL

### **AUTORAS:**

Br. Vanessa del Carmen Alemán Escobar

Br. Meylin Yesenia Puerto Flores

Br. Darling de los Ángeles Ruiz Benavides

### **TUTORA:**

Lic.: Fabiola Genet Narváez.

Managua, 09 de Mayo del 2019



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA

## 2019: "Año de la Reconciliación"

*Facultad de Educación de Idiomas*

*Departamento de Pedagogía*

---

### CARTA AVAL

**MSc. Vicente Briceño Caldera**

**Director**

**Departamento de  
Pedagogía Unan-Managua**

Managua, 26 de abril del 2019

Estimado maestro:

Yo, Fabiola Gema Alexandra Genet Narváez, docente del departamento de Pedagogía de la Facultad de Educación e Idiomas de la Unan-Managua y en calidad de tutora de la *Br. Meylin Yesenia Puerto Flores, la Br. Vanessa del Carmen Alemán Escobar y la Br. Darling de los Ángeles Ruiz Benavides*, estudiantes de III año de la carrera de Pedagogía con mención en educación infantil, doy mi aval para la entrega del informe de investigación.

El informe de investigación para optar al título de Técnico medio en Pedagogía con mención en educación infantil, lleva por tema:

*"Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños del 1er nivel de preescolar del Centro Educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua, durante el primer semestre del año 2019".*

Certifico que el presente informe de investigación, realizado bajo el enfoque cualitativo, reúne los requerimientos académicos establecidos por la institución y cumple con las etapas del proceso de investigación.

---

Lic. Fabiola Gema  
Genet Narváez  
Docente Tutora  
Curso de Seminario  
de Graduación

## AGRADECIMIENTO

Damos gracias a Dios por darnos el tiempo, salud necesarios para realizar este trabajo, por permitirnos conocer a muchas personas que colaboraron con nuestra investigación.

A nuestras familias por su amor apoyo y comprensión incondicional brindados.

Especialmente agradecemos a nuestra tutora Lic. Fabiola Genet Narváez por el acompañamiento brindado a quien consideramos una persona muy profesional y admiramos sus conocimientos, dedicación y calidad humana.

También queremos agradecer a todos nuestros maestros que nos brindaron su apoyo y motivación para continuar con nuestras metas al igual que nuestras compañeras de la carrera por cada una de las experiencias compartidas.

Finalmente agradecemos a esta institución por darnos la oportunidad de cumplir con uno de nuestros sueños como es obtener el título de técnico superior en educación infantil.

## RESUMEN

Esta investigación está orientada a valorar la importancia que ofrecen los padres de familia a la buena alimentación en los niños de preescolar, esta es una etapa donde los infantes están en pleno desarrollo físico y cognitivo la calidad del mismo depende el tipo de alimentación que reciben desde sus hogares.

A la vez el rol del docente en esta problemática es de gran valor ya que debe estar alerta a identificar el tipo de alimentos que los padres de familia están empacando en las loncheras de sus hijos para poder brindar sugerencias que lleven a mejorar la alimentación de los niños y poder brindar alimentos que nutran a estos infantes, en esta etapa preescolar es fundamental que reciban una alimentación adecuada, esto es una fuente de energía y nutrientes que ayuda a su funcionamiento motor y cognitivo por ende si la alimentación es poco nutritiva afecta su desarrollo y crecimiento.

Este trabajo de investigación permite identificar los aportes nutricionales de los alimentos propuestos en la pirámide nutricional a los niños y niñas del preescolar; además ayuda a comprender con claridad aspectos importantes que implementados adecuadamente podrían mejorar la salud en general de los sujetos en estudio.

Este estudio es de tipo cualitativo. Se hizo uso de técnicas e instrumentos de investigación con sus respectivas guías, cuestionario, además se usaron técnicas para el procesamiento y análisis de los datos.

Uno de los resultados en este trabajo hace referencia a los hábitos alimenticios básicos de las niñas y niños.

Entre estos se señala que la comida favorita de las niñas y niños es el huevo, arroz, frijoles, pollo, espagueti, y la mayoría de ellas/os prefieren papas fritas.

Las frutas que prefieren los niños y niñas son: la sandía, manzana, mango y mandarina. Esto indica que les gustan las frutas, tres son nacionales (sandía, mandarina y mango)

Existe desconocimiento acerca de la importancia de una alimentación nutritiva para el crecimiento y desarrollo integral de las niñas y los niños

Por tal razón no se promueve la práctica de hábitos alimenticios con ingesta de alimentos nutritivos y balanceados.

### **PALABRAS CLAVES**

Niños, merienda, nutrición, nutrientes, vitaminas, desarrollo.

# INDICE

Contenido.

<b>I. INTRODUCCION.....</b>	<b>8</b>
1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA .....	9
1.2. ANÁLISIS DEL CONTEXTO .....	10
1.3. ANTECEDENTES.....	14
1.4. JUSTIFICACIÓN.....	15
<b>II. FOCO DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>17</b>
<b>III. CUESTIONES DE INVESTIGACION .....</b>	<b>18</b>
<b>IV. PROPOSITOS DE INVESTIGACION .....</b>	<b>20</b>
4.1. PROPOSITO GENERAL.....	20
<b>4.1.1. Propósitos Específicos.....</b>	<b>20</b>
<b>V. PERSPECTIVAS TEÓRICAS .....</b>	<b>21</b>
5.1. ALIMENTACIÓN.....	21
5.2. ALIMENTACIÓN SALUDABLE .....	21
5.3. NUTRICIÓN .....	23
5.4. HÁBITOS ALIMENTICIOS .....	25
5.5. LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS .....	26
5.6. TIPOS DE ALIMENTOS:.....	28
5.7. VITAMINAS:.....	28
5.8. TIPOS DE VITAMINAS.....	28
5.9. FUNCIÓN DE LAS VITAMINAS. ....	29
5.10. VITAMINAS IMPORTANTES PARA EL DESARROLLO DE LOS NIÑOS .....	29
5.11. CARACTERÍSTICAS DE LA ALIMENTACIÓN ADECUADA PARA LOS NIÑOS Y NIÑAS. ....	33
5.12. MERIENDA NUTRITIVA .....	38
5.13. ESTILOS DE VIDA SALUDABLES:.....	38
5.14. INFLUENCIA DE LOS PADRES EN LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS DE LOS NIÑOS .....	39
5.15. EL ROL DEL DOCENTE.....	40
5.16. IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACIÓN EN LA NIÑEZ. ....	42
<b>VI. MATRIZ DE DESCRIPTORES .....</b>	<b>43</b>
7.1. ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN .....	48
7.2. TIPO DE ESTUDIO .....	48
7.3. ESCENARIO DE LA INVESTIGACIÓN .....	49
7.4. SELECCIÓN DE LOS INFORMANTES.....	49
7.5. CONTEXTO EN QUE SE EJECUTÓ EL ESTUDIO .....	50
7.6. ROL DEL INVESTIGADOR .....	51
7.7. TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....	52
7.8. CRITERIOS REGULATIVOS.....	53
7.9. ESTRATEGIAS DE ACCESO Y RETIRADA DEL ESCENARIO .....	54

7.10.	TÉCNICAS DE ANÁLISIS .....	54
<b>VIII.</b>	<b>ANÁLISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS .....</b>	<b>55</b>
8.1.	TIPO DE ALIMENTACIÓN QUE RECIBEN LOS NIÑOS .....	56
8.2.	ACCIONES QUE REALIZA LA MAESTRA EN EL CENTRO PARA PROMOVER UNA ALIMENTACIÓN NUTRITIVA ESCOLAR DESDE EL HOGAR. ....	57
8.3.	ROL DE LOS PADRES DE FAMILIA PARA QUE LOS NIÑOS LLEVEN UNA ALIMENTACIÓN NUTRITIVA ESCOLAR. ....	58
<b>IX.</b>	<b>CONCLUSIONES .....</b>	<b>62</b>
<b>X.</b>	<b>RECOMENDACIONES.....</b>	<b>64</b>
<b>XI.</b>	<b>BIBLIOGRAFIA .....</b>	<b>66</b>
<b>XII.</b>	<b>ANEXOS.....</b>	<b>69</b>
	ANEXO # 1. ....	69
	ANEXO # 2.....	70
	ANEXO # 3. ....	71
	ANEXO # 4.....	73
	ANEXO# 5 .....	83
	ANEXO # 6 .....	84

## **I. INTRODUCCION**

La promoción de los hábitos alimenticios saludables desde la edad temprana, es básico para que las niñas y los niños aprendan a consumir alimentos balanceados, que les aporten todos los micro y macro nutrientes necesarios para su crecimiento y desarrollo integral.

Esta investigación está enfocada en la alimentación que reciben los niños en la etapa de educación infantil, ellos están en un proceso de crecimiento y su alimentación saludable y nutritiva es esencial para su desarrollo; tanto en la área física como cognitiva en este sentido está ligada al rendimiento escolar y a su calidad de vida, por esta razón es fundamental el rol que juegan el padre de familia y el docente en la etapa preescolar donde el infante debe ser formado desde el hogar para aprender buenos hábitos alimenticios, reforzados en el aula de clase para garantizar su desarrollo integral basado en una nutrición saludable.

A la vez, se describen las principales estrategias que se pueden implementar para lograr que la alimentación en la merienda escolar se realice bajo las mejores condiciones.

Los hábitos alimenticios en el nivel de educación inicial se construyen progresivamente sobre las bases que brinda el proceso educativo en ello interviene la familia, el centro de estudio y la comunidad los cuales tienen un rol fundamental en cuanto a que y como promover la enseñanza y aprendizajes de hábitos alimenticios y estilos de vida saludables, existen diferente aspecto que se deben tomar en cuenta para mejorar esta problemática.

Los docentes deben brindar información a los padres de familia de la importancia de una buena alimentación puesto que es de gran relevancia tomar en cuenta que



esto es un proceso fundamental donde el padre y el docente deben tener una excelente comunicación con la finalidad de llevar a la práctica los buenos hábitos de alimentación en los niños y niñas usando diferentes metodologías y actividades que puedan ajustarse a las necesidades de los pequeños tomando en cuenta los gustos de los niños para que se pueda lograr un proceso evolutivo para su desarrollo físico y cognitivo.

Por otro lado, es importante estimular la curiosidad natural en los niños y niñas en donde se les permite explorar e identificar los alimentos y tipos de comida (color, sabor, textura, olor y sabor) ofreciéndoles de esta manera diversos alimentos que puedan formar parte de su alimentación saludable y nutritiva.

### **1.1. Descripción del problema**

La selección del tema de investigación se realizó con el propósito de identificar las particularidades relacionadas con la alimentación saludable de los niños. Esta problemática fue observada en el momento en que los infantes comían su merienda escolar y también en algunas actividades desarrolladas en el aula de clase por una de las investigadoras la cual labora en dicho centro e interactúa con el grupo de niños, donde se pudo constatar a través de varias observaciones realizadas por ella que los niños no consumen alimentos ricos en vitaminas y nutrientes que son elementales en su desarrollo.

Luego de pedir el acceso a dicho centro las demás investigadoras pudieron constatar la problemática que estaba ocurriendo en general en la modalidad de educación inicial, nuestro foco de investigación se realizó con los alumnos del primer nivel de preescolar del Centro Educativo San Francisco de Asís, ubicado en el Departamento de Managua en el I semestre del año 2019 con una matrícula de once estudiantes de los cuales son cuatro varones y siete mujeres porque

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.*

*Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.*

*Meylín Yesenia Puerto Flores.*

consideramos son los más vulnerables, también se agradeció a la directora y a la docente por su apoyo brindado para que esta investigación fuera posible.

A razón de tal problemática nace la interrogante ¿Qué importancia brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de primer nivel del Centro Educativo San Francisco de Asís?

## **1.2. Análisis del contexto**

Esta investigación aborda la importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco De Asís en el I semestre del año 2019.

Según la ley DE SOBERANÍA Y SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL (Publicada en La Gaceta, Diario Oficial No. 133 del 16 de Julio de 2009). Nos dice:

Por Seguridad Alimenticia y Nutricional se entiende la disponibilidad y estabilidad del suministro de alimentos, culturalmente aceptables, de tal forma que todas las personas, los mismos en cantidad y calidad, libres de contaminantes, así como el acceso a otros servicios como saneamiento, salud y educación, que biológica de los alimentos para alcanzar su desarrollo, sin que ello signifique un deterioro del ecosistema”.

El artículo cuatro del capítulo II de la Ley de Soberanía y Seguridad Alimentaria y Nutricional, expresa que Son objetivos de la Ley los siguientes:

a). Propiciar las condiciones que incidan

En el mejoramiento de la producción interna de alimentos para facilitar la disponibilidad a la población nicaragüense, impulsando programas de corto, mediano y largo plazo que mejoren los niveles de producción y productividad de alimentos que armonicen las políticas sectoriales a cargo de las distintas

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

instituciones y la promoción de la pequeña y mediana producción nacional frente a la introducción de productos por políticas de libre mercado.

b) Aliviar la pobreza, el hambre, la marginación, el abandono y la exclusión de la población que sufre inseguridad alimentaria y nutricional, mejorando las condiciones para acceder a un empleo, a los recursos productivos, tierra, agua, crédito, entre otros.

c) Facilitar el acceso permanente de las personas a los alimentos inocuos y culturalmente aceptables, para una alimentación nutricionalmente adecuada en cantidad y calidad.

d) Establecer una educación basada en la aplicación de prácticas saludables de alimentación sana y nutritiva, recreación y cuidado del medio ambiente.

e) Disminuir los índices de deficiencia de micronutrientes y la desnutrición proteínica-energética en los niños menores de cinco años.

f) Garantizar la calidad del control higiénico sanitario y nutricional de los alimentos.

g) Ordenar y coordinar los esfuerzos que realizan tanto las instituciones estatales dentro de las asignaciones presupuestarias, como las instituciones privadas nacionales e internacionales hacia la soberanía y seguridad alimentaria y nutricional.

En el año 2017 el 12 de mayo se realizó el primer congreso internacional de la situación nutricional de las niñas y niños bajo el lema “Por la salud de nuestros niños, con nutrición adecuada garantizamos salud, garantizamos el futuro de la nación”.

La doctora Odalys Rodríguez oficial de programas del fondo de las naciones unidas para la infancia (UNICEF) expresa que la nutrición es la piedra angular para la salud, cada vez más las evidencias reconocen que una buena nutrición contribuye a una

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.*

*Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.*

*Meylín Yesenia Puerto Flores.*

buena salud, al desarrollo físico y mental y a un mejor desempeño de la capacidad funcional desde la primera infancia a la vida adulta.

Según Rodríguez Nicaragua está alineada al contexto internacional en ejecución de programas para contribuir a la alimentación saludable para la nutrición apropiada. (Baur L, 2004) Un estudio de la situación nutricional y alimentaria de la población en Latino América. Identificó que, dentro de la población más pobre, los hábitos alimentarios inadecuado presentan mayor efecto en el estado nutricional, incrementando la probabilidad de desarrollar enfermedades crónicas no transmisibles. Por tanto, se hace necesario determinar los hábitos alimentarios, la percepción sobre alimentación saludable, y su posible asociación con estado nutricional y la práctica de actividad física en población en edad escolar, que permita encaminar acciones para promover una alimentación saludable.

Con lo anterior, surge la preocupación por identificar y monitorear de manera asertiva en las distintas manifestaciones para la elaboración de una alimentación adecuada en los niños del I nivel. En el informe “Mejorando la nutrición infantil” presentados por la UNICEF (Fondo de Naciones Unidas para la Infancia) se afirma que 149 mil menores padecen de desnutrición en Nicaragua, cifra que supera a El Salvador (121 mil), República Dominicana (103 mil), Panamá (66 mil) y Costa Rica (20 mil), Nicaragua ocupa el puesto número 52 a nivel mundial en el ranking de las naciones cuya niñez menor de cinco años sufre de desnutrición. ([Http://www.trincheraonline.com/2013/04/16/nicaragua-tiene-150-mil-ninos-desnutridos-2/](http://www.trincheraonline.com/2013/04/16/nicaragua-tiene-150-mil-ninos-desnutridos-2/), 2013)

Nicaragua muestra avances en seguridad alimentaria, a través de los diversos programas ejecutados con apoyo de la cooperación externa; sin embargo, aún persisten personas en muy alta vulnerabilidad, por lo que se requiere mejorar y

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.*

*Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.*

*Meylín Yesenia Puerto Flores.*

ampliar los programas de asistencia alimentaria, por medio de la sinergia de los diversos actores en los territorios.

Según datos de la FAO (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación) en Nicaragua el 19% de la población está sub nutrida, es decir, que se encuentran en un estado de desnutrición leve, lo cual se relaciona con los niveles de pobreza y advierte sobre las condiciones de inseguridad alimentaria. Esto a la vez está relacionado con el comportamiento de los mercados de alimentos y con la producción de los mismos, ya que estos mercados determinan el acceso que las personas tienen a la alimentación.

Por otro lado, las condiciones de seguridad alimentaria inciden en la capacidad productiva de las personas y por ende en las posibilidades de crecimiento y desarrollo económico de largo plazo. (<http://www.elobservadoreconomico.com/articulo/1161>, 2011)

### **Programa Amor para los más chiquitos**

Se encuentran los componentes de seguridad alimentaria

- 1- Reducción del déficit nutricional de niños y niñas menores de 8 años, priorizando a menores de 2 años en las zonas rurales y en los barrios periféricos empobrecidos de las ciudades.
- 2- Promoción de la lactancia materna como fuente de vida.
- 3- Garantía de alimentos disponibles y saludables.
- 4- Organización de red de programas sociales contra la pobreza y el hambre.
- 5- Promoción de educación nutricional enseñando la importancia de los alimentos saludables.
- 6- Promoción de las escuelas con disponibilidad de comida saludables

### **1.3. Antecedentes**

Existen estudios que anteceden este trabajo de investigación tanto a nivel internacional y nacional.

#### **Contexto internacional**

A nivel internacional se encontró el siguiente estudio:

Restrepo Espinoza A, Colombia, 2009: **“La formación de hábitos alimenticios en niños en edad preescolar”**. En él se determina la importancia de los hábitos alimenticios desde la casa y en el preescolar.

Romanous M (2014) “Importancia de la alimentación de los niños y niñas de edad preescolar”, un segundo estudio encontrado en Venezuela determina que, la formación de hábitos alimentarios saludables debe comenzar desde los primeros años de edad ya que los hábitos instalados tempranamente tienden a perdurar a lo largo de toda la vida.

El rol de los padres y representantes de niños y niñas en el desarrollo de hábitos saludables es fundamental ya que no solo enseñar con el ejemplo sino con la práctica, incorporando cada día en su dieta alimentos acorde a su edad.

#### **Contexto nacional**

A nivel nacional se encontró un estudio:

Por Benavides Reyes, Bermúdez Velásquez, Berríos Salinas, Bert Spitteler, Delgado Rodríguez, Castellón Cisneros. 2008**“Estado nutricional en niños del tercer nivel de los preescolares: El Jardín de Infancia Rubén Darío y Escuela Rubén Darío de la ciudad de León”**, realizado por Este estudio refiere que la problemática de nutrición que presentan los países latinoamericanos afecta en su mayoría a los niños y niñas en edad preescolar, por lo que se requiere su mayor atención, la formación de hábitos alimenticios saludables debe de comenzar desde

los primeros años de edad ya que los hábitos instalados tempranamente tienden a perdurar a lo largo de toda la vida.

El rol de los padres y representantes de los infantes en el desarrollo de hábitos saludables es fundamental ya que no solo es enseñar con ejemplos, sino con la práctica, incorporando cada día en su dieta alimentos acorde a su edad y a su crecimiento.

En Nicaragua, la deficiencia de proteínas y energías es la forma de desnutrición más generalizada, casi siempre vinculada con condiciones de pobreza y asociada a carencias de nutrientes específicos. Esta deficiencia se manifiesta con un retraso del desarrollo físico e intelectual de los niños y niñas.

Segun Ibarra Rivas. A, Ramirez Velasquez D., Salgado Vasquez B. (2014) en su estudio Factores socioeconómicos que inciden en los altos niveles de desnutrición infantil en los niños y niñas de 0 a 5 años. Encontraron que en los niños la merienda ayuda a mantener el cerebro en funcionamiento y a no alterar el proceso normal de crecimiento, la merienda, también conocida como lonchera, tetempie, aperitivo o colaboración debe permitirnos engañar el hambre, pero no debe nunca sustituir a las comidas principales, si no servir solo de complemento. Sin embargo, este tiempo de comida se debe contemplar como parte de su consumo total de calorías. Explica la licenciada en nutrición Yarabin de Icaza al consultarles sobre la merienda escolar

#### **1.4. Justificación**

Esta investigación fue realizada para valorar los buenos hábitos de alimentación durante la merienda escolar en niños y niñas del primer nivel de preescolar con el propósito de describir, determinar, analizar y proponer estrategias de alimentación.

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

Asimismo crearles conciencia a los padres de familia la importancia de crear hábitos alimenticios saludables en sus niños y niñas para fortalecer su aprendizaje y desarrollar mejor su cuerpo con alimento que le proporcionen salud, energía y sobre todo estabilidad social.

Se considera que dicha información nos proporcionará herramientas que servirán de estrategias para el mejoramiento de la salud de los niños y niñas en edad preescolar.

Es importante que los padres, madres y tutores enseñen a los niños y niñas a desayunar todos los días consumiendo variedad de alimentos como frutas, verduras, vegetales, y tomar abundante agua, tomando en cuenta el rol del maestro quien debe supervisar la lonchera de los niños y niñas en la merienda asegurándose que estas sean equipadas adecuadamente y a la vez reforzar los buenos hábitos alimenticios, no se debe de olvidar que muchos productos chatarras perjudica la salud ya que aporta mucha energía y pocos nutrientes.

Con este trabajo se considera dar a conocer importancia de una merienda adecuada en el proceso de aprendizaje en los niños de primer nivel, este conocimiento nos servirá para trazarnos buenos hábitos alimenticios en nuestros menores.

Consideramos que este trabajo proporcionará herramientas a los investigadores para fortalecer prácticas de alimentación saludable durante la merienda escolar, donde se realizan diferentes actividades, entrevistas a la maestra, padres de familia y los niños la que permitirá mejor comprensión al tema de investigación.



*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

## **II. FOCO DE INVESTIGACIÓN**

VALORACION DE LA MERIENDA ESCOLAR DE LOS NIÑOS DE 1ER NIVEL DE PREESCOLAR DEL CENTRO EDUCATIVO SAN FRANCISCO DE ASIS, UBICADO EN EL DEPARTAMENTO DE MANAGUA, DURANTE LOS MESES DE FEBRERO A ABRIL DEL AÑO 2019.

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.  
Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.  
Meylín Yesenia Puerto Flores.*

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de precolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

III.



### **CUESTIONES DE INVESTIGACION**

1- Es nutritiva y adecuada la merienda escolar para fortalecer el desarrollo de los niños?

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.*

*Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.*

*Meylín Yesenia Puerto Flores.*

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

- 2- ¿Cuáles son las acciones que realiza la maestra en el centro, para promover una alimentación nutritiva escolar adecuada desde el hogar?
  
- 3- ¿De qué manera inciden los padres de familia para que los niños puedan adquirir una alimentación nutritiva escolar adecuada?

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

## **IV. PROPOSITOS DE INVESTIGACION**

### **4.1. PROPOSITO GENERAL.**

Analizar la importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de primer nivel del Centro Educativo San Francisco de Asís.

#### **4.1.1. Propósitos Específicos.**

- ✓ Identificar si la merienda escolar que los niños llevan es nutritiva y adecuada para fortalecer su desarrollo
  
- ✓ Describir las acciones que realiza la maestra en el centro, para promover una adecuada y variada merienda escolar desde el hogar.
  
- ✓ Determinar el rol de los padres de familia para que los niños reciban una merienda escolar adecuada.

## **V. PERSPECTIVAS TEÓRICAS**

### **5.1. Alimentación**

Rojas Villanueva.F 2014. Es sabido que la alimentación incide directamente en la salud que el niño o la niña tendrá de por vida, hecho que amerita una atención especial. “Hay que procurar que los niños se alimenten bien desde la mañana hasta la noche”, insiste la nutricionista.

Sin embargo, producto del acelerado ritmo de vida que impera hoy en día, es probable que no se preste atención a algo tan importante como la merienda escolar de los hijos. “Los adultos debemos ser formadores de buenos hábitos alimentarios en los niños, de manera que incorporen y con el tiempo se convierta en un estilo de vida”, afirma.

La edad escolar es un periodo sensible en que los hábitos alimentarios se afianzan. Y estas costumbres saludables empiezan en el hogar, en el que los padres son el espejo de los niños; es en la familia que se crean y consolidan los esquemas de alimentación.

### **5.2. Alimentación saludable**

Rojas Villanueva.F. 2014 La alimentación es un acto voluntario que realizamos cotidianamente, es importante conocer que todas las personas no se alimentan de

igual modo, puede estar influenciado por diversos factores como los hábitos o los gustos, los alimentos que podemos adquirir, las costumbres de las familias y de la sociedad, o ciertas creencias individuales o sociales.

#### Hábitos Alimenticios. La Dieta Alimenticia: Productos y Distribución Temporal.

La dieta alimenticia abarca el total de los alimentos consumidos en un día y Thoulon-Page (1991) estima que las necesidades reales del niño en edad escolar se deben repartir en: • El desayuno proporciona el 25% de las calorías. • La comida del mediodía el 30% • La merienda del 15-20% • La cena del 25-30% Es importante destacar que, si un niño no desayuna de forma adecuada, no podría rendir en la escuela debido a la hipoglucemia que se produce en su organismo; necesitará, por tanto, alimentos durante el recreo, de los cuales preferirá productos de elaboración industrial y dulces, alimentos apetecidos por los niños que no exige una preparación previa. Debemos señalar que el consumo de la leche en el desayuno está generalizado, mientras que la ingesta de alimentos sólidos destaca en primer lugar panes en un 38%, seguido de los dulces, pastelitos industriales en un 20% y cereales en un 10% y niños que no toman nada de sólidos un 19%. Con respecto a los alimentos que los niños consumen en el recreo son en primer lugar los productos elaborados industrialmente (dulces, golosinas...) con un 51% y, en segundo lugar, productos caseros (frutas y bocadillos) con un 36% y 19% de niños que no toman nada.

Una alimentación saludable es aquella que aporta todos los nutrientes necesarios para que cada persona pueda mantener su estado de salud, a fin de fomentar la

protección de la salud, prevenir trastornos causados por excesos, déficit o desequilibrio en la alimentación.

Muchos padres y muchas madres están conscientes de la necesidad de garantizar una alimentación saludable a sus hijos. Los docentes deben reforzar los buenos alimentos saludables a sus hijos. Los docentes deben reforzar los buenos hábitos alimentarios, sin embargo, en las escuelas son pocas las opciones saludables, como frutas frescas, panes integrales, refrescos o batidos de frutas naturales con o sin agregado de leche descremada, enrollados de tortillas o mini-sándwiches de huevos o vegetales que le permitan aprender de manera práctica a seleccionar sus alimentos.

Asimismo, no se debe olvidar que mucha de la comida chatarra tiene como ingredientes básicos, alimentos que han sido modificados genéticamente, como el maíz, el cual es utilizado en las industrias de alimentos para la elaboración de variedades de boquitas o tortillitas y otros productos.

Los hábitos alimentarios que duran toda la vida en esta etapa, es por esta razón que los padres de familia deben tener conocimiento de alimentación balanceada para que puedan ofrecer a sus hijos alimentos sanos y nutritivos que contribuyan a mejorar su calidad de vida y establecer bases para el futuro.

### **5.3. Nutrición**

Se define como el conjunto de funciones armónicas y coordinadas entre sí.

La nutrición es un proceso principalmente celular sin embargo, de las funciones de la célula depende las de los tejidos, órganos y las del individuo considerado como un todo.

Según Aburto,A, (2007) . La Nutrición es el proceso mediante el cual los órganos obtienen de los alimentos la energía y los nutrientes necesarios para el

sostenimiento de las funciones vitales y la salud. Este proceso incluye la ingestión de alimentos y su digestión absorción, transporte, almacenamiento, metabolismo y excreción. La mala nutrición está causada por una inadecuada ingesta o disponibilidad de alimentos en cantidad o calidad, así como por cualquier defecto en el funcionamiento de los componentes que forman parte del proceso. La nutrición es la función vital que nos permite mantenernos vivos, pues recoge todas aquellas actividades que realizamos todos los seres vivos para obtener la materia y energía imprescindibles para vivir. Para poder desempeñarse correctamente, la nutrición se compone de varios factores:

- La circulación. Este proceso de la nutrición es vital para hacer llegar la materia a todas las partes del cuerpo. Se realiza mediante el sistema circulatorio.
- La excreción. Todos los seres vivos ingieren la materia y energía que necesitan para vivir y expulsan las sustancias nocivas, dañinas o inservibles para ellos, a través del cuerpo o la fotosíntesis, y esto se hace mediante la excreción. En el caso de los humanos y animales, lo hacemos mediante la orina y la materia fecal, gracias al sistema excretor.
- La respiración. Incluimos la respiración dentro de la nutrición porque es el proceso metabólico que nos permite tener, elaborar y mantener toda la energía que hemos adquirido mediante la alimentación. Consiste en la entrada de oxígeno al cuerpo y expulsión del dióxido de carbono, mediante el sistema respiratorio.



La nutrición y la salud hoy en día son consideradas inversiones que conducen a la formación de capital humano. La merienda escolar es una inversión en la salud, la nutrición y la educación de los niños y por ende en el futuro de una nación.

Quezada S, 2015. El proceso vital de todo ser vivo está basada en tres funciones: nutrición, relación y reproducción determinadas a mantener la vida y esto es lo que diferencia la materia con vida de la materia sin vida.

Quezada S, 2015. “Quiero destacar la gran importancia que tiene el programa de Merienda Escolar, pues hoy en día la nutrición y la salud son consideradas inversiones que conducen a la formación de capital humano. Y Nicaragua está haciendo una gran inversión en su población infantil y el resultado es la mayor recompensa que una nación puede recibir: niños y niñas llevando una vida activa y saludable y recibiendo educación”, expresó la Representante del PMA, Antonella D’Aprile durante el acto de inicio de la distribución de los alimentos. A su lado, la vice ministra de Educación, Francis Díaz.

En Nicaragua, la deficiencia de proteínas y energías es la forma de desnutrición más generalizada, casi siempre vinculada con condiciones de pobreza y asociada a carencias de nutrientes específicos. Esta deficiencia se manifiesta con un retraso del desarrollo físico e intelectual de los niños y niñas.

Para fundamentar científicamente este estudio se hizo necesario revisar las principales teorías relacionadas al tema, con el fin de comprender y sustentar el problema de investigación, entre estos se menciona primeramente el siguiente concepto:

#### **5.4. Hábitos alimenticios**

Según Macías M, Gordillo S, & Camacho M, 2012, En el caso de la alimentación como un proceso social, esto no sólo permite al organismo adquirir sustancias

energéticas y estructurales necesarias para la vida, sino también son símbolos que sirven para analizar la conducta. Por otro lado, la nutrición como proceso aporta energía para el funcionamiento corporal, regula procesos metabólicos y ayuda a prevenir enfermedades.

#### **5.5. Los hábitos alimentarios.**

Se tratan de manifestaciones recurrentes de comportamiento individual y colectivo respecto al qué, cuándo, dónde, cómo, con qué, para qué se come y quién consume los alimentos, y que se adoptan de manera directa e indirectamente como parte de prácticas socioculturales". Por tanto, en la adopción de los hábitos alimentarios intervienen principalmente tres agentes; la familia, los medios de comunicación y la escuela.

Cruz Lozada, 2014, Revista Chilena. Nutricional. En el caso de la familia, es el primer contacto con los hábitos alimentarios ya que sus integrantes ejercen una fuerte influencia en la dieta de los niños y en sus 8 conductas relacionadas con la alimentación, y cuyos hábitos son el resultado de una construcción social y cultural acordada implícitamente por sus integrantes. Con base en lo anterior los hábitos alimentarios se aprenden en el seno familiar y se incorporan como costumbres, basados en la teoría del aprendizaje social e imitado de las conductas observadas por personas adultas que respetan.

Para Macias M, Gordillo S, & Camacho M, 2012. Otros modos de aprendizaje se dan a través de las preferencias o rechazos alimentarios en los niños, en donde estos últimos son expuestos repetidamente a una serie de alimentos que conocen a través del acto de comer enmarcado por encuentros entre padres e hijos.

Sin embargo, los hábitos alimentarios se han ido modificando por diferentes factores que alteran la dinámica e interacción familiar; uno de ellos corresponde a la situación económica que afecta los patrones de consumo tanto de los niños como de los adultos, la menor dedicación y falta de tiempo para cocinar, lo que provoca que las familias adopten nuevas formas de cocina y de organización y la pérdida de autoridad de los padres en la actualidad, ha ocasionado que muchos niños coman cuándo, cómo y lo que quieran.

Por su parte, Pulido & Díaz, 2014. La publicidad televisiva forma parte del ambiente social humano, que en el caso de su influencia en los hábitos alimentarios de los niños ha ido desplazando a instancias como la familia y la escuela; promoviendo un consumo alimentario no saludable, ya que los niños son más susceptibles de influenciar, debido a que se encuentran en una etapa de construcción de su identidad, y por lo tanto son fácilmente manipulables por los anuncios publicitarios que promocionan nuevos alimentos.

En el caso de la escuela, dicha institución permite al niño enfrentarse a nuevos hábitos alimentarios que en muchas ocasiones no son saludables; aunque también asume un rol fundamental en la promoción de factores protectores en cuestión de hábitos alimentarios. En este sentido, las acciones de promoción y prevención escolar están a cargo de los profesores a través de los contenidos temáticos en materias como ciencias naturales. Sin embargo, es necesario tratar este tipo de temas desde una perspectiva integral que permita combinar conocimientos, actitudes y conductas saludables que promueva en los niños un estilo de vida saludable, e incluso coadyuve a evitar la aparición de síntomas de trastornos alimentarios.

Así de esta manera las necesidades vitamínicas pueden satisfacer la dieta más o menos balanceada en los niños, sobre todo incluyéndoles alimentos crudos como

frutas y vegetales , ya que algunas vitaminas se descomponen rapidamente en el tiempo de cocion.

#### **5.6. Tipos de alimentos:**

Ministerio de salud dirección general de extensión y cobertura de la calidad dirección de Normativa – 029, representan para todos los seres vivos la única manera natural que el cuerpo necesita para vivir, los alimentos están de acuerdo a los estándares de crecimiento , alimentación y nutrición

#### **5.7. Vitaminas:**

Según Borgues, 2005.Citado por Rojas Infantes, 2011. Se denomina vitaminas a distintas sustancias que ayudan al correcto funcionamiento del organismo de los seres vivos, pero que en general no son sintetizadas por su cuerpo, es decir deben obtenerse del exterior a traves de la alimentacion.

Como su nombre lo dice, la palabra vitamina, etimologicamente procede de Vita (vida) y amina ( sustancia quimica), significa sustancia necesaria para la vida ; Las vitaminas deben ser ingeridas en dosis juntas y equilibradas para mejorar el funcionamiento fisiologico por eso resulta imprencindible obtenerla a partir de la alimentacion.

Por lo tanto una dieta sana y balanceada , rica en frutas y verduras , pero tambien en carnes, pescado y cereales proporcionan la cantidad necesaria de vitaminas que los niños necesitan.

#### **5.8. Tipos de vitaminas.**

Las vitaminas se clasifican en dos tipos, dependiendo de su capacidad de disolverse en agua son hidrosolubles, las que disuelven en aceite son liposolubles.El cuerpo humano necesita de 13 vitaminas estas se clasifican en :

**Hidrosolubles** : del complejo B (B1,B2,B3,B5,B6,B7,B8,B9,B12) y la vitamina C. Estas vitaminas se eliminan por la orina ( excepto la B 12) estas vitaminas deben consumirse en la dieta diaria ; casi todas las vitaminas abren el apetito, pero tambien permiten el buen funcionamiento para el organismo por que actuan como catalizadores de los procesos quimicos y funcionan como antioxidantes, mejorando la actividad celular.

**Liposolubles** :Son unicamente las vitaminas A,D,E y K estas se almacenan en las grasas del cuerpo y por esa razon no requieren de consumirse de forma continua.

#### **5.9. Función de las vitaminas.**

Existen distintos tipos de vitaminas, con una constitucion quimica y funciones en el organismo diferente en su mayoría operan como precursoras de coenzimas, es decir sustancias reguladoras o catalizadoras de distintas reacciones corporales, las vitaminas son materia prima necesarias para la construccion de ciertos tipos de proteinas reguladoras en nuestro organismo.

Es por esta razon que se considera a las vitaminas como aminoacidos esenciales que deben estar mas o menos presentes en la alimentacion cotidiana del infante, para prevenir infecciones. Por ejemplo la vitamina C es muy vinculada con el sistema inmunologico por eso es recomendada para combatir la gripe y otras enfermedades virales

#### **5.10. Vitaminas importantes para el desarrollo de los niños**

**Acido fólico o vitamina B6. Hidrosoluble.** Es esencial para la reproduccion celular y por lo tanto para el crecimiento y desarrollo neuronal. Estan en legumbres, citricos y verduras de hojas verdes.

**Vitamina B12. Hidrosoluble.** Participa en la multiplicación de los glóbulos rojos en la sangre e interviene en el desarrollo del sistema nervioso. Estas se encuentran en el pescado, lácteos, carne roja, huevo y cerdo.

**Vitamina A o betacaroteno. Liposoluble.** Tiene propiedades antioxidantes, es esencial para mejorar el sistema inmunológico, ayuda al desarrollo de la visión, y ayuda en la formación de la piel, huesos y dientes. Esta presente en lácteos, vegetales de hojas verdes, zanahoria, ayote, aceites y pescado.

**Vitamina E. Liposoluble.** Importante para el desarrollo cerebral actúa como antioxidante e interviene en la formación de glóbulos blancos y rojos, la encontramos en huevo, aceites, cereales integrales y verduras de hojas verdes.

**Vitamina D. Liposoluble.** Ayuda a absorber el calcio de esta manera interviene en la mineralización de huesos y dientes la encontramos en cantidades mínimas en el cuerpo a través de la exposición de la piel a los rayos solares, por este motivo los bebés deben ser expuestos a los rayos solares en sus primeros días de vida.

**Vitamina C. Hidrosoluble.** Interviene en la reconstrucción de los tejidos por eso mantiene la piel y los ligamentos en óptimas condiciones, y ayuda a fortalecer las defensas del organismo. Sirve para absorber mejor el hierro de los alimentos y así prevenir la anemia. La encontramos en los cítricos, el kiwi, limón, mandarina entre otros.

**Vitamina B1.** Presente en arroz.

**Vitamina B2.** Presente en las carnes, lácteos, y huevos.

**Vitamina B12.** Presente en los alimentos grasos carnes rojas, huevo y leche.

**Vitamina K.** Se encuentra en algunos tubérculos y legumbres.

**Vitamina B5.** Esta en cereales integrales y carnes.

**Vitamina B6.** También presente en las carnes y los lácteos principales.

**Vitamina B3.** Esta en numerosos cereales y carnes.

**VitaminaB9** en casi todas las legumbres de consumo cotidiano.

Hábitos Alimenticios: Los hábitos alimenticios son la selección y elección de la cantidad, calidad y forma de preparación de los alimentos que consume un individuo, como respuesta de sus gustos, disponibilidad de alimentos, poder adquisitivo, tradiciones familiares y socioculturales. Para Macías M, Gordillo S. y Camacho R ,2009.

**Los alimentos -se clasifican según los tipos:**

- 1- Alimentos básicos: frijoles, arroz, maíz, y sus derivados, plátano, maduro, pan, pasta.
- 2- Alimenticios: cebada, avena, pinol, pinolillo.
- 3- Alimentos de origen animal: son los que se utilizan para garantizar el crecimiento y desarrollo, estos proporcionan proteínas, forman los tejidos del cuerpo durante el embarazo para formar la placenta, aumentar el tamaño del útero y los pechos, y para la producción de leche materna. Reponer toda la célula del cuerpo piel, pelo y uñas también para reparar los tejidos, herida y quemaduras para producir líquidos del cuerpo como sudor, saliva, sangre y hormonas.
- 4- Los alimentos de origen animal son: leche, cuajada, queso, carne, pollo, pescado, cerdo, viseras (corazón, hígado y riñones,) garrobo, cabro y bueyes, es recomendable comer al menos dos o tres veces un vaso de leche, un pedazo de queso, cuajada o huevo, se recomienda comer carne dos o tres veces a la semana.
- 5- Alimentos nutritivos: este grupo de alimentos se incluyen las frutas y verduras.

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

- a) Frutas: papaya, mango, melón, naranja, limón, guayaba, pejibaye, mandarina, piña. Fruta de pan, mamones, nancites, zapote, guanábana, mamey, marañón, etc.
- b) Verduras: ayote, zanahoria, pipían, tomate, chiltoma, cebolla, repollo, lechuga, apio, chayote, hojas verdes, pepino, remolacha, etc.

Estos alimentos contienen principalmente vitaminas (A, C, D, E, K, Complejo B, Ácido Fólico) y minerales (Hierro, Yodo, Zinc, Flúor), que en el cuerpo realiza la función de:

- Permite que se realicen las actividades del cuerpo, como la digestión, la producción de energías y formación de la sangre, huesos y diente.
- Proteger los ojos, piel, pelo y las mucosas de la nariz y boca.
- Ayuda a mantener las funciones de los nervios y el cerebro.
- Protege de las enfermedades.
- Ayuda a combatir las infecciones.

Se debe consumir de forma diaria al menos una fuente de vitamina A, las cuales están presente en las verduras y frutas de amarillo y naranja intenso como: ayote, zanahoria, plátano maduro, mango maduro, melón, marañón y pejibaye.

Los Azúcares y las Grasas: estos son alimentos que con pequeñas cantidades dan mucha energía, por tanto, no se deben consumir en exceso. Son los que ayudan a completar la energía que pueden faltar del alimento básico. Endulzando los frescos y en el aceite con el que se cocina y fríen los alimentos, por lo que se debe vigilar que las cantidades utilizadas sean pequeñas.

Azúcares: azúcar de caña o de mesa, dulce de rapadura, miel, jalea.



Grasas: aceite vegetal, mantequilla, margarina, crema, manteca vegetal o de cerdo, aguacate, maní, coco, cacao.

El agua: es indispensable para llevar los nutrientes a las células del cuerpo, eliminarlos desechos y mantener la temperatura del cuerpo. Constituye las dos terceras partes del cuerpo humano, por lo tanto debemos consumir al menos ocho vasos de agua por día.

Identificar los grupos de alimentos y sus funciones es importante, sin embargo lo fundamental es la combinación de estos para lograr una dieta balanceada. Comer alimentos de un solo grupo no nos asegura el suministro esencial de los diferentes elementos o nutrientes en edad preescolar.

**Según Martínez Cruz E. en el año 2013, condición nutricional en la niñez menor de 5 años** .La edad preescolar es el periodo que inicia al cumplir el primer, año de vida y continúa hasta los cinco años. Esta es una etapa de muchos cambios, especialmente en lo que se refiere a:

- ✚ Dependencia del cuidado de otras personas.
- ✚ Control de esfínteres (control del deseo de orinar y defecar)
- ✚ Sociabilización con su familia y personas ajenas.
- ✚ Ampliación de su medio de acción.
- ✚ Crecimiento físico.

#### **5.11. Características de la alimentación adecuada para los niños y niñas.**

La alimentación y nutrición adecuada de un menor depende directamente de los alimentos que recibe, de acuerdo a su edad. La edad a su vez, condiciona el tipo o la calidad del alimento, la frecuencia, la cantidad y consistencia de los mismos. La

alimentación del niño y la niña es considerada adecuada cuando cumple lo siguiente:

- a) La frecuencia: número de veces en que se debe alimentar durante las 24 horas.
- b) La cantidad: porción o número de cucharadas o tazas, que se debe servirse en cada tiempo de comida o merienda.
- c) La consistencia: forma en que se ha preparado y presentado el alimento (líquidos; espesos o en formas de masita; semisólidos como puré; sólidos desmenuzadas, picados o en trocitos).
- d) La variedad: depende de los tipos de alimentos servidos en el plato, los cuales aportan las sustancias nutritivas que necesita el cuerpo, para funcionar adecuadamente. En cada tiempo de comida se debe incluir al menos un alimento de cada uno de los tipos de alimentos.

Para Esquivel, & Hernández, en el año 2015 Son compuestos orgánicos presentes en la dieta en pequeñas cantidades, los cuales en general no pueden ser fabricados por las células del cuerpo y que al faltar pueden ser causas de varias creencias metabólicas específicas.

En esta etapa los niños desarrollan una gran actividad física, por lo que su gasto energético aumentará considerablemente por ese motivo debe adaptarse su consumo de calorías a su realidad, desde el punto de vista del desarrollo psicomotor, el niño ha alcanzado un nivel que le permite una correcta manipulación de los utensilios empleados durante las comidas siendo capaz de usarlos para llevarse los alimentos a la boca.

Una de las características en esta edad es el rechazo a los alimentos nuevos por el temor a lo desconocido se trata de una etapa normal del proceso madurativo en el aprendizaje, el niño en la etapa preescolar puede reconocer y elegir los alimentos, normalmente el niño tiende a comer lo que ve comer a sus padres y personas que estan a su cargo.

De igual forma los niños imitan también en la alimentación en la escuela, ese proceso se amplía y el niño adquiere hábitos nuevos debido a la influencia externa del docente.

La educación alimentaria y nutricional es fundamental porque el docente es el que más está en contacto con los niños y niñas y puede observar su comportamiento y capacidad de aprendizaje.

Los alimentos con un alto contenido en este tipo de grasa, como las galletas, las galletas saladas las patatas de bolsas y el pan parecen en las estanterías de los supermercados.

Las grasas pueden contribuir a una buena salud a aumentar el riesgo de padecer alguna enfermedad. Seleccionar las cantidades y el tipo de grasas adecuados en la dieta es importante para estar sanos. Debido a que las grasas que se añaden a los alimentos pueden hacer que se oxiden y perezcan, los fabricantes añaden conservantes a los alimentos ricos en grasas para que duren más.

Nivel de incidencia de las escuelas en la nutrición de los niños/as del primer, segundo y tercer nivel.

Los niños/as de 3 a 5 años de edad asisten a clase, la escuela cuenta con el programa merienda escolar, donde las madres colaboran una vez al mes en realizar la alimentación en sus hogares, la merienda está conformada por arroz, frijoles, maíz, cereal, aceite. La hora en la que se debe llevar la merienda escolar por parte

de las madres a las nueve de la mañana y las maestras reparten la comida a la hora de recreo. Este programa beneficia a los niños/as en edad preescolar tratando de complementar la alimentación que reciben los niños/as en sus hogares .

Nicaragua ha avanzado en seguridad alimentaria se ha logrado mediante los diferentes programas implementados por el gobierno con la ayuda de la cooperación extranjera aunque continúan zonas del país vulnerables y que aún se encuentran en extrema pobreza, por esta razón es necesario ampliar los programas de asistencia alimentaria sobre todo llevar estos programas a las personas de más escasos recursos, que estos programas sean eficaces y que mejoren la calidad de vida de la población.

Rojas Villanueva, 2014, dice que la actividad intelectual y física de los niños en edad escolar demanda tipos muy específicos de nutrientes. De hecho, el rendimiento de los pequeños está en parte relacionado a que su organismo reciba la cantidad y calidad de nutrientes imprescindibles para su desarrollo normal. De ahí la importancia de preparar meriendas saludables o de contar con quioscos compuestos por aquellos alimentos que suplan las necesidades biológicas del pequeño.

Ahora bien, ¿cómo preparar una merienda nutritiva? “Una merienda nutritiva incluye todos los nutrientes esenciales para ese niño que está en pleno crecimiento; los alimentos deben contribuir al mejor desarrollo y bienestar del estudiante. Debe contener lácteos, frutas, agua y cereales”, expresa la nutricionista.

Debe estar compuesta también de alimentos ricos en calcio, como leche, queso y yogur, que ayudan al desarrollo de huesos sanos hasta aproximadamente los 18

*Autoras: Vanessa del Carmen Aleman Escobar.*

*Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.*

*Meylín Yesenia Puerto Flores.*

años. También hortalizas que son ricas en vitaminas A, C y D, minerales como el potasio (jugo de piña) son importantes para el desarrollo muscular y un crecimiento normal, por lo que también deben ser incluidos.

Introducir, además, todos los días alimentos ricos en vitamina C; preferir las frutas frescas como mandarinas, naranjas y piñas en pedazos, manzanas, peras, pues son más fáciles de comer. Otras frutas que pueden servir son las ciruelas, ricas en hierro y buenas aliadas para combatir el estreñimiento. Seleccionar panes de harina integral. Si al niño le gustan los alimentos más crujientes, puede ofrecerle cereales enriquecidos, como las barritas de cereal. Los sándwiches preparados con pan integral son otra alternativa sabrosa y nutritiva. Para complementarlos, añada lechuga, tomates y queso bajo en grasa.

¿Qué hacer con los niños que no llevan merienda?

Los niños de hoy día son cada vez más despiertos, por eso es posible que cuando cumplan los siete años de edad o tal vez más, se rehúsen a llevar loncheras y prefieran “comprar la merienda”. En este caso, lo recomendable es enseñarles a los hijos a elegir en los quioscos del colegio alimentos que sean saludables.

Atendiendo a esta realidad es que el Instituto Nacional de Alimentación y Nutrición (INAN) se encuentra trabajando fuertemente en la promoción de alimentación y estilos de vida saludable. Para ello cuenta con ciclos de capacitaciones y sensibilizaciones en diferentes áreas, una de ellas son los quioscos escolares”.

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

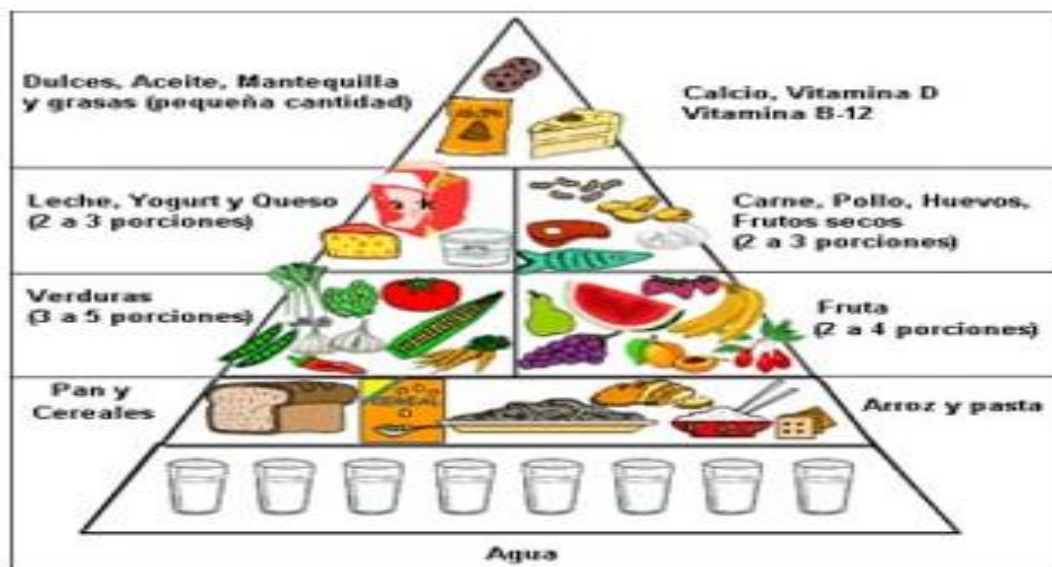
---

### **5.12. Merienda Nutritiva**

Está compuesta por alimentos que proporcionan energía (pan, galleta, plátano, queso, tortilla con huevo, etc.) también los padres pueden enviar alimentos lácteos como la leche combinada, frutas o cereales y yogurt, etc.

Los padres deben enseñar a los niños y niñas a desayunar todos los días, comer variedad de alimentos, consumir frutas frescas, verduras y vegetales, tomar líquido entre comidas y no con la comida, y los padres no deben usar mucha azúcar y sal. Más de la mitad de los niños y niñas no llevan lonchera y estas contienen jugos esquimos, caramelos y meneítos, menos de la mitad llevan dinero a la escuela.

Ejemplo de una piramide de los tipos de alimentos que puede llevar en su merienda escolar.



### **5.13. Estilos de vida saludables:**

Es evidentemente la situación actual y los cambios y se prevén de gran importancia en los niveles de pobreza y la calidad de vida incluyendo la situaciones de nutrición

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.*

*Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.*

*Meylín Yesenia Puerto Flores.*

y salud en las poblaciones considerando que se puede contribuir al mejoramiento del estado nutricional y de la salud contribuyendo al desarrollo humano y económico en la edad temprana del niño se propone entonces los estilos de vida saludable y los conocimientos en una alimentación y nutrición de madre y niños para el bienestar y desarrollo.

En los estilos de vida se reflejan las condiciones económicas y sociales es decir de una forma determinada como la cultura, grupo poblacional, naciones e incluso grupos sociales.

El análisis de los estilos de vida adquiere inter, conjunto y pautas para mejorar en muchos países por medio de los siguientes pasos:

1. Atención a la higiene, incluyendo la higiene alimentaria.
2. Mejores sistemas de saneamiento y disposición de excretas y basura.
3. Suministro de agua potable más segura y abundante.
4. Mayor conocimiento y percepción de la salud.
5. Mejores servicios de salud.

#### **5.14. Influencia de los padres en los hábitos alimentarios de los niños**

La salud y la educación están íntimamente vinculadas. La influencia de la escuela para la construcción de conocimientos y el aprendizaje de actitudes relaciona con la salud, permite al individuo a aspirar a una vida sana, actuar como intermediarios para cambiar sus circunstancias de vida y tomar decisiones acertadas vinculadas con la estructuración de ambientes saludables. La educación debe ser considerada una variable fundamental para enfrentar la mal nutrición.

Considerando que la alimentación y nutrición son procesos influenciados por aspectos biológicos, ambientales, socioculturales y familiares que durante la infancia contribuyen a un desarrollo y crecimiento óptimo, así como una maduración psicosocial es necesario que los niños adquieran durante esta etapa hábitos alimentarios saludables.

Sin embargo los hábitos alimentarios se han ido modificando por diferentes factores que alteran la dinámica e interacción familiar; uno de ellos corresponde a la situación económica que afecta los patrones de consumo tanto de los niños como de los adultos, la menor dedicación o falta de tiempo para cocinar, lo que provoca que las familias adopten nuevas formas de cocinas y de organización y la pérdida de autoridad de los padres en la actualidad, ha ocasionado que muchos niños coman cuándo, cómo y lo que quieran.

### **5.15. El rol del docente**

**EI MINED** ha implementado desde el año 2004 la merienda escolar como una estrategia que ayude a mejorar el rendimiento académico y mejor la nutrición en los niños y niñas.

La mayoría de los nutrientes que nosotros consumimos son absorbidos en nuestro cuerpo a través de las vellosidades de nuestro intestino delgado. Son pequeñas proyecciones, como unos dedos que se especializan en la absorción de nutrientes. Nosotros damos por hecho que nuestro organismo absorbe toda la nutrición de nuestra comida y los suplementos de forma eficiente y completa. Sin embargo, para muchos de nosotros la absorción de nutrientes podría verse disminuida como



resultado de malos hábitos alimentarios, continuas dietas de adelgazamiento y otros factores relacionados con el estrés que existen en la sociedad actual.

Esto significa que muchos de nosotros estamos comiendo bien, pero no obtenemos una completa nutrición. Asegurar que nuestro cuerpo absorbe al máximo los nutrientes que consumimos. Así, podemos luchar contra los dañinos efectos de los hábitos alimentarios pobres, el estilo de vida estresante o las enfermedades, y comenzar un proceso de regeneración y revitalización de nuestras células con buena nutrición.

El Programa de Alimentación Escolar del Ministerio de Educación (MINED) es el Programa de Protección Social más grande de Nicaragua. Atiende a 1 millón 50 mil niños y niñas de preescolar y primaria en más de 15 mil escuelas públicas de todo el país. Su propósito es fortalecer la educación y la nutrición de los estudiantes proporcionándoles meriendas nutritivas calientes en las escuelas. La estrategia es implementada a través del Programa Integral de Nutrición Escolar (PINE-MINED) que recibe apoyo técnico y financiero del Programa Mundial de Alimentos (PMA). Con contribuciones del PMA, 150 mil niños y niñas reciben meriendas escolares en el departamento de Jinotega y en la Región Autónoma del Caribe Norte, donde se concentran los mayores niveles de desnutrición crónica infantil. La canasta básica de alimentos para las meriendas incluye frijoles, arroz, maíz, cereal fortificado con micronutrientes, aceite vegetal y en ocasiones, leche en polvo. Las madres y padres de familia aportan vegetales frescos para enriquecer y mejorar la preparación de la comida. Intervención

El Reino de Arabia Saudita otorgó una donación de 136 toneladas métricas de dátiles a Nicaragua a mediados del año 2013, por un valor de 266 mil dólares. Fue la primera vez que un país de América Latina aceptaba donaciones de este fruto

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.*

*Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.*

*Meylín Yesenia Puerto Flores.*

producido por palmeras del Medio Oriente y África del Norte, considerado un valioso alimento, que es comúnmente llamado “la fruta del paraíso”. Por el alto valor calórico y energético de los dátiles y el aporte que brindan a la salud, entre los que destaca el tratamiento de la anemia, esta contribución fue destinada a complementar la merienda de las niñas y los niños de preescolar y primaria. En Nicaragua, los dátiles generaron un alto nivel de interés entre autoridades educativas, estudiantes y población en general.

#### **5.16. Importancia de la alimentación en la niñez.**

Desde 2005 la llamada tridimensionalidad de la nutrición establece las relaciones entre los alimentos y los sistemas biológicos, sociales y ambientales de cada sociedad

Conseguir un estado nutritivo óptimo, mantener un ritmo de crecimiento adecuado y tener una progresiva madurez biopsicosocial y establecer recomendaciones dietéticas que permitan prevenir enfermedades de origen nutricional que se manifiestan en la edad adulta, pero que inician durante la infancia. Es en esta etapa cuando se adquieren los hábitos alimenticios que tendrán durante toda su vida; sin embargo, también es una etapa de gran variabilidad debido a la presencia de factores como: ámbito laboral, la gran influencia de la publicidad y la televisión, la incorporación más temprana de los niños a la escuela y la mayor posibilidad por parte de los niños de elegir alimentos con Los padres tienen una gran influencia sobre los hábitos alimenticios de los niños y son ellos los que deben decidir la cantidad y calidad de los alimentos proporcionados durante esta etapa; en conjunto con los padres, la escuela (principalmente profesores) juega un papel importante en el fomento y la adquisición de hábitos alimentarios saludables y educación para la salud.

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

## **VI. Matriz de Descriptores**

<b>Propósitos</b>	<b>Preguntas de investigación</b>	<b>Descriptores</b>	<b>Técnicas de recolección de datos</b>	<b>Fuente</b>
-------------------	-----------------------------------	---------------------	---	---------------

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.  
Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.  
Meylín Yesenia Puerto Flores.*

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

<p>Identificar si la alimentación que reciben los niños es nutritiva y adecuada Para fortalecer su desarrollo.</p>	<p>La Alimentación que reciben los niños ¿es adecuada para fortalecer su desarrollo?</p>	<p>¿El niño trae lonchera de casa o no? ¿Qué tipos de alimentos nutritivos traen los niños a la escuela en sus loncheras?                  ¿Aquí en la Escuela usted les explica la importancia de comer saludable?                  ¿Lo que venden en el quiosco es nutritivo y fresco?                  ¿Ha observado en el aula algunos niños con carencia de vitaminas?</p>	<p>Entrevistas Observación</p>	<p>Docente Niños padres</p>
<p>Describir las acciones que</p>	<p>¿Qué acciones</p>	<p>¿Qué tipo de complementos</p>	<p>Entrevistas observación</p>	<p>Docente Niños</p>

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.  
 Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.  
 Meylín Yesenia Puerto Flores.*

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

<p>realiza la maestra en el centro, para promover una adecuada alimentación desde el hogar.</p>	<p>realiza la maestra en el centro, para promover una adecuada alimentación desde el hogar?</p>	<p>utilizan para una alimentación nutritiva?                  ¿Cuándo se dan cuenta que hay niños y niñas que carecen de vitaminas?                  ¿enseña a los niños a identificar el tipo de alimentos, entre nutritivos y chatarras?                  Presenta los alimentos nutritivos en laminas para que los niños los conozcan.                  Conversa con los padres de Familia Cuando los niños llevan alimentos</p>		<p>Padres</p>
---	---	---	--	---------------

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

		chatarras a la Escuela en sus loncheras.		
Determinar el rol de los padres de familia para que los niños reciban una merienda escolar adecuada.	¿De qué manera colaboran los padres de familia para que los niños puedan adquirir una alimentación adecuada?	¿Qué acciones realiza usted para conseguir que su hijo se alimente de forma nutritiva? ¿Cuáles son los alimentos nutritivos para usted? ¿Qué le gusta comer a su hijo o hija?  ¿Qué hace para que su hijo reciba las vitaminas de los alimentos que no consume? ¿Qué tipos de alimentos le	Entrevista	Padres de familia

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.*

*Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.*

*Meylín Yesenia Puerto Flores.*

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

		alista en la lonchera a su hija o hija?		
--	--	---	--	--

## **VII. PERSPECTIVAS DE LA INVESTIGACION**

Esta investigación tienen un enfoque cualitativo lo cual indica que tiene como característica la descripción de las cualidades de un fenómeno; busca un concepto que pueda abarcar una parte de la realidad, no se trata de probar o de medir en que grado una cierta cualidad se encuentra en un cierto acontecimiento dado, sino de descubrir tantas cualidades como sea posible.

### **7.1. Enfoque de la investigación**

Esta investigación es de enfoque cualitativo, porque tiene un carácter flexible centrado en describir e interpretar la situación problemática que afecta al grupo sujeto de investigación, respetando su realidad natural, aunque tiene como meta lograr su transformación positivamente. En vista que se buscó conocer los hechos, procesos, estructuras y sobre todo a las personas en su totalidad y no a través de la medición de algunos de sus elementos que la componen o la definen.

El enfoque cualitativo también tiene una perspectiva holística, no prueba teorías o hipótesis, por tanto, nuestro estudio es de naturaleza flexible, esto permitió a las investigadoras plantear un diseño metodológico adecuado a la realidad del escenario de la investigación y a los sujetos que se investiga de una manera flexible sin buscar alterar su propia realidad evitando así crear sesgos en la información que se logró obtener.

### **7.2. Tipo de estudio**

Este estudio es de tipo descriptivo porque establecemos un primer contacto con el fenómeno de estudio, se seleccionaron una serie de cuestiones a las que se

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.*

*Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.*

*Meylín Yesenia Puerto Flores.*



pretendieron brindarles una respuesta lógica y objetiva desde una perspectiva científica retomando todos aquellos detalles que componen la realidad de los sujetos investigados y que aportaban valiosa información a la investigación. Por otro lado, según el periodo del estudio es de tipo transversal, pues se ha considerado estudiar una parte o etapa del desarrollo del problema, en este sentido en el primer semestre del año escolar 2019.

### **7.3. Escenario de la investigación**

El escenario de esta investigación fue en el aula de clase de I nivel de educación inicial del colegio San Francisco de Asís, ubicada dentro del centro escolar en el primer pabellón de la izquierda, cuenta con un mobiliario adecuado a su nivel dentro del salón hay tres mesas y la cantidad de silla coincide con la matrícula, el salón de clases no tiene ventilación solo tiene un portón en la parte de enfrente, el aula es cerrada, no tiene la iluminación natural adecuada para este nivel solamente cuentan con iluminación artificial, con respecto a la ambientación de acuerdo a lo observado se considera que se debe mejorar conforme el nivel y edad de los niños de igual manera se observó que carecen de escenarios pedagógicos.

Los espacios para poder comer su merienda era el adecuado, los niños hacían uso de las mesas en ellas ubicaban sus loncheras, esto les permitía a la docente ayudar a los pequeños con facilidad a abrir sus loncheras y sacar sus alimentos de la misma para comer con tranquilidad.

### **7.4. Selección de los informantes**

Al seleccionar a los informantes, previamente se realizaron diversas visitas a la Escuela San Francisco De Asís, para poder tomar en cuenta la riqueza de información que nos podrían brindar, es por eso que hemos seleccionado en primer

lugar al director por el nivel de responsabilidad en las decisiones que competen a la escuela, luego a la docente de I nivel persona adulta que interactúa día a día con cada uno de los estudiantes no solo en el proceso de enseñanza aprendizaje sino en todos los ámbitos dentro y fuera del aula de clase como parte de nuestro foco de investigación que nos ocupa; a su vez se les realizó entrevista a los padres de familia y a través de la observación verificamos que el padre de familia no le da la importancia a una alimentación nutritiva.

Asimismo, tuvimos la oportunidad de interactuar con los niños y también observamos su momento de merienda donde confirmamos los diferentes tipos de alimento que llevaban en sus loncheras.

#### **7.5. Contexto en que se ejecutó el estudio**

El estudio se realizó en la ciudad de Managua en el distrito VI, escuela San Francisco De Asís ubicada del Tope de villa flor sur 3 cuadras  $\frac{1}{2}$  al sur 1.  $\frac{1}{2}$  abajo limita al sureste con el barrio German Pomares y el barrio Rene Polanco, norte con el barrio Enrique Smith, sur barrio 28 de mayo con esta Escuela fue fundada en 2000, llevando el nombre de la escuela San Francisco de Asís antes de ser elevada a escuela atendía a niños de escasos recursos como un comedor Infantil bajo la dirección de la orden Franciscana.

El ministerio de educación no tuvo ninguna inconveniencia con respecto al cambio, la escuela cuenta con tres pabellones, uno con 3 aulas y el otro con 4 aulas y la dirección del centro, servicios higiénicos, quiosco, y sus respectivos servicios básicos como; agua potable, aguas residuales, energía eléctrica, teléfono.

Actualmente la escuela cuenta con un personal de 9 docentes, 1 personas de administración, una directora, 1 secretaria, 1 conserjes, 1 guardas de seguridad. Las rutas de acceso, para llegar al lugar donde se realizó la investigación son las siguientes.119, 106, 101,163.

## **7.6. Rol del investigador**

Esta investigación se realizó por tres estudiantes de la carrera de pedagogía con mención en educación infantil, teniendo como guía su propia experiencia en los salones de clase y contando con el apoyo del centro escolar.

En dicha investigación las investigadoras tuvieron un papel importante en la recopilación de la información.

Vanessa Del Carmen Alemán Escobar estudiante de la carrera de pedagogía con mención en educación infantil de 39 años de edad, con una experiencia de 10 años como docente con título normalista egresada de la escuela Alessio Blandón, desempeñe varios roles uno de ellos fue detectar la problemática en el I nivel de la escuela antes mencionada , también fui el contacto principal con las autoridades del centro escolar , de igual forma participe junto a mis compañeras con la redacción de esta investigación.

Darling De Los Ángeles Ruiz Benavides estudiante de pedagogía con mención en educación infantil de 33 años de edad con una experiencia como docente empírica de 13 años me desempeñe en esta investigación en indagar en los antecedentes

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.*

*Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.*

*Meylín Yesenia Puerto Flores.*

teóricos sobre el foco en estudio, para eso fue necesario realizar una revisión en el centro de documentación de pedagogía de la UNAN- Managua, realicé una revisión documental por internet, también me encargue de apoyar con enviar los correos a la tutora y realizar las entrevistas a los padres de familia.

Meylin Yesenia Puerto Flores estudiante de la carrera de pedagogía con mención en educación infantil de 38 años de edad con una experiencia de 15 años como docente con título normalista egresada de la escuela Alessio Blandón me desempeñe en varios roles encargándome de la digitación del trabajo, colabore en la redacción junto a mis compañeras, realicé las entrevista a la docente y las observaciones en el centro escolar San Francisco de Asís.

En esta investigación las investigadoras se han esforzado por explicar el propósito general que es Analizar la importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de primer nivel del Centro Educativo San Francisco de Asís, por esta razón se utilizaron los instrumentos como es la observación y la entrevista para obtener información de forma ética y profesional.

#### **7.7. Técnicas de recolección de datos**

Una vez que los investigadores establecieron una buena comunicación con el director, procedieron a realizar una entrevista en base en la guía de observación preparada para tal fin, a través de la cual se buscó información acerca de los principales problemas de la escuela y derivó en la definición de la importancia de una buena alimentación que brindan los padres de familia del I nivel como objeto de estudio. (Véase en el anexo #1)

Posteriormente se realizó entrevista a la docente de I nivel (véase en el anexo # 2) y a la directora, para conocer su perspectiva del trabajo sobre la importancia que brinda los padres de familia de una buena alimentación.

Finalmente, se realizó tres sesiones de observación al momento de la merienda escolar y el receso de 1e nivel con el fin de identificar si la docente verificaba el tipo de alimento que llevaban los niños en sus loncheras y en el receso el tipo de alimento que se vendían en el quiosco.

### **7.8. Criterios regulativos**

En este estudio se estableció como criterio de calidad la técnica de triangulación para procesar la información obtenida por cada una de las fuentes y los instrumentos aplicados, haciendo una confrontación de las opiniones dadas por cada uno de las fuentes, respetando a los sujetos de estudio y sus puntos de vista con respecto al tema de investigación. Por el escenario y realidad donde se desarrolló el fenómeno objeto de investigación es de carácter educativo, con los siguientes criterios regulativos:

**Consistencia:** dada a los resultados obtenidos a situaciones que tengan relación con la importancia de una adecuada alimentación, son datos tomados y constatados con las opiniones de los informantes basados en lo observado y en las entrevistas que se realizaron tanto a los padres de familia como ala docente.

**Neutralidad:** los resultados obtenidos son el reflejo de la información que dieron los sujetos, no hay riesgo que permitan dudar de los mismos. Los datos se presentan tal y como se reflejan en la información proporcionada y los hallazgos de la investigación.

**Veracidad:** El tratamiento directo con el mismo escenario y la relación de la investigación con los informantes muestra una actitud de credibilidad.

Estuvimos un tiempo prolongado en el centro escolar esto nos permite por medio de lo observado tanto en el escenario como los informantes mayor veracidad.

### **7.9. Estrategias de acceso y retirada del escenario**

Para esta investigación se hizo fácil el acceso a la Escuela San Francisco De Asís, se le solicito permiso a la directora la cual muy amable permitió el acceso, para realizar este trabajo investigativo en la escuela que dirige muy amablemente nos dio el sí, estando dispuesta para colaborar con nosotras.

Luego nos llevó a presentar de forma cordial donde la docente de I nivel, platicamos un poco con respecto a su experiencia y años de servicio, así como el conocimiento de una buena alimentación.

Al finalizar el proceso de investigación, nos dirigimos con la directora agradeciéndole por todo el apoyo que nos brindó, a la maestra por el valioso tiempo que nos permitió estar en su aula de clase, deseándole muchos éxitos.

### **7.10. Técnicas de Análisis**

Después de haber obtenido la información se realizaron matrices de salida de información para organizar la información e interpretar los resultados.

- De acuerdo a la matriz de descriptores.
- Objetivos específicos.
- Cuestiones de investigación.
- Técnicas para recoger información.

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

➤ Fuentes de información.

## **VIII. ANALISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS**

A continuación, se presentarán los principales resultados de estudios de acuerdo a los propósitos planteados.

Este proceso de investigación se llevó acabo en el aula de primer nivel del colegio San Fráncico de Asís se logró

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.*

*Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.*

*Meylín Yesenia Puerto Flores.*

### **8.1. Tipo de alimentación que reciben los niños**

Al momento de la entrevista la docente expreso que los alimentos nutritivos son arroz, frijoles, leche, verduras, ensaladas, frutas, huevos ella confirma que todos los niños llevan loncheras a la escuela, considera que los alimentos que venden en el quiosco no son saludables para los niños al igual que los alimentos que llevan a la escuela son pocos nutritivos de los 11 niños solo uno de ellos lleva frutas como merienda escolar el resto lleva alimentos chatarras.

Ella confirma que revisa las loncheras de los infantes para poder verificar el tipo de alimentos que llevan a la escuela y cuando el padre reincide conversa con ellos para que la merienda mejore, por otro lado ella asegura que utiliza estrategias metodológicas en el momento de enseñanza aprendizaje para fomentar la alimentación nutritiva en los pequeños a través de láminas, cuentos, cantos entre otros, según la maestra los niños prefieren comer chiverías, arroz, espaguetis, algunas frutas, gaseosas, jugos artificiales, para ella esto no es de beneficio para la salud de los infantes, también asegura que practica medidas de higiene antes y después de la merienda escolar puesto que esto es fundamental en la salud de los mismos.

Sin embargo en la entrevista a los padres de familia mencionaron que los alimentos nutritivos para ellos son arroz, frijoles, ensaladas, huevo, leche, frutas, al igual que la docente aseguraron que sus hijos llevan la lonchera a la escuela con los siguientes tipos de alimentos jugos de caja, papas Zibas, meneítos, galletas, coincidieron con la maestra que los alimentos que provee el quiosco no son saludables ni nutritivos y en algunos casos no son frescos. Expresaron que los alimentos que prefieren sus hijos son jugos de caja, frijoles, tajadas con queso, pollo frito y espaguetis; asimismo ellos confirman que la razón de ese tipo de merienda



escolar es porque sus hijos ya van bien desayunados de casa al igual que si le alistan en las loncheras alimentos como frutas, ensaladas, frescos naturales los pequeños no lo consumen porque no les gusta, confirmaron que los nutrientes que no reciben por la buena alimentación la proveen a través de las vitaminas tomadas que le ayudan al crecimiento y desarrollo de sus hijos.

Mediante el resultado de la observación pudimos verificar que la docente no revisa las loncheras de los niños ella se da cuenta del tipo de alimento que lleva cada niño hasta el momento de la merienda, no pudimos confirmar que conversa con los padres de familia para brindarle algunas recomendaciones sobre el tipo de alimentos que sus hijos deben de llevar a la escuela para poder comer saludable y que sea de beneficio para su buen desarrollo.

Tampoco realiza lavado de manos al momento que los pequeños van a comer su merienda, Asimismo no observamos ningún tipo de estrategia pedagógicas como cantos, cuentos, imágenes entre otras actividades donde pueda fomentar los buenos hábitos alimenticios de una merienda escolar saludable en los niños y que al mismo tiempo permita a los infantes conocer e identificar los tipos de alimentos saludables y no saludables que ellos puedan encontrar en los quioscos del centro.

## **8.2. Acciones que realiza la maestra en el centro para promover una alimentación nutritiva escolar desde el hogar.**

Durante el periodo de visitas en el salón de clases de primer del centro educativo San Francisco de Asís, obtuvimos información que como investigadoras nos

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.*

*Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.*

*Meylín Yesenia Puerto Flores.*

preocupa y responden a la poca comunicación que tiene la docente con los padres de familia y la falta de estrategias para incorporar en la lonchera alimentos saludables para que los estudiantes consuman durante el recreo.

Es evidente que los alimentos chatarra en su mayoría son los que ingieren los niños y niñas de primer nivel porque en las visitas realizadas solamente se observó chiverías, jugos artificiales y dulces, nada nutritivo que favorezca el desarrollo de los pequeños y la maestra no sugiere a los padres incluyan alimentación nutritiva y saludable en la lonchera ya que los productos que ofrecen en el quiosco del colegio, no favorecen a los niños para alimentarse saludablemente.

Según (Pulido &Días, 2014 nos dice en el caso de la escuela, dicha institución permite al niño enfrentarse a nuevos hábitos alimentarios que en muchas ocasiones no son saludables; aunque también asume un rol fundamental en la promoción de factores protectores en cuestión de hábitos alimentarios. En este sentido, las acciones de promoción y prevención escolar están a cargo de los profesores a través de los contenidos temáticos en materias como ciencias naturales. Sin embargo, es necesario tratar este tipo de temas desde una perspectiva integral para que todos trabajen en función de mejorar la alimentación de los niños y niñas.

### **8.3. Rol de los padres de familia para que los niños lleven una alimentación nutritiva escolar.**

Mediante las entrevistas a los padres de familia se pudo determinar el rol que tiene en la merienda escolar que los niños llevan al centro, su actitud sobre la importancia

de comer sano nos dice que están de acuerdo en que es necesario que sus hijos e hijas coman sano y que es necesaria la merienda escolar para que ellos/ellas no pasen mucho tiempo sin comer. También expresan que los alimentos preparados en casa son más saludables que los que pasan comprando en las pulperías o establecimientos de comida rápida, de igual forma la ingesta de frutas y vegetales.

Sin embargo, ambos están de acuerdo que los alimentos que ofrece el quiosco del centro escolar son chiverías y frutas que no están frescas esto es una dificultad que no se ha podido superar por que los pequeños siempre consumen lo que el quiosco vende.

No se pudo comprobar lo que los padres afirman en las entrevistas porque la merienda escolar que los niños en su mayoría llevan es comida chatarra como papas Zibas, jugo de caja, pastel, galletas, el consumo de frutas de la población estudiantil es muy poco de 11 niños solo 1 de ellos lleva. Los padres dicen que ellos les alistan este tipo de merienda a sus hijos porque ellos desayunan muy bien en casa lo cual nosotras como investigadoras no pudimos verificar.

Cruz Lozada, 2014. Revista Chilena Nutricional, septiembre 2012. En el caso de la familia, es el primer contacto con los hábitos alimentarios ya que sus integrantes ejercen una fuerte influencia en la dieta de los niños y en sus 8 conductas relacionadas con la alimentación, y cuyos hábitos son el resultado de una construcción social y cultural acordada implícitamente por sus integrantes.

Con base en lo anterior los hábitos alimentarios se aprenden en el seno familiar y se incorporan como costumbres, basados en la teoría del aprendizaje social e imitado de las conductas observadas por personas adultas que respetan.

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

Los padres de familia están conscientes de la importancia de una merienda escolar saludable, pero no practica de llevarles dicha merienda a sus hijos por la falta de hábitos alimentarios que consideramos no inculcó en sus hijos estos hábitos como hemos vistos son de gran importancia para el desarrollo nutricional de los niños y por ende de su desarrollo integral.

En varias visitas hechas a este centro pudiendo observar de cerca el momento en que los niños ingieren sus alimentos, muchos de ellos llevan alimentos poco saludables para su desarrollo dentro de estos alimentos están las chiverías tales como papas zibas, churritos, jugos artificiales, etc.; fueron pocos los que consumían alimentos nutritivos.

Según los informantes los niños y niñas prefieren comer alimentos saludables y nutritivos para su salud como arroz, frijoles, espaguetis, frutas entre otros, pero confirmamos e identificamos que practican lo contrario al momento de la merienda en el salón de clases.

Se considera que los niños no llevan una merienda escolar saludable, esto es por la falta de interés de los padres de familia y el poco conocimiento que se puede constatar de lo que es una merienda escolar saludable porque según Bermúdez Velásquez, Berríos Salinas, Bert Spitteler, Delgado Rodríguez, Castellón Cisneros (2008) Este estudio refiere que la problemática de nutrición que presentan los países latinoamericanos afecta en su mayoría a los niños y niñas en edad preescolar, por lo que se requiere su mayor atención, la formación de hábitos alimenticios saludables debe de comenzar desde los primeros años de edad ya que los hábitos instalados tempranamente tienden a perdurar a lo largo de toda la vida. Por lo antes mencionado podemos afirmar que es de gran preocupación para nosotras como investigadoras el brindar información sobre la importancia de que los

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.*

*Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.*

*Meylín Yesenia Puerto Flores.*

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

niños tengan una alimentación nutritiva escolar para tener éxito en todo el proceso de enseñanza aprendizaje.

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.  
Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.  
Meylín Yesenia Puerto Flores.*

## **IX. CONCLUSIONES**

Como resultado de esta investigación se afirma que es importante que los padres de familia le brinden mayor atención que tiene la alimentación nutritiva en la edad de 3 a 6 años de edad, implicó también un proceso de análisis, interpretación y evaluación permitiendo establecer las siguientes conclusiones, en aras de contribuir y mejorar los hábitos alimenticios en la merienda escolar de los niños de I nivel del Colegio San Francisco de Asís.

Este estudio nos permitió establecer las siguientes conclusiones, identificar si el tipo de merienda escolar que llevan los niños al centro educativo es saludable para su desarrollo.

- La merienda escolar no es saludable, ni nutritiva.
- Consumen mucha comida chatarra.
- No consumen frutas, verduras, refrescos naturales etc.
- Ninguno de los alimentos que sus padres le empacan son saludables para su pérdida de energía.
- Los alimentos que venden en el quiosco no son saludables para su desarrollo.
- De igual forma describir las acciones que realiza la maestra en el centro para promover una alimentación nutritiva escolar adecuada desde el hogar, según lo analizado en esta investigación la maestra tiene un rol fundamental para promover los buenos hábitos de alimentación pero no lo cumple como debería de ser, ella no le da el valor que tiene a dicha problemática según lo observado no pone en práctica la formación de hábitos en los pequeños tanto alimenticios como medidas de higiene, se considera que debe mejorar

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.*

*Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.*

*Meylín Yesenia Puerto Flores.*

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

en este aspecto y dar más seguimiento al tipo de alimentación de los infantes por que el docente influye como mediador en el desarrollo físico y social de los niños de primera infancia.

- La docente no contribuye a crear buenos hábitos alimenticios.
- En su proceso de enseñanza aprendizaje no hace uso de estrategias metodológicas Metacognitivas.
- La docente no le brinda una debida atención en la merienda escolar que los niños llevan al centro.

Asimismo, se determinó el rol que debe tener el padre de familia para que los niños lleven una alimentación nutritiva escolar.

- Los padres a pesar de saber y tener conocimiento de la importancia de consumir alimentos saludables; no ponen en práctica los hábitos de llevar en ingerir alimentos nutritivos para los niños de 3 a 4 años.
- Los padres aducen que llevan una merienda poco saludable porque ellos desayunan muy bien en casa lo cual con este estudio no lo pudimos comprobar.
- Los padres de familia no inculcan buenos hábitos alimenticios y esto es perjudiciales para la salud del niño porque en esta etapa deben consumir alimentos variados, los niños lo ingieren con el ejemplo y la buena práctica.

## **X. RECOMENDACIONES**

### **Al padre de familia**

- Incluir en la merienda escolar los cinco tipos de alimentos que necesita todo infante para su desarrollo tales como:
  - Verduras
  - Frutas.
  - Cereales.
  - Lácteos.
  - Carnes.
- Documentarse sobre la importancia de una merienda escolar saludable.
- Poner en práctica los buenos hábitos alimenticios para una merienda saludable.
- Apoyar en la merienda escolar, al momento de preparar los alimentos a los niños que sean de beneficio para la salud de los mismos.

### **A la docente**

- Que valore como profesional la importancia de una merienda escolar saludable.
- Que implemente estrategias metodológicas para fomentar buenos hábitos alimenticios para una merienda escolar.
- Que establezca comunicación directa con los padres de familia.



*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

- Se brinda una sugerencia que puede aplicar, como un menú para que los niños y niñas consuman alimentos nutritivos en su merienda escolar.

loycarecursos.blogspot.com

# MERIENDAS

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
				<p>Mamá... ¡Hoy elijo yo!</p>
Bocadillo o sandwich	Fruta	Lácteos	Galletas y zumo	Libre

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.  
Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.  
Meylín Yesenia Puerto Flores.*

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

## **XI. BIBLIOGRAFIA**

Fuentes consultadas, bibliografías, documentos, web grafías

Aburto,A (2007). Boletín informativo : *Alimentación y Nutrición*, programa especial para la seguridad alimentaria PESA, Nicaragua.

Díaz, A. (S.F) *La Responsabilidad Social de la Universidad en la Promoción del Capital Social para el Desarrollo Sustentable*

Cruz Lozada, D. (2014). *Hábitos y conocimientos alimentarios que influyen en el estado nutricional de los alumnos en la escuela Eloy Alfaro*. Ecuador: Universidad Técnica de Ambato.

Rojas Villanueva.F 2014. Boletín informativo. Merienda escolar. Aliada de la buena alimentación.

Cruz Lozada, 2014, *Revista Chilena. Nutricional*. Recuperado de. [Http://www.trincheraonline.com/2013/04/16/nicaragua-tiene-150-mil-ninos-desnutridos-2/](http://www.trincheraonline.com/2013/04/16/nicaragua-tiene-150-mil-ninos-desnutridos-2/), 2013.

*Ley de soberanía y seguridad alimentaria y nutricional* (Publicada en La Gaceta, Diario Oficial No. 133 del 16 de Julio de 2009). Recuperado de. <http://www.elobservadoreconomico.com/articulo/1161>, 2011.

Ibarra Rivas. A, Ramirez Velasquez D., Salgado Vasquez B. 2014 *Factores socioeconómicos que inciden en los altos niveles de desnutrición infantil en los niños y niñas de 0 a 5 años*.

Quezada S, 2015. Programa mundial de alimentos. Buenas prácticas.

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.*

*Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.*

*Meylín Yesenia Puerto Flores.*

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

Fabrizi, P. (S.F.). *Las técnicas de investigación*. Recuperado el 24 de octubre de 2014, de *Las técnicas de investigación*:

(FAO), O. d. (2007). *Guía de seguridad Alimentaria y Nutricional*. Managua, Nicaragua.

Guevara Ordóñez. I. (5 de noviembre de 213). *Seguridad alimentaria y la teoría del bienestar: óptimo de Pareto*. Reice, Vol. 1

García M. (s. f) *La complejidad biosocial de la alimentación humana*. Zainak 2000.

Macías M, Gordillo S, & Camacho M, 2012. *(Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud)*.

Mendieta López, M. *Ciencias naturales Managua*, 2010.

Macías A. I, Quintero M. L, Camacho E. J, Sánchez J. M. *La tridimensionalidad del concepto de nutrición: su relación con la educación para la salud*. Rev. Chile Nutrición 2009.

Rojas Infante. D.M (2011). *Percepción de alimentación saludable, hábitos alimentarios*. Trabajo de grado. Bogotá Colombia

Pulido & Diaz, 2014. *Propuesta de un programa de orientación para fomentar Hábitos alimenticios en niños y niñas*. Universidad de Carabobo, Venezuela, Carabobo Valencia.

Martínez Cruz E. en el año 2013, *condición*

*nutricional en la niñez menor de 5 años.*

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.*

*Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.*

*Meylín Yesenia Puerto Flores.*

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

Esquivel, & Hernández, en el año 2015. Nutrición y salud/Rosa Isabel Esquivel Hernández, Silvia María Martínez Correa, José Luis Martínez Correa\*\* México. Editorial El Manual Moderno, 2014.

*Programa de Alimentación Escolar del Ministerio de Educación (MINED) 2004.*

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

## **XII. ANEXOS**

### **Anexo # 1.**



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA.  
UNAN-MANAGUA  
FACULTAD DE EDUCACIÓN E IDIOMAS**

**DEPARTAMENTO DE PEDAGOGÍA**

### **ENTREVISTA PARA LA DOCENTE**

**Objetivo:** Describir las acciones que realiza la maestra en el centro, para promover una adecuada y variada merienda escolar desde el hogar.

- 1- ¿Cuáles son los alimentos nutritivos para usted?
- 2- ¿Revisa si los alimentos que traen los niños en su lonchera, al centro estudiantil son nutritivos?
- 3-¿El niño trae lonchera de casa o no?
- 4- ¿Qué tipos de alimentos nutritivos traen los niños a la escuela en sus loncheras?
- 6- ¿Aquí en la escuela usted les explica la importancia de comer saludable?
- 7- ¿Cuáles son los alimentos que prefieren comer los niños?
- 8- ¿Lo que venden en el bar es nutritivo y fresco?

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

## **Anexo # 2**



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA.  
UNAN-MANAGUA  
FACULTAD DE EDUCACIÓN E IDIOMAS  
DEPARTAMENTO DE PEDAGOGÍA**

### **ENTREVISTA PARA EL PADRE DE FAMILIA**

**Objetivo:** Identificar si la merienda escolar que los niños llevan es adecuada para fortalecer su desarrollo.

- 1- ¿Qué acciones realiza usted para conseguir que su hijo se alimente de forma saludable?
- 2- ¿Su niño o niña trae lonchera a la escuela?
- 3- ¿Cuáles son los alimentos nutritivos para usted?
- 4- ¿cree usted que lo que venden en el bar es nutritivo y fresco para los niños?
- 5- ¿Qué tipos de alimentos le alista en la lonchera a su hija o hijo?
- 6- ¿Que le gusta comer a su hijo o hija?
- 7- ¿Que no le gusta comer a su hijo o hija?
- 8- ¿Qué hace para que su hijo reciba las vitaminas de los alimentos que no consume?

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.  
Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.  
Meylín Yesenia Puerto Flores.*

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

### Anexo # 3.



UNIVERSIDAD  
NACIONAL  
AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA,  
MANAGUA  
UNAN - MANAGUA

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE  
NICARAGUA.  
UNAN-MANAGUA  
FACULTAD DE EDUCACIÓN E IDIOMAS  
DEPARTAMENTO DE PEDAGOGÍA**

### Guía de observación

**Objetivo:** Describir las acciones que realiza la maestra en el centro, para promover una adecuada y variada merienda escolar desde el hogar.

I Datos generales.

Nombre del centro: \_\_\_\_\_

Fecha de aplicación: \_\_\_\_\_

Grado o nivel a observar: \_\_\_\_\_

Aspectos a observar en la escuela	Frecuentemente	Pocas veces	Nunca	Observaciones
La maestra revisa las loncheras de los niños				
Los niños traen loncheras con alimentos nutritivos de la casa				

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.  
Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.  
Meylín Yesenia Puerto Flores.*

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

Los alimentos que traen los niños en las loncheras son nutritivos.				
Los alimentos que venden en el bar son nutritivos y frescos.				
La docente implementa estrategias y acciones para promover la alimentación saludable.				
Los niños conversan sobre alimentos nutritivos				
Se practican hábitos de higiene antes y después de comer.				
Los niños comen frutas frecuentemente los niños.				



*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

**Anexo # 4**

**Tabla de salida de información de entrevistas**

<b>Pregunta</b>	<b>Respuesta de la maestra</b>	<b>Repuesta de los padres</b>
¿Cuáles son los alimentos nutritivos para usted?	Frutas, cereales, frijoles, leche, verduras ensaladas etc.	Arroz, Frijoles, leche, verduras, ensaladas, frutas, huevo.
¿El niño(a) trae lonchera de casa o no?	Si todos traen lonchera	Si trae lonchera todos los días.
¿Qué tipo de alimentos traen los niños a la escuela en su lonchera?	Los niños casi no traen alimentos nutritivos en su lonchera.	Jugos artificiales, galletas, papas zibas y churritos.
¿Cree usted que lo que venden en el quiosco es nutritivo y fresco para los niños?	No porque venden gaseosas, muchos dulces y chiverías	Pienso que venden muchas chiverías.
¿Qué alimentos prefieren comer los niños y niñas?	Chiverías, arroz con frijoles, espaguetis, frutas, jugos artificiales, gaseosas.	Jugo de cajas, gaseosas, frijoles, pollo frito, espaguetis, tajadas con queso.

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

**Tabla de salida de información de observaciones**

Aspecto a observar	Situación observada	Interpretación
La maestra revisa las loncheras de los niños.	Nunca	La docente no revisa el contenido de la lonchera, ella se entera del tipo de alimentos que los niños llevan al centro, hasta en el momento justo de consumirlo, no pudimos verificar lo que ella expreso en su entrevista.
Traen los niños en sus loncheras alimentos nutritivos.	Pocas veces	Durante las observaciones se pudo verificar que los niños no consumen alimentos nutritivos, solo una niña llevo una panita con sandia.
Los niños traen lonchera a la escuela.	Frecuentemente	Se pude verificar que todos los niños llevan lonchera a la escuela.
Que tipos de alimentos nutritivos traen los niños en la lonchera	Pocas veces	Los niños no traen alimentos nutritivos solo consumen comida chatarra como: meneítos, jugos de caja y yupi: galletas

*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.*

*Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.*

*Meylín Yesenia Puerto Flores.*

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

Los alimentos que venden en el quiosco son nutritivos y frescos.	Pocas veces	El quiosco no provee alimentos saludables para los niños solo chiverías, bebidas azucaradas y algunas frutas, pero no son frescas.
Qué estrategia utiliza la docente para promover una alimentación saludable	Pocas veces	En el momento de la observación no se pudo constatar más que comentarios donde la docente les dice que deben pedir a sus padres les manden alimentos saludables
los niños consumen alimentos nutritivos en la merienda	Pocas veces	No todos consumen comida chatarra
Practican hábitos de higiene antes y después de la merienda.	Nunca	Durante la observación no se apreció que la docente hiciera lavado de manos antes ni después de la merienda.

### Triangulación

Propósito	Entrevista (padres y docente)	Observaciones	Teoría	Conclusión (Interpretación)
Identificar si la merienda escolar que llevan los niños es la adecuada para promover su desarrollo	<p>¿Cuáles son los alimentos nutritivos para usted?</p> <p>¿El niño(a) trae lonchera de casa o no?</p> <p>¿Qué tipo de alimentos traen los niños a la escuela en su lonchera?</p> <p>¿Cree usted que lo que venden en el quiosco es nutritivo y fresco para los niños?</p>	<p>La maestra revisa las loncheras de los niños.</p> <p>Traen los niños en sus loncheras alimentos nutritivos.</p> <p>Los niños traen lonchera a la escuela.</p> <p>Que tipos de alimentos nutritivos traen los niños en la lonchera.</p> <p>Los alimentos que venden en</p>	<p>Según Anselmo Aburto (2007) . La Nutrición es el proceso mediante el cual los órganos obtienen de los alimentos la energía y los nutrientes necesarios para el sostenimiento de las funciones vitales y la salud.</p>	<p>Los niños no llevaban alimentos nutritivos a la escuela, para el momento de su merienda escolar, aunque la docente y los padres de familia expresaron lo contrario se confirmó durante lo observado que no consumían</p>

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

	<p>¿Qué alimentos prefieren comer los niños y niñas?</p>	<p>el quiosco son nutritivos y frescos.          Qué estrategia utiliza la docente para promover una alimentación saludable          Los niños consumen alimentos nutritivos en la merienda          Practican hábitos de higiene antes y después de la merienda.</p>		<p>alimentos saludables</p> <p>Se verifico que los niños si llevan loncheras a la escuela.          Los pequeños no traen ningún tipo de alimento nutritivo en su mayoría consumen alimentos chatarras como meneítos papos, jugos de caja, galletas, etc.          El quiosco no provee alimentos saludables para los niños lo que venden es</p>
--	--	---	--	--

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

				<p>chivería y algunas frutas, pero no son frescas.</p> <p>Los niños prefieren alimentarse de chiverías, gaseosas, jugos artificiales y galletas</p> <p>Los niños no consumen alimentos saludables durante la merienda todos comen alimentos chatarras</p> <p>Durante los días de visita no se observó que los niños practicaran</p>
--	--	--	--	---

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

				hábitos de higiene como lavado de manos antes de comer su merienda, confirmamos que la docente no fomenta la práctica de hábitos de higiene
Describir las acciones que realiza la maestra en el centro para promover una merienda escolar	¿Usted revisa si los alimentos que traen los niños en sus loncheras al centro estudiantil son nutritivos? R = si reviso cada lonchera de los niños y	¿Cuáles son las acciones que realiza la docente en el centro para una merienda escolar adecuada desde el hogar	La educación alimentaria y nutricional es fundamental porque el docente es el que más está en contacto con los niños y niñas y puede observar su comportamiento	Se constató que la docente en ningún momento revisa la lonchera de los niños, ella se da cuenta del tipo de alimentos hasta el momento en que los niños van a consumir

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

<p>adecuada desde el hogar</p>	<p>cuando encuentro alimentos chatarras repetidamente Hablo con los padres de familia.</p>		<p>y capacidad de aprendizaje.</p>	<p>sus meriendas, también confirmamos que no conversa con los padres de familia sobre cómo deben mejorar la merienda de los pequeños. A pesar de las repuestas de la docente, se confirmó que no lo hace en ningún momento, la maestra no brinda importancia a la merienda de los niños para que sea nutritiva.</p>
--------------------------------	--	--	------------------------------------	---



*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

<p>Determinar el rol de los padres de familia para que los niños lleven una merienda escolar adecuada.</p>	<p>¿Qué acciones realiza usted para conseguir que su hijo se alimente de forma saludable?  R= le doy un buen desayuno en casa.  ¿Qué alimentos no le gusta comer a su hijo?  R= verduras, ensaladas, algunos frescos naturales.  ¿Qué hace para que su</p>	<p>¿De qué manera colaboran los padres de familia para que los niños lleven una merienda escolar adecuada</p>		<p>Según los padres de familia les brindan un buen desayuno a sus hijos y por esa razón le empacan jugos y galletas.  Los padres expresan que sus hijos comen pocas verduras y ensaladas, prefieren más las frituras y las chiverías.  Conforme a las repuestas de los padres de familia creen que con las vitaminas tomadas sustituyen los</p>
--	--	---	--	---

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

	<p>hijo reciba las vitaminas de los alimentos que no consume?  R= le doy vitaminas tomadas, leche.  También lo llevo al médico.</p>			<p>nutrientes de los alimentos que no consumen, se considera que ninguna vitamina sustituye los nutrientes que brindan los alimentos naturales</p>
--	---	--	--	--

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

Anexo# 5



*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.  
Darling de los Ángeles Ruiz Benavides.  
Meylín Yesenia Puerto Flores.*

*Importancia que brindan los padres de familia a una alimentación nutritiva escolar de los niños de 1er nivel de preescolar del centro educativo San Francisco de Asís, ubicado en el departamento de Managua durante el primer semestre del año 2019.*

---

Anexo # 6



*Autoras: Vanessa del Carmen Alemán Escobar.  
Darling de los Angeles Ruiz Benavides.  
Meylín Yesenia Puerto Flores.*

*Página 84*

---