

UNIVERSIDAD NACIONAL JOSÉ FAUSTINO SÁNCHEZ CARRIÓN – HUACHO



FACULTAD DE BROMATOLOGÍA Y NUTRICIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE BROMATOLOGÍA Y NUTRICIÓN

TESIS

**“EVALUACIÓN NUTRICIONAL Y ACTIVIDAD FÍSICA MEJORA EL APRENDIZAJE EN
LOS PREESCOLARES DE 3 A 5 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTÍSIMA
NIÑA MARÍA N° 324 – HUACHO 2018”**

Presentado por:

- **YESSENIA ELIZABETH BELTRAN FURNIER**
- **PIERRE ENRIQUE MAURICIO BLAS**

ASESORA: M(ø) CARMEN ROSA ARANDA BAZALAR

BROMATOLOGÍA Y NUTRICIÓN

HUACHO – PERÚ

2018

**“EVALUACIÓN NUTRICIONAL Y ACTIVIDAD FÍSICA MEJORA EL APRENDIZAJE EN
LOS PREESCOLARES DE 3 A 5 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTÍSIMA
NIÑA MARÍA N° 324 – HUACHO 2018”**

ASESORA Y MIEMBROS DEL JURADO

**M(o) CARMEN ROSA
ARANDA BAZALAR**

ASESORA

**Dra. MARÍA DEL ROSARIO
FARROMEQUE MEZA**

PRESIDENTA

**Lic. OSCAR OTILIO OSSO
ARRIZ**

SECRETARIO

**Lic. HECTOR HUGO
TOLEDO ACOSTA**

VOCAL

DEDICATORIA:

YESSENIA BELTRAN

Este esfuerzo se lo dedico a Dios mi creador y el que me da las fuerza cuando ya no las creo tener. A mis padres por ser las personas que me dieron el tesoro más grande que uno puede tener y conservar de por vida; el estudio. A mi pequeño hijo que me enseñó lo que es amar sin límites y a mi hermana que es la persona con quien comparto mis razones y me apoya pese a todo.

PIERRE MAURICIO

A Dios, por permitirme llegar a este momento tan especial de mi vida. A mi madre quien me enseñó que no importa la prueba que nos ponga la vida siempre se sale adelante con fe y perseverancia, a mi padre por ser mi apoyo. A mi hijito que día a día me enseña a crecer como persona y a mi abuela que me brinda ese apoyo incondicional para cumplir mis objetivos.

AGRADECIMIENTOS

Agradecer a Dios por protegernos durante todo nuestro camino y darnos fuerzas para superar los distintos obstáculos y dificultades a lo largo de nuestras vidas.

A nuestros padres que con sus demostraciones nos han enseñado a no desistir ni rendirnos ante nada y siempre perseverar a través de sus sabios consejos.

A la M(o) Carmen Rosa Aranda Bazalar, asesora de tesis, en su valiosa guía a la realización de la misma.

Gracias a todas las personas por su apoyo directa e indirectamente en la realización de este proyecto.

Pierre Mauricio Blas y Yessenia Beltran Furnier

ÍNDICE

PORTADA	III
DEDICATORIA.....	V
AGRADECIMIENTOS	VI
ÍNDICE DE GRÁFICOS	IX
ÍNDICE DE ANEXOS.....	IX
RESUMEN.....	X
ABSTRAT.....	XI
INTRODUCCIÓN	1
Capítulo I: PLANEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	3
1.1. Descripción de la realidad problemática.....	3
1.2. Formulación del Problema.....	4
1.2.1. Problema General.....	4
1.2.2. Problemas Específicos.....	4
1.3. Objetivos de la Investigación.....	4
1.3.1. Objetivo general.....	4
1.3.2. Objetivos específicos.....	4
1.4. Justificación de la Investigación.....	5
1.4.1. Justificación Teórica.....	5
1.4.2. Justificación Práctica.....	5
1.4.3. Justificación Social.....	5
1.5. Delimitación del Estudio.....	5
1.6. Viabilidad del Estudio.....	6
Capítulo II: MARCO TEÓRICO	7
2.1. Antecedentes de la Investigación.....	7
2.1.1. Antecedentes Internacionales.....	7
2.1.2. Antecedentes Nacionales.....	8
2.2. Bases Teóricas.....	11
2.2.1. Evaluación Antropométrica del Estado Nutricional.....	11
2.2.2. Actividad Física.....	11
2.2.3. Aprendizaje.....	12
2.2.3.1. Tipos de aprendizaje.....	13
2.2.3.2. Nivel de aprendizaje.....	14
2.3. Definiciones conceptuales.....	15
2.3.1. Ejercicio Físico.....	15
2.3.2. Condición Física.....	15
2.3.3. Desarrollo.....	15
2.4. Formulación de la hipótesis.....	16
2.4.1. Hipótesis General.....	16
2.4.2. Hipótesis Específicos.....	16

Capítulo III: METODOLOGIA	17
3.1. Diseño Metodológico.....	17
3.1.1. Tipo de investigación.....	17
3.1.2. Nivel de investigación.....	17
3.1.3. Diseño.....	17
3.1.4. Enfoque.....	18
3.2. Población y muestra.....	18
3.2.1. Población.....	18
3.2.2. Muestra.....	18
3.3. Operacionalización de Variables e indicadores	19
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	21
3.4.1. Técnicas a emplear.....	21
3.4.2. Descripción de los instrumentos.....	22
3.5. Técnicas para el procesamiento de la información.....	23
Capítulo IV: RESULTADOS	25
4.1. Análisis de las Variables.....	25
4.2. Contratación de la Hipótesis.....	31
Capítulo V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	32
5.1. Discusiones.....	32
5.2. Conclusiones.....	33
5.3. Recomendaciones.....	34
Capítulo VI: FUENTES DE INFORMACIÓN.....	35
6.1. Fuentes Bibliográficas.....	35
ANEXOS.....	38

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Diagnostico de los alumnos	25
Gráfico 2: Evaluación Bioquímica - Hemoglobina	26
Gráfico 3: Cantidad de alumnos evaluados en Hemoglobina	26
Gráfico 4: Cantidad de alumnos evaluados en un segundo análisis bioquímico.....	27
Gráfico 5: Porcentaje de calificación del área de psicomotricidad del 1 y 2 bimestre	28
Gráfico 6: Porcentaje de calificación final del área de psicomotricidad	29
Gráfico 7: Porcentaje de Notas del 1er y 2do Bimestre	30
Gráfico 8: Porcentaje de Notas Finales.....	31

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO 1: Matriz de Consistencia.....	38
ANEXO 2: Estrategia Nutricional.....	39
ANEXO 3: Actividad Física	40
ANEXO4: Evaluación Antropométrica y Bioquímica.....	41
ANEXO 5: Calificación del Rendimiento de los Preescolares	43
ANEXO 6: Fotografías.....	45

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo evaluar el estado nutricional y la actividad física en relación a mejorar el aprendizaje en los preescolares de 3 a 5 años de la I.E. “Santísima Niña María” N° 324 Huacho – 2018. Es una investigación Cuasi Experimental – correlacional y longitudinal; ya que se creó una comparación de un antes y un después. Para una población de 218, se evaluaron 98 alumnos de ambos sexos; se aplicó las Mediciones Antropométricas, bioquímicas y de aprendizaje.

Se obtuvo como resultado de la antropometría que el 70.4% se encuentra normal, el 17.3% se encuentra con ganancia inadecuada de talla, esto puede deberse a una deficiencia nutricional. Y también tenemos un 6.1% de niños que padecen de obesidad y sobrepeso.

En la evaluación bioquímica el 11.2% padece de anemia y solo el 88.8% se encuentra dentro de lo normal; En la evaluación del aprendizaje 12.2% de niños estaban en proceso de aprendizaje y el 87.8% se encontraban en logro progresivo.

Se aplicó la Estrategia nutricional: en la evaluación bioquímica obtuvimos el 98% se encontró dentro del rango normal y el 2% permaneció con anemia. Se utilizó actividades dinámicas y se obtuvo 95.9% de logro progresivo y 4.1% proceso de aprendizaje. El estado nutricional se corrigió en 98% y la actividad física en 95.1%, mejoró el aprendizaje en los preescolares de 3 a 5 años de la I.E. “Santísima Niña María” N° 324 Huacho – 2018.

PALABRAS CLAVES: *Medidas antropométricas, actividad física, aprendizaje*

ABSTRAT

The objective of this research was to evaluate the nutritional status and physical activity in relation to improving learning in preschool children from 3 to 5 years of the I.E. "Santísima Niña María" N°. 324 Huacho - 2018. It is a Quasi Experimental investigation - correlational and longitudinal; since a comparison of a before and after was created. For a population of 218, 98 students of both sexes were evaluated; Anthropometric, biochemical and learning measurements were applied.

It was obtained as a result of anthropometry that 70.4% is normal, 17.3% is found with inadequate height gain, this may be due to a nutritional deficiency. And we also have 6.1% of children who suffer from obesity and overweight.

In the biochemical evaluation 11.2% suffer from anemia and only 88.8% are within normal; In the evaluation of learning 12.2% of children were in the learning process and 87.8% were in progressive achievement.

The Nutritional Strategy was applied: in the biochemical evaluation we obtained 98% was within the normal range and 2% remained with anemia. Dynamic activities were used and 95.9% progressive achievement and 4.1% learning process were obtained. The nutritional status was corrected in 98% and the physical activity in 95.1%, improved the learning in preschool children from 3 to 5 years of the I.E. "Santísima Niña María" N°. 324 Huacho - 2018.

KEYWORDS: *Anthropometric measurements, physical activity, learning*

INTRODUCCIÓN

Las Instituciones Educativas Peruanas están siempre en busca de logros objetivos de sus estudiantes, lo cual las Medidas Antropométricas y la Actividad Física van de la mano para lograr un mejor aprendizaje en los preescolares.

En tal sentido que la presente investigación se ha realizado con el objetivo de evaluar el estado nutricional y la actividad física en relación a mejorar el aprendizaje en los preescolares de 3 a 5 años de la I.E. “Santísima Niña María” N° 324.

En lo cual se aplicó charlas a los alumnos y padres de familia, sesiones demostrativas y tipos de ejercicios para los preescolares para mejorar sus resultados.

Para tal efecto la investigación se ha dividido en cinco capítulos.

En el Capítulo I, comprende el planteamiento del problema de investigación, de su descripción de la realidad problemática, su formulación del problema general: ¿Cómo la evaluación nutricional y la actividad física, mejorará el aprendizaje en los preescolares de 3 a 5 años de la I.E. “Santísima Niña María” N° 324 Huacho – 2018?, a la propuesta de los objetivos, su justificación y las delimitaciones y viabilidad del trabajo de investigación.

El Capítulo II, está destinado para el marco teórico en el mismo que trata los antecedentes teóricos, las bases teóricas dentro del cual se ha considerado los temas relacionadas con las variables en estudio tales como la evaluación nutricional, actividad física y aprendizaje. Se ha consignado también las definiciones conceptuales básicas y la formulación de las hipótesis.

En Capítulo III, se refiere a la metodología de la investigación, en donde se establece el diseño, tipo, enfoque y nivel al que corresponde la investigación, así como la población y muestra de estudio, la Operacionalización de variables, así como los instrumentos aplicados para la recolección de datos y el tratamiento estadístico.

El Capítulo IV, designado con el nombre de resultados de la investigación, está destinado a ver el análisis de las variables y la contrastación de la hipótesis.

El Capítulo V, se consigna las discusiones y conclusiones a las que se ha arribado como resultado de todo el proceso de investigación, así como las recomendaciones pertinentes para el tratamiento de la problemática explicada y detallada en la presente investigación.

En esa perspectiva, los resultados de la presente investigación pretenden convertirse en conocimientos que, asumidos por la autoridad designada de la Institución Educativa “Santísima Niña María” N°324 Huacho - 2018, se podrán constituir en una valiosa herramienta para mejorar la Evaluación Nutricional y Actividad física en los preescolares.

Finalmente en el Capítulo VI, tenemos las fuentes bibliográficas que utilizamos para enriquecer nuestra investigación.

Capítulo I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática

En un país como el nuestro, las instituciones educativas públicas y privadas no le dan importancia a los hábitos alimentarios y actividad física que pueda tener el preescolar.

Los hábitos alimentarios en el preescolar son muy importantes ya que estos se encuentran en pleno desarrollo físico y cognitivo. Esta tarea es una responsabilidad en conjunto tanto de los padres de familia, como de las autoridades máximas de las instituciones educativas, lo cual tienen un compromiso con los preescolares de brindarles una mejor calidad de enseñanza para un mejor futuro.

En el pasado, la infancia dedicaba gran parte de su tiempo de ocio a practicar juegos activos al aire libre; sin embargo, la aparición de la televisión, de los juegos de ordenador y de internet ha provocado que los niños de ambos sexos dediquen en la actualidad una parte mucho mayor de su tiempo libre a actividades de tipo sedentario. La importancia de la actividad física para la salud social, mental y física es indiscutible, y por lo tanto resulta esencial llevar a cabo esfuerzos en todas las instituciones educativas con el fin de “reintroducir” la actividad física en la vida de nuestra infancia.

Si bien es cierto que en las instituciones públicas se han implementado los programas de salud como Qaliwarma, aún observamos que no se encuentran mejoras en la parte nutricional de los niños; debido a que los padres de familia no toman conciencia de lo importante que es llevar una alimentación saludable en sus pequeños; siendo así a tal punto que hay padres que optan por omitir este servicio en algunos centros educativos, lo que desfavorece al preescolar.

En las aulas de las instituciones educativas las maestras tienen una programación diseñada y detallada para cada edad; lo cual, en el área física que en muchas instituciones se da con el nombre de psicomotricidad las maestras tratan de incentivar la actividad física y practicarla en

la vida diaria para que nuestros pequeños no crezcan en el sedentarismo, debido a los avances tecnológicos que se están dando.

Sin embargo, pese a todo lo expuesto encontramos que los padres de familia no incentivan a los preescolares a una actividad física moderada de la mano con una buena nutrición, para que esto ayude en su nivel de aprendizaje ya que ellos están en la edad de poder percibir mejor las enseñanzas brindadas por las maestras.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema General

- ¿Cómo la evaluación nutricional y la actividad física, mejorará el aprendizaje en los preescolares de 3 a 5 años de la I.E. “Santísima Niña María” N° 324 Huacho – 2018?

1.2.2 Problemas Específicos

- ¿Cómo aplicar estrategia nutricional que mejore el aprendizaje en lo preescolares de 3 a 5 años de la I.E. “Santísima Niña María” N° 324 Huacho – 2018?
- ¿Cómo implementar estrategia de actividad física que mejore el aprendizaje en los preescolares de 3 a 5 años de la I.E. “Santísima Niña María” N° 324 Huacho – 2018?

1.3 Objetivos de la Investigación

1.3.1 Objetivo General

- Evaluar el estado nutricional y la actividad física para mejorar el aprendizaje en los preescolares de 3 a 5 años de la I.E. “Santísima Niña María” N° 324 Huacho – 2018.

1.3.2 Objetivos Específicos

- Aplicar estrategia nutricional que mejore el aprendizaje en los preescolares de 3 a 5 años de la I.E. “Santísima Niña María” N° 324 Huacho – 2018.
- Implementar una estrategia de actividad física que mejore el aprendizaje en los preescolares de 3 a 5 años de la I.E. “Santísima Niña María” N° 324 Huacho – 2018.

1.4 Justificación de la Investigación

1.4.1 Justificación Teórica

El desarrollo de la presente investigación se justifica porque en la evaluación nutricional y la actividad física de los preescolares de 3 a 5 años de la Institución Educativa “Santísima Niña María” N° 324, se tendrá un diagnóstico en bienestar de los infantes de la localidad e inicio a una proyección regional.

1.4.2 Justificación Práctica

La presente investigación tiene implicancias prácticas porque al comprobar la relación que existe entre evaluación nutricional y actividad física, permitirá detectar mejoras de aprendizaje en los preescolares de 3 a 5 años de la Institución Educativa “Santísima Niña María” N° 324 – Huacho.

1.4.3 Justificación Social

La presente investigación es justificable socialmente porque sus resultados servirán para dar solución a una necesidad del pre escolar, puesto que los elementos útiles que se proporcionará servirán para dar un óptimo desarrollo del aprendizaje la cual beneficiarán a todos los pre escolares de la Institución Educativa “Santísima Niña María” N° 324 – Huacho.

1.5 Delimitación del Estudio

La delimitación espacial corresponde al área geográfica del distrito de Huacho específicamente en la Institución Educativa “Santísima Niña María” N° 324.

La delimitación temporal corresponde al año 2018 periodo durante el cual se llevó a cabo el estudio.

1.6 Viabilidad del Estudio

Para el desarrollo de la presente investigación se dispone de los recursos necesarios, como son: Los humanos, financieros y materiales, haciendo de esta manera viable la investigación.

Recursos Humanos: Se cuenta con la disponibilidad del recurso humano tanto para aplicar la evaluación y la colaboración de la plana docente de la Institución Educativa “Santísima Niña María” N° 324.

Recursos Económicos: Se cuenta con los recursos económicos necesarios ya que el instrumento que se aplicará para la recolección de la información no incurre en gastos de alimentación ni alojamiento de los evaluadores. Lo cual lo hace más viable para el costo de los evaluadores.

Recursos Materiales: Se cuenta con los suficientes recursos materiales para llevar a cabo la investigación.

Ya que todos los aspectos de viabilidad se cumplen, se llegó a la conclusión que es muy viable desarrollar la investigación, esperando obtener los resultados deseados.

Capítulo II: MARCO TEORICO

2.1 Antecedentes de la Investigación

2.1.1 Antecedentes Internacionales

León, A. En su estudio “*Estado Nutricional En Niños Menores De 5 Años En Un Consultorio De Babahoyo*”. *Ecuador, 2009*. Es un estudio descriptivo de corte transversal, tuvo el objetivo de evaluar el estado nutricional de un grupo de niños menores de 5 años que fueron atendidos en un consultorio con una muestra de 140 niños atendidos y llegando a las siguientes conclusiones: El 2.1% presenta desnutrición aguda, el 10.7% desnutrición crónica y global, el 21.4% desnutrición actual.

Croveto, M. en el estudio *Estado Nutricional, Conocimientos Conductas En Escolares De Kínder Y Primer Año Básico En 3 Escuelas Focalizadas Por Obesidad Infantil En La Comuna De Valparaíso. Santiago, Chile ,2010*. La investigación tiene por objetivo evaluar El estado nutricional de los niños/niñas de los niveles participantes y recopilar antecedentes sobre conocimientos y conductas asociadas a la alimentación y nutrición y estilos de vida en los escolares de kínder y primer año básico, el estudio fue de tipo descriptivo, diseño no experimental, muestra intencionada no aleatoria, la muestra incluyó a 267 escolares donde se llegó a las siguientes conclusiones: En kínder, se observó una mayor prevalencia de sobrepeso respecto al primer año básico, (29,7% vs24%); y una menor prevalencia de obesidad (18,8% vs 527%). se observa la distribución del estado nutricional según sexo y nivel escolar. Se observó en kínder una mayor prevalencia de niñas en riesgo de obesidad y Obesidad respecto a los niños (35,7% vs 25,4%) y (19,0% vs 18,6%), respectivamente. La prevalencia de sobrepeso fue mayor en el primer año básico (25,0 vs 23,4%) y (27,8 vs 25,5%)

Consejo Superior de deportes (2015), investigaron *Los hábitos deportivos de la población de España*, La comunidad educativa coincide en afirmar que la actividad física y el deporte han de disponer de un espacio fundamental en la formación integral del individuo, siendo decisivos

en la edad escolar para la creación de estilos de vida activa. La presencia de la educación física en el currículum académico escolar ha sido uno de los pocos indicadores disponibles en nuestro país para conocer el nivel de práctica deportiva de las nuevas generaciones. Conocer su actividad y sus preferencias en ese ámbito, resulta esencial para diseñar políticas efectivas que permitan reducir en el futuro los elevados índices de sedentarismo y obesidad presentes en la sociedad española.

2.1.1 Antecedentes Nacionales

Villarreal et al. (2002), investigaron la *Evaluación nutricional en niños menores de cinco años en la corporación vivienda los chancas de Andahuaylas distrito de Santa Anita - Lima 2002*, cuyo objetivo fue evaluar el estado nutricional de los niños menores de cinco años según antropometría, valorar su consumo de alimentos y relacionar dichas variables básicas insatisfechas (NBI) 10 de sus familias. La conclusión fue que es necesario mejorar la ingesta de energía y hierro en estos niños para lograr un óptimo crecimiento.

Paniagua et al. (2003), investigaron la *Evaluación nutricional en una población preescolar en el puesto de salud Fernando Luyo Villa el Salvador en julio del 2003*, cuyo objetivo fue determinar el estado nutricional en los pacientes pediátricos de edad preescolar (de 3 a 5 años). La conclusión entre otros fueron: "Del total de pacientes evaluados, el mayor porcentaje (66.1%) estuvo dentro de los percentiles normales. Un 32.1% y 1.8% fueron clasificados como desnutridos leves y moderados respectivamente. En esta población de estudio, el 26% es porcentaje significativo de desnutrición reportado sugiere un inmediato descarte de sus posibles factores condicionantes, pues la alimentación del preescolar debe cumplir no sólo objetivos nutricionales, sino también de socialización y de formación de hábitos.

Flores (2006), investigaron el *Nivel económico y conocimientos que tienen las madres sobre la alimentación del preescolar y su relación con el estado nutricional en el centro de promoción familiar Pestalozzi del distrito de Lima-Cercado*, el objetivo general fue establecer

la relación entre el nivel económico y nivel de conocimientos que tiene las madres acerca de la alimentación y el estado nutricional del preescolar en el Centro de Promoción Familiar Pestalozzi y los objetivos específicos: identificar el nivel económico de la familia del preescolar, identificar el nivel de conocimientos que tiene las madres acerca de la alimentación del pre-escolar y valorar el estado nutricional del pre-escolar. El área en que se realizó el estudio fue el Centro de Promoción Familiar Pestalozzi el cual pertenece al INABIF, la población estuvo constituida por todos los niños de 2 a 5 años de edad con sus respectivas madres del Centro de Promoción Familiar Pestalozzi aproximadamente 45 madres. Se llegó a las siguientes conclusiones: el nivel de conocimientos en la mayoría de las madres acerca de la alimentación en el pre-escolar es 89% de medio a bajo y solo el 11% tiene un conocimiento alto, relacionado a que desconocen los efectos principales de los nutrientes y en qué tipo de alimentos se encuentran, lo cual limita a las madres de los pre-escolares a proporcionar una alimentación adecuada que permita un crecimiento y desarrollo normal del pre-escolar. En lo que se refiere al estado nutricional existe un porcentaje considerable de pre-escolares desnutridos 40% prevaleciendo la desnutrición global y desnutrición crónica 36% y un número significativo de desnutridos agudos 4%, relacionado a deficiencias alimentarias anteriores y actuales que le predisponen a un riesgo mayor de ser susceptible a presentar un cuadro de desnutrición mayor y adquirir enfermedades infecciosas que conlleven a un riesgo de enfermar y morir.

Silva (2009), investigaron la *Situación nutricional y hábitos alimentarios en preescolares del distrito de Belén* – 2009, el objetivo general fue determinar la relación que existe entre la situación nutricional y los hábitos alimentarios en preescolares de la Institución Educativa Inicial N° 731 6 de Octubre Belén 2009, y su tipo de investigación fue cuantitativo, el diseño metodológico fue no experimental de tipo descriptivo correlacional, transversal, y las conclusiones fueron en cuanto a las características del preescolar, 61.1 % son de sexo

masculino; 38.9 % de sexo femenino; 43.3 % son niños de 5 años, 20% son de tres años y 36.7 % son niños de 4 años. En cuanto a las características del cuidador, 51.1 % son cuidadores jóvenes cuyas edades oscilan entre 14 a 35 años 48.9 % son cuidadores adultos cuyas edades oscilan de 36 a 46 años estos cuidadores son padres o madres o abuelos, así como hermanos mayores. 96.7 % son cuidadores con pareja es decir son casados y convivientes; 3.3 % son cuidadores sin pareja es decir solteros y separados. 83.3 % son amas de casa; 3.3 % se dedican a la venta en el mercado; 13.3 % trabajan fuera del hogar como domésticas, lavanderas, vendedoras de perfumes, etc. 70.0 % tienen grado de instrucción secundaria, 1.1 % no tienen instrucción y tienen instrucción superior respectivamente; 27.8 % tienen primaria siendo estas completas e incompletas. Según la valoración del Crecimiento 58.9 % presentaron crecimiento normal; 26.7 % presentaron retardo en el crecimiento es decir talla baja evidenciando desnutrición crónica; 14.4% presentaron riesgo de talla baja o riesgo de retardo. Según la valoración de la situación nutricional, 54.4 % presentaron situación nutricional normal; 28.9 % presentaron desnutrición; 16,7% presentaron riesgo de desnutrición. Según los hábitos alimentarios, 54.4 % presentaron hábitos eficientes; 45.6 % presentaron hábitos deficientes.

Cabello (2012), investigaron la *Evaluación nutricional del niño de 0 a 3 años*, llegando a la conclusión, que la evaluación y vigilancia del crecimiento físico desde la concepción hasta la madurez constituye una de las acciones más relevantes a cumplir en atención primaria. La Evaluación del Estado Nutricional es esencial para prevenir y detectar la enfermedad, identificando las desviaciones de los patrones normales.

Valencia (2014), investigaron el *Estado nutricional de la población menor de 5 años adscrita al puesto de salud Aynaca en el 2013*, el objetivo general fue, Determinar el estado nutricional de la población menor de 5 años adscrita al Puesto de Salud de Aynaca en el 2013, y su tipo de investigación fue explicativa, diseño metodológico fue investigación documental y las conclusiones son, los niños eutróficos prevalecen en todas las clasificaciones utilizadas en

el presente estudio. Observando los resultados, existen diferencias al evaluar el estado nutricional de los niños menores de 5 años adscritos al Puesto de Aynaca, al utilizar las diferentes clasificaciones.

2.2 Bases Teóricas

2.2.1 Evaluación Antropométrica del Estado Nutricional

Bolzan et al (2005), la evaluación antropométrica es uno de los métodos más utilizados en la actualidad para valorar el estado nutricional por ser un método sencillo económico, sensible, exacto y replicable. Consiste en una serie de mediciones físicas tanto de dimensiones corporales, a partir de variables tales como peso y talla; como de composición corporal; circunferencia de brazo, pliegues del tríceps. Estas variables pueden ser interpretadas en función de la edad o relacionadas entre ellas, a través de la construcción de indicadores como la talla para la edad (T/E), el cual es el resultado del crecimiento de los huesos largos y se afectan como consecuencia de carencia crónica: el peso para la talla (P/T) en cambio es un índice que relaciona la masa corporal total con el crecimiento lineal y se modifica en condiciones de desnutrición aguda produciendo el efecto de la emaciación; finalmente el peso para la edad (P/E) es un indicador global de la masa corporal y para poder interpretarse correctamente debe combinarse con algún otro indicador antropométrico, ya que su déficit involucra al conjunto de tejidos, refleja una pérdida de calorías y proteínas pero sin expresar la calidad de dicha perdida.

Velásquez et al (2005), la tendencia actual en cuanto al estado nutricional antropométrico de niños en edad preescolares es un incremento de las prevalencias del sobre peso u obesidad.

2.2.2 Actividad Física

Según OMS (2006), menciona que la actividad física es un determinante de la calidad de vida y salud en todas las etapas del ciclo vital, está influenciada por un sinnúmero de factores que se clasifican en diversas categorías, desde lo general: medio natural en el cuál se desenvuelve la persona, el medio construido artificialmente, el ambiente social, cultura,

ingresos, equidad y soporte social, hasta los más específicos, como son los de nivel personal: el género, la edad, las habilidades específicas y la motivación.

Sánchez (1996), define como un movimiento corporal producido por la acción muscular voluntaria que aumenta el gasto de energía. Se trata de un término amplio que engloba el concepto de “ejercicio” físico.

El grado en el que la inactividad contribuye a los crecientes niveles de obesidad en la infancia no ha sido definido con claridad. Sin embargo, existen pruebas científicas sólidas que sugieren que los niños y niñas inactivos presentan más probabilidades de tener un exceso de grasa, incluso a una edad tan temprana como el final de la niñez. Existen asimismo pruebas científicas convincentes de que los niños y niñas que dedican más tiempo a tareas sedentarias tales como ver la televisión o los juegos de ordenador presentan más probabilidades de tener un exceso de grasa.

Según la revista de actividad física para infantes (Revista científica multidisciplinar de referencia en España y Latinoamérica desde 1985) les resulta muy probable que la inactividad física contribuya a los crecientes niveles de obesidad, al incremento de la resistencia a la insulina, a trastornos en el perfil de lípidos y a una presión arterial elevada en la infancia. Este hecho, a su vez, es probablemente responsable del incremento de la prevalencia de la diabetes de tipo 2 en niños, niñas y adolescentes, una enfermedad que hasta hace poco sólo se observaba en personas adultas obesas o con sobrepeso.

2.2.3 Aprendizaje

Según el Diccionario de Ciencias de la Educación (2009) El aprendizaje es el proceso a través del cual se adquieren o modifican habilidades, destrezas, conocimientos, conductas o valores como resultado del estudio, la experiencia, la instrucción, el razonamiento y la observación. Este proceso puede ser analizado desde distintas perspectivas, por lo que existen

distintas teorías del aprendizaje. El aprendizaje es una de las funciones mentales más importantes en humanos, animales y sistemas artificiales. El aprendizaje humano está relacionado con la educación y el desarrollo personal. Debe estar orientado adecuadamente y es favorecido cuando el individuo está motivado. El estudio acerca de cómo aprender interesa a la neuropsicología, la psicología educacional y la pedagogía.

Según Nisbet y Shucksmith (1987) "las secuencias integradas de procedimientos o actividades que se eligen con el propósito de facilitar la adquisición, el almacenaje y/o la utilización de información o conocimiento", de tal manera que el dominar las estrategias de aprendizaje permite al alumnado planificar u organizar sus propias actividades de aprendizaje.

Hergenhahn (1976) define el aprendizaje como "un cambio relativamente permanente en la conducta ó en su potencialidad que se produce a partir de la experiencia y que no puede ser atribuido a un estado temporal somático inducido por la enfermedad, la fatiga ó las drogas". Esta definición contempla la experiencia como la condición esencial para el aprendizaje e incluye los cambios en las posibilidades de la conducta. Así, desde el punto de vista del desarrollo del alumno, éste irá integrando sus conocimientos y destrezas a lo largo de la vida, en un proceso en el que intervienen las capacidades naturales, el nivel de madurez y el nivel de interacción con el medio.

Según Feldman (2005) se puede definir el aprendizaje como un proceso de cambio relativamente permanente en el comportamiento de una persona generado por la experiencia.

2.2.3.1 Tipos de Aprendizaje

La siguiente es una lista de los tipos de aprendizaje más comunes citados por la literatura de pedagogía:

- ✚ **Aprendizaje receptivo:** en este tipo de aprendizaje el sujeto sólo necesita comprender el contenido para poder reproducirlo, pero no descubre nada.

- ✚ ***Aprendizaje por descubrimiento:*** el sujeto no recibe los contenidos de forma pasiva; descubre los conceptos y sus relaciones y los reordena para adaptarlos a su esquema cognitivo.
- ✚ ***Aprendizaje repetitivo:*** se produce cuando el alumno memoriza contenidos sin comprenderlos o relacionarlos con sus conocimientos previos, no encuentra significado a los contenidos estudiados.
- ✚ ***Aprendizaje significativo:*** es el aprendizaje en el cual el sujeto relaciona sus conocimientos previos con los nuevos dotándolos así de coherencia respecto a sus estructuras cognitivas.
- ✚ ***Aprendizaje observacional:*** tipo de aprendizaje que se da al observar el comportamiento de otra persona, llamada modelo.
- ✚ ***Aprendizaje latente:*** aprendizaje en el que se adquiere un nuevo comportamiento, pero no se demuestra hasta que se ofrece algún incentivo para manifestarlo.

2.2.3.2 Niveles del Aprendizaje

Para mejor comprensión de los procesos que intervienen en el aprendizaje Quiros y Schreger (1978) divide el aprendizaje en 4 procesos:

Primer nivel: se trata de la supervivencia y adaptación de las especies a los cambios ambientales y es lo que conocemos como aprendizaje sensorial.

Segundo nivel: es el aprendizaje a través de otras personas. Costumbres, cultura y comportamientos sociales están involucrados en este proceso.

Tercer nivel: implica el uso de símbolos que permiten la transmisión y recepción del conocimiento a través del lenguaje oral y escrito.

Cuarto Nivel: implica la habilidad de pensar con símbolos verbales y formular diferentes y nuevos patrones de comunicación creativa. Aquí están implícito todos los procesos del aprendizaje y su funcionabilidad, el cual se va complejizando en la medida que seamos capaces de resolver tareas y problemas cada vez más complejos.

2.3 Definiciones conceptuales

2.3.1 Ejercicio físico:

Es un término más específico que implica una actividad física planificada, estructurada y repetitiva realizada con una meta, con frecuencia con el objetivo de mejorar o mantener la condición física de la persona. Por ejemplo, las actividades de jardinería o subir escaleras en el hogar no pueden catalogarse como “ejercicio” estructurado, pero evidentemente constituyen actividades físicas. Devis et al (2000)

2.3.2 Condición física

Es un estado fisiológico de bienestar que proporciona la base para las tareas de la vida cotidiana, un nivel de protección frente a las enfermedades crónicas y el fundamento para el desarrollo de actividades deportivas. Esencialmente, el término condición física describe un conjunto de atributos relativos al rendimiento de la persona en materia de actividad física. Shepard et al (1995).

2.3.3 Desarrollo

El desarrollo del niño consiste en una sucesión de etapas o fases en las que se dan una serie de cambios físicos y psicológicos, que van a implicar el crecimiento del niño. En este artículo encontrarás las bases del desarrollo infantil y los abordajes más importantes, desde los cuales se lo intenta explicar. Unicef (2013).

2.4 Formulación de la Hipótesis

2.4.1 Hipótesis General

- Hipótesis Nula (H_0): La evaluación nutricional y la actividad física no influye en mejorar el aprendizaje en los preescolares de 3 a 5 años de la I.E. “Santísima Niña María” N° 324 Huacho – 2018.
- Hipótesis Alternativa (H_1): La evaluación nutricional y la actividad física influye en mejorar el aprendizaje en los preescolares de 3 a 5 años de la I.E. “Santísima Niña María” N° 324 – 2018.

2.4.2 Hipótesis Específicas

- Las estrategias nutricionales en los preescolares de 3 a 5 años de la I.E. “Santísima Niña María” N° 324 durante el año 2018 ayudará a mejorar el aprendizaje.
- La implementación de actividades físicas en los preescolares de 3 a 5 años de la I.E. “Santísima Niña María” N° 324 durante el año 2018 serán las adecuadas para mejorar el aprendizaje.

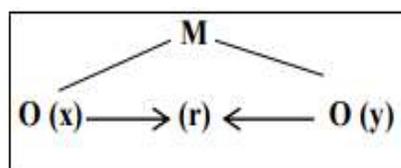
Capítulo III: METODOLOGIA

3.1 Diseño Metodológico

3.1.1 Tipo de Investigación:

Aplicativo. El tipo de estudio a realizarse en la investigación es correlacional y longitudinal; correlación porque se intenta comprobar la relación que existe entre la evaluación nutricional y la actividad física para mejorar el aprendizaje; y longitudinal porque se ejecutará en un período de tiempo en dos ocasiones al iniciar y al terminar la investigación.

El diagrama de relación entre las dos variables de investigación es el siguiente:



Donde:

M: Muestra de investigación

O_(x): Medición de la variable Evaluación nutricional

O_(y): Medición de la variable Actividad física

r: Posible relación entre ambas variables

3.1.2 Nivel de Investigación:

El presente estudio es de nivel correlacional que consiste en medir el grado de relación entre el nivel de evaluación nutricional realizada por los Tesistas y el nivel de actividad física de los mismos pre escolares de la Institución Educativa “Santísima Niña María”.

3.1.3 Diseño:

Es una investigación Cuasi Experimental; ya que se hará una comparación de un antes y un después.

3.1.4 Enfoque:

El enfoque es cuantitativo - cualitativo porque incluye los datos estadísticos, demostraciones y los procedimientos de contratación o cumplimiento de objetivos que conlleve a resultados finales de la investigación.

3.2 Población y Muestra

3.2.1 Población:

La población de estudio para nuestra investigación tiene la característica de ser una población finita, ya que estará constituida por los alumnos de 3 a 5 años de la I.E. “Santísima Niña María” N°324, correspondiente a 9 aulas, con un total de 218 alumnos. Por lo tanto, es muy importante y de gran ayuda evaluar y demostrar la importancia de la actividad física y sus hábitos alimentarios de estos niños.

3.2.2 Muestra:

Debido a que se puede contar con una cantidad exacta de alumnos, se calculó el tamaño de la muestra de acuerdo al criterio de la varianza máxima para una población finita, cuya fórmula estadística es la siguiente:

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

Donde:

n: Tamaño de la muestra

Z: Nivel de confianza (1.96)

p: Variabilidad positiva (0.25)

q: Variabilidad negativa (0.75)

E: Precisión de error (0.05)

N: Población = 218 Alumnos e 3 a 5 años

Esto significa que la muestra estará constituida por 98 alumnos de la I.E. “Santísima Niña María” N°324.

Tipo de Muestreo: Aleatorio probabilístico simple

Criterios de inclusión

- Niños y niñas que se encuentren entre 3 y 5 años de edad de la I.E. “Santísima Niña María” N°324.
- Apoderado que esté a cargo de su alimentación y educación del menor.
- Firma del consentimiento informado por parte del apoderado del menor.
- No presenten alguna discapacidad mental o física.
- Que se encuentran en buen estado de salud.
- Los que quieran participar en la investigación.

Criterios de exclusión

- Niños cuyos padres no deseen participar en el estudio.
- Niños que hayan recibido estimulación temprana en Cuna más o en cualquier otro centro de estimulación.
- Niños que empleen actividad física en horas extracurriculares.

3.3 Operacionalización de Variables e indicadores

3.3.1 Variable Independiente: Evaluación Nutricional y Actividad Física

3.3.2 Variable Dependiente: Aprendizaje

3.3.3 Indicadores:

3.3.3.1 Variable Independiente: Talla, Peso y Edad, bioquímica,

3.3.3.2 Variable Dependiente: Calificaciones 2018

Operacionalización de Variables						
Variables		Definición	Dimensiones	Indicadores	Instrumentos de medición	Escala de Medición
Independientes	Evaluación Nutricional	Condición corporal resultante del balance entre la ingestión de alimentos y su utilización por parte del organismo	Evaluación antropométrica	Talla Peso Edad Bioquímica	Métodos antropométricos	Cuantitativa
	Actividad Física	Movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía	Actividad psicomotriz	*Calificación 2018 A, B, C	Competencia	Cualitativa
Dependiente	Aprendizaje	Adquisición del conocimiento de algo por medio del estudio	Después del Proyecto	*Calificación 2018 A, B, C	Competencia	Cualitativa

***Criterios de Evaluación**

A: Logro previsto.- El estudiante evidencia el logro de los aprendizajes previstos en el tiempo programado.

B: En Proceso.- El estudiante está en camino de lograr los aprendizajes previstos, para lo cual requiere acompañamiento durante un tiempo razonable para lograrlo.

C: En inicio.- El estudiante está empezando a desarrollar los aprendizajes previstos o evidencia dificultades para el desarrollo de estos, necesitando mayor tiempo de acompañamiento e intervención del docente de acuerdo con su ritmo y estilo de aprendizaje.

3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.4.1 Técnicas a emplear

3.4.1.1 Mediciones Antropométricas:

Se define como el estudio del tamaño, proporción, maduración, forma y composición corporal, y funciones generales del organismo, con el objetivo de describir las características físicas, evaluar y monitorizar el crecimiento, nutrición y los efectos de la actividad física.

Se basa en 4 pilares básicos: las medidas corporales, el estudio del somato tipo, el estudio de la proporcionalidad y el estudio de la composición corporal.

En el campo de la salud la antropometría permite establecer algunos métodos y variables que unen los objetivos de diferentes campos de aplicación para caracterizar las relaciones espaciales y cómo determinan en la salud y la seguridad.

Carmenate y Lino (2014)

3.4.1.2 Pruebas Bioquímicas:

En el campo de la medicina, los indicadores bioquímicos permiten determinar la prevalencia de diversas carencias de vitaminas y minerales. OMS (2014)

Cuando una persona tiene anemia, las células no reciben el oxígeno que necesitan. Los análisis de hemoglobina también se hacen comúnmente con otras pruebas, por ejemplo: Hematocrito, que mide el porcentaje de glóbulos rojos en la sangre. Conteo sanguíneo completo, que mide el número y tipo de glóbulos de la sangre. Hemoglobina; es el principal valor de referencia para diagnosticar una anemia. Los valores normales van entre 13,3 y 18 g/dl en hombres; 11,7 a 15,7 g/dl en mujeres, en niños de 2 a 6 años sus valores de hemoglobina van de 11,5 a 13,5 g/dL; OMS (2016).

3.4.1.3 Evaluación Global Subjetiva:

La valoración global subjetiva es una prueba de tamizaje desarrollada por Detsky et al, en 1987, la cual es un método clínico de valoración del riesgo nutricional de un paciente a través de la historia clínica y la exploración física.

Aunque originalmente la prueba fue diseñada exclusivamente para pacientes sometidos a cirugías gastrointestinales, actualmente se aplica para prácticamente todos los cuadros clínicos con los que puede cursar un paciente. Galván (2009).

3.4.2 Descripción de los instrumentos

3.4.2.1 Balanza digital:

Sirve para pesar tanto niños mayores de 2 años como adultos hasta un peso de 120 kg.

Técnica para pesar: Ubique la balanza en una superficie lisa y nivelada, encienda la balanza, la pantalla mostrará primero “188.88” y luego “0.0”. El “0.0” indica que la balanza está lista.

Según el Instituto Nacional de Salud (1998), nos indica que pida a la persona que suba al centro de la balanza y que permanezca quieta y erguida. Espere unos segundos hasta que los números que aparecen en la pantalla estén fijos y no cambien. Durante el período de estabilización de los números, evite tocar la balanza. Colóquese frente a la pantalla, **véala en su totalidad para leer los números en forma correcta.**

3.4.2.2 Tallímetro:

Según el Centro Nacional de alimentación y nutrición (2004.), es un instrumento de madera que se emplea para medir la estatura de niños y niñas de 24 a 59 meses (2 a 4 años y se mide en posición vertical). Sus características son de madera, puede ser fijo cuando su diseño es para uso en el establecimiento de salud, y es móvil o

portátil cuando se necesita transportar a campo y tiene cuerpos que se ensamblan.

Necesita de una mochila porta tallmetro para su protección y transporte.

3.5 Técnicas para el procesamiento de la información

Consiste en procesar los datos (dispersos, desordenados, individuales) obtenidos de la población objeto de estudio durante el trabajo de campo, y tiene como fin generar resultado (datos agrupados y ordenados), a partir de los cuales se realizará el análisis según los objetivos de la investigación realizada.

En este caso obtendremos datos cuantitativos y cualitativos a cada tipo de datos le aplicamos el análisis correspondiente.

El procesamiento de estos datos se llevara a cabo por un “Sistema de Operaciones” programas en Excel 2013. Eilly (2011.)

A. Evaluación nutricional de los preescolares

Técnica.- Antropometría y Bioquímica

Procedimiento: Determinar el peso, talla y hemoglobina de los preescolares que pertenecen a la I.E. “Santísima Niña María” N°324 - Huacho.

B. Evaluación física

Técnica.- actividad física

Procedimiento: A través de esta evaluación podremos obtener pruebas de resistencia, fuerza y velocidad del preescolar, ya que nos indica si hay que trabajar de forma específica, alguna de ellas, en función de los objetivos a alcanzar, o por el contrario, hay que trabajar de forma general, como es el caso de los preescolares que practican el sedentarismo. Todo esto se verá reflejado en el curso de psicomotricidad.

C. Evaluación del aprendizaje de los preescolares

Técnica.- libreta de notas.

Procedimiento: Se podrá clasificar a los preescolares en las categorías A, B y C (logro previsto, en proceso y en inicio respectivamente).

D. Evaluación nutricional después de la aplicación de estrategia nutricional

Técnica.- Bioquímica

Procedimiento: Con los datos que se obtuvieron posterior a las estrategias nutricionales van a realizarse (ANEXO 2), marcando una variación de acuerdo a la cantidad de hemoglobina registrados al inicio de la investigación.

E. Evaluación física después de la aplicación de programación dinámica

Técnica.- Actividad física

Procedimiento: Basándose en los resultados obtenidos al inicio, se determinarán actividades dinámicas (ANEXO 3) para grupos de preescolares que lo requieran, verificando así la variación de su resistencia, fuerza y velocidad.

F. Evaluación de la actividad física a través del aprendizaje después de charlas informativas con sus apoderados

Técnica.- Libreta de notas

Procedimiento: Realizar la evaluación después de aplicada las estrategias nutricionales y las actividades dinámicas que consisten en concientización de sus apoderados para la superación de sus habilidades cognitivas. Y verificar el rendimiento académico de los preescolares, previa concientización de sus apoderados para la superación de sus habilidades cognitivas.

Capítulo IV: RESULTADOS

4.1 ANALISIS DE LAS VARIABLES

4.2.1. EVALUACION NUTRICIONAL DE LOS PREESCOLARES

GRAFICO 1: Porcentaje del diagnóstico de los alumnos evaluados según peso y talla.



Según el grafico 1 tenemos a los 98 estudiantes de la I. E. “Santísima Niña María” N° 324 de 3 a 5 años siendo su diagnóstico estable o normal en un 70.4%; lo cual siendo una Ganancia Inadecuada de Talla (GIT) un 17.3% de alumnos.

GRAFICO 2: Niveles de hemoglobina de los estudiantes

Para mejor apreciación y comparación se presenta el siguiente gráfico:

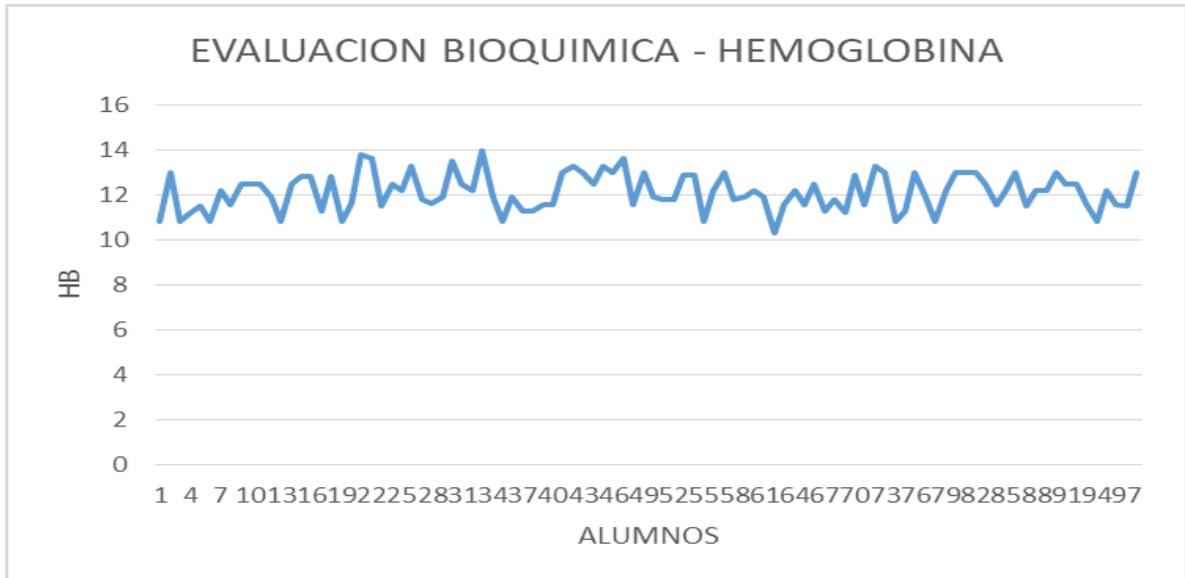
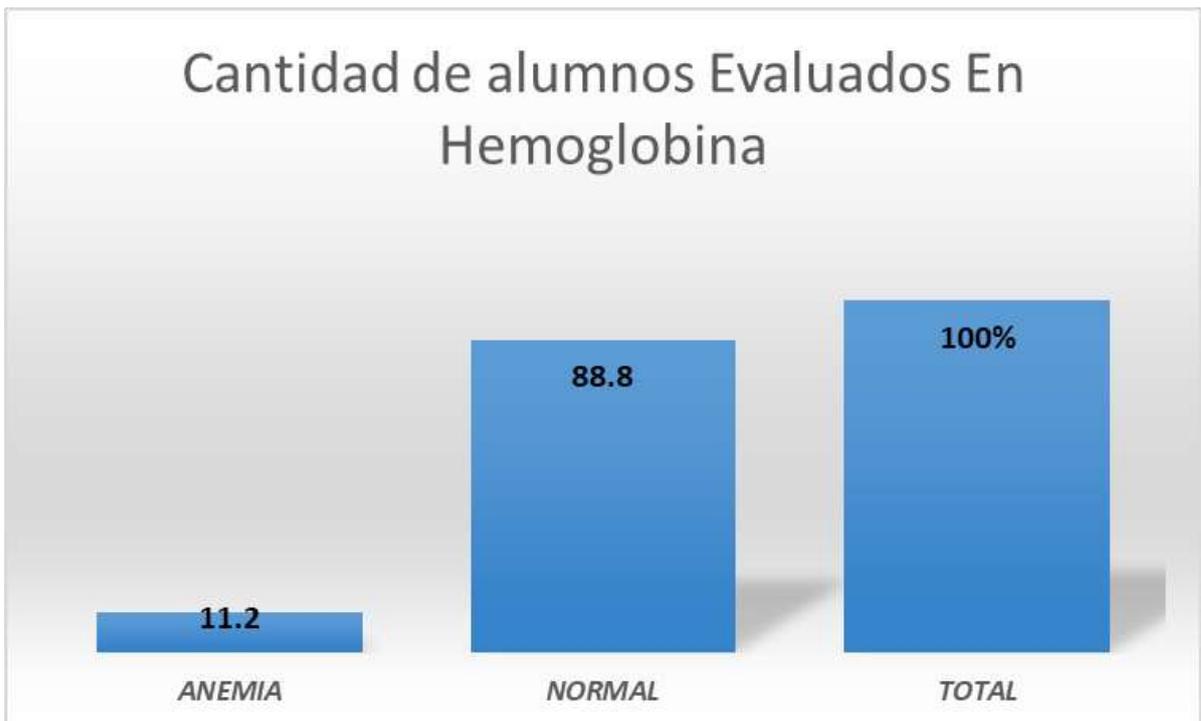


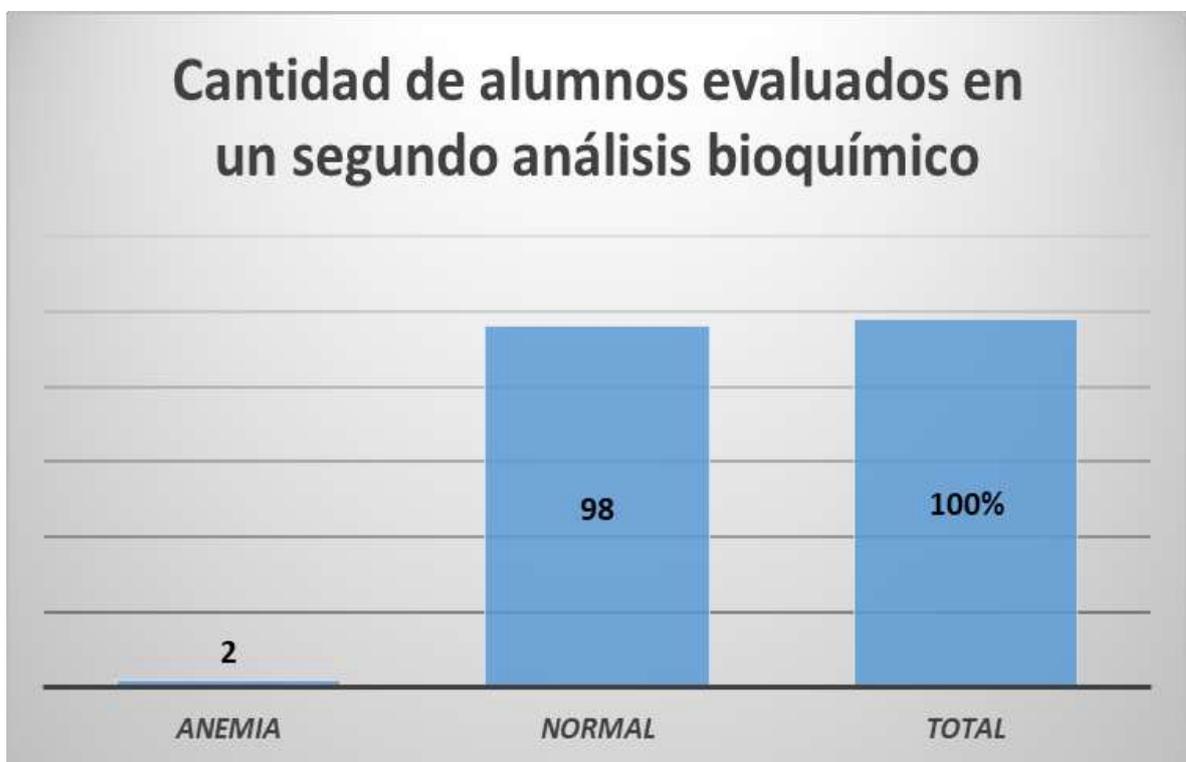
GRAFICO 3: Porcentaje del diagnóstico de los alumnos evaluados según hemoglobina.



Según el gráfico 3 tenemos las cantidades de hemoglobina de los estudiantes siendo el 11.2% los alumnos que presentan anemia y el 88.8% de los alumnos que se encuentran dentro de su rango normal.

Siendo esta evaluación antes del procedimiento para obtener mejor soporte después de aplicar la Actividad física y alguna charlas para ver su mejoría en ese pequeño porcentaje que presenta anemia.

GRAFICO 4: Porcentaje del segundo diagnóstico de los alumnos evaluados en hemoglobina.

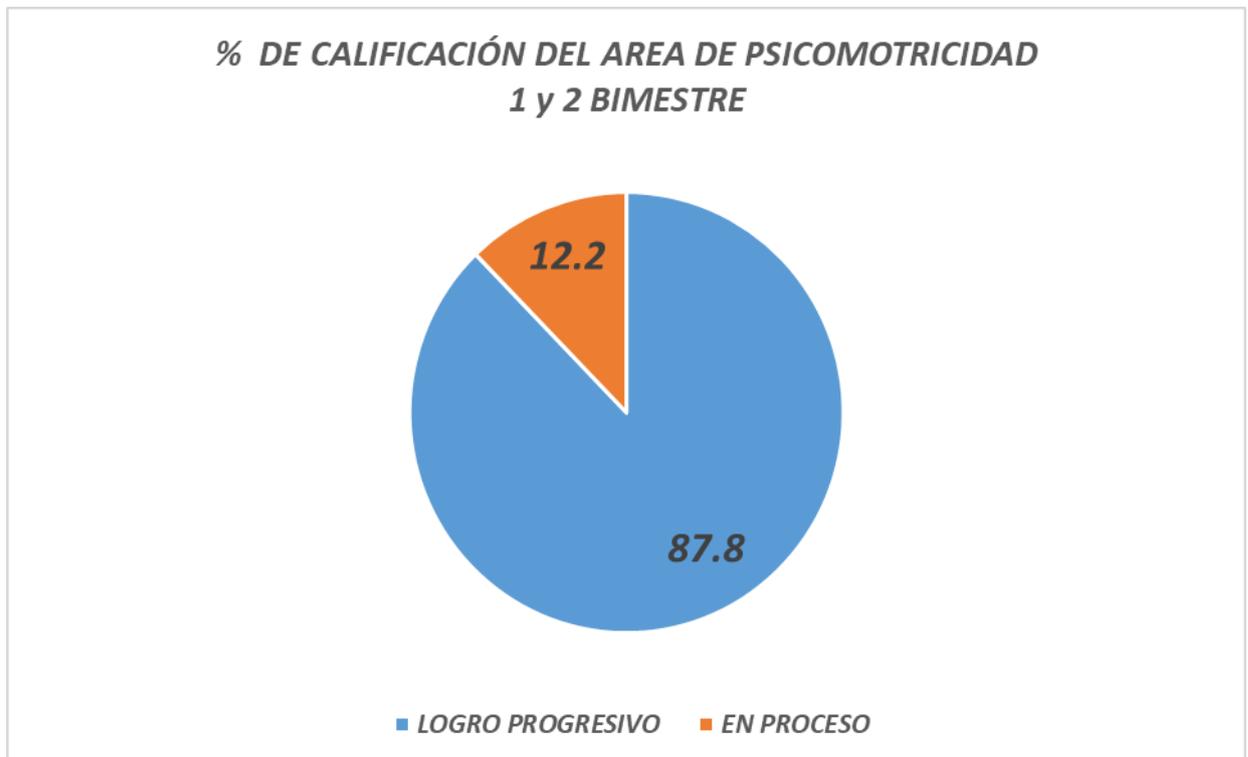


Practicada las sesiones obtuvimos una mejoría obteniendo la baja de alumnos con anemia de un 11.2% presentado en el grafico 4 a un 2% como se presenta en el presente grafico 4.

4.2.2. ACTIVIDAD FÍSICA

Los datos que se tomó en cuenta fueron las notas pertenecientes al área de psicomotricidad, ya que ahí se realiza la actividad física.

GRAFICO 5: Porcentaje de calificación del área de psicomotricidad del 1 y 2 bimestre.



Según el como se muestra en el gráfico 5 observamos que el 12.2% de niños están en proceso de aprendizaje, lo cual nos dice que es este grupo de pequeños que presentan déficit para desarrollar actividad física.

GRÁFICO 6: Porcentaje de calificación final del área de psicomotricidad.

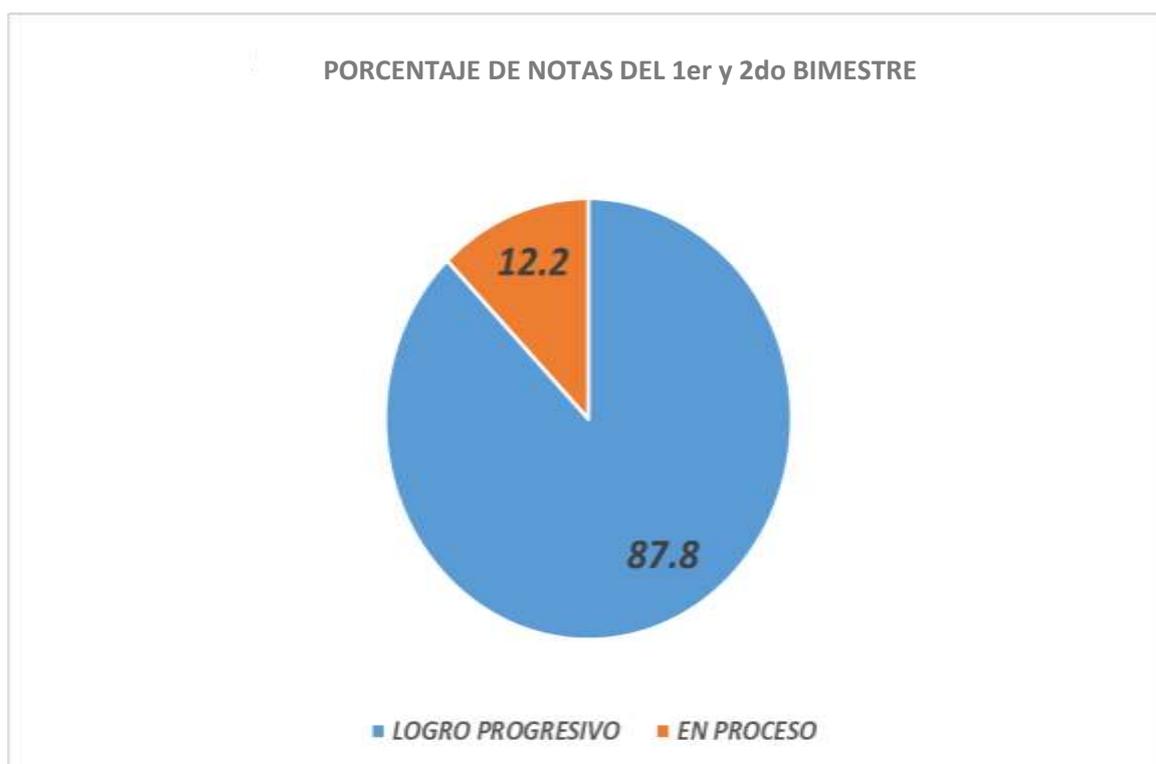


Después de las estrategias aplicadas conjuntamente con la docente obtuvimos resultados positivos en cuanto a la actividad física en pos preescolares; debido como se muestra en el gráfico 6 observamos que los niños que se encuentran en proceso de aprendizaje se redujo a un 8.2% de un 12.2% como se observa en el gráfico 5.

4.2.3. EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE DE LOS PREESCOLARES

Los datos fueron tomados de las libretas de los pequeños autorizados por sus padres y docentes.

GRAFICO 7: Porcentaje de las notas del 1 y 2 bimestre.



Según el gráfico 7 podemos observar que durante el primer y segundo bimestre hubo un 87.8% de aprobados y un 12.2% de niños en proceso de aprendizaje; siendo los mismos pequeños que presentaron problemas de anemia y ganancia inadecuada de talla.

4.2 CONTRASTACIÓN DE LA HIPOTESIS

- Siendo mi hipótesis alternativa “La evaluación nutricional y la actividad física influye en mejorar el aprendizaje en los pre escolares de 3 a 5 años de la I.E. “Santísima Niña María” N° 324 – 2018”

GRAFICO 8: Porcentaje de las notas finales de los estudiantes evaluados.



Después de realizar una estrategia adecuada para los niños de 3 a 5 años de la institución educativa “Santísima Niña María” N° 324 damos por confirmado nuestra hipótesis.

Ya que, según el gráfico 8 podemos observar a mejoría de los estudiantes dando como resultado el 95.9% de alumnos con logro progresivo y solo un 4.1% que se quedaron en proceso de aprendizaje no siendo malo pero si bajo en el pre escolar.

Capítulo V: DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 DISCUSIONES

Después de los análisis realizados el resultado de la evaluación antropométrica en los niños de la Institución Educativa “Santísima Niña María” N°324, observamos que las ganancias inadecuadas de tallas varían en un 17.3%, siendo los pesos normales en un 70.4%, también se encontraron niños con obesidad y sobrepeso en un 6.1%, lo que asemeja con Croveto, M. en el estudio *Estado Nutricional, Conocimientos Conductas En Escolares De Kínder Y Primer Año Básico En 3 Escuelas Focalizadas Por Obesidad Infantil En La Comuna De Valparaíso. Santiago, Chile ,2010* determino las siguientes conclusiones: En kínder, se observó una mayor prevalencia de sobrepeso respecto al primer año básico, (29,7% vs24%); y una menor prevalencia de obesidad (18,8% vs 527%). se observa la distribución del estado nutricional según sexo y nivel escolar. Se observó en kínder una mayor prevalencia de niñas en riesgo de obesidad y Obesidad respecto a los niños (35,7% vs 25,4%) y (19,0% vs 18,6%), respectivamente. La prevalencia de sobrepeso fue mayor en el primer año básico (25,0 vs 23,4%) y (27,8 vs 25,5%).

Así también coincide con lo encontrado por el Consejo Superior de deportes (2015), en la investigación *Los hábitos deportivos de la población de España*, donde la comunidad educativa coincide en afirmar que la actividad física y el deporte han de disponer de un espacio fundamental en la formación integral del individuo. La presencia de la educación física en el currículum académico escolar nos da a conocer su actividad y sus preferencias en ese ámbito, lo cual resulta esencial para diseñar políticas efectivas que permitan reducir en el futuro los elevados índices de sedentarismo y obesidad; obteniendo en nuestra investigación porcentajes favorables de los preescolares en cuanto a la mejora de la actividad física; ya que cuando

empezaron el año escolar en el primer y segundo bimestre obtuvimos que el 12.2% tenía un buen resultado en actividad física, pero a medida que se aplicaron estrategias obtuvimos en su reporte final un 4.1% de niños con déficit de actividad física.

5.2 CONCLUSIONES

A partir de los datos obtenidos del estudio realizado y de su posterior análisis e interpretación se llegó a las siguientes conclusiones:

1. **PRIMERA.-** En cuanto a diagnóstico de los alumnos obtuvimos que el 70.4% se encuentra normal, el 17.3% se encuentra con GIT (ganancia inadecuada de talla) esto puede deberse por un factor nutricional, también tenemos un 6.1% de niños que padecen de obesidad y sobrepeso.

En cuanto al diagnóstico bioquímico en la primera muestra vemos que el 11.2% padece de anemia y solo el 88.8% se encuentra dentro de lo normal; pero en la segunda muestra obtuvimos resultados positivos ya que el porcentaje de niños que padecen anemia bajo a un 2%, siendo el 98% de estudiantes los que se encuentran dentro de lo normal.

2. **SEGUNDA.-** En cuanto a la actividad física evaluada dentro del área de psicomotricidad obtuvimos que dentro del primer y segundo bimestre el 12.2% estaba en proceso de aprendizaje y el 87.85% estaba en el logro progresivo.
3. **TERCERA.-** Según la estrategia aplicada al término del año escolar obtuvimos todas las notas finales del área de psicomotricidad, resultando que en el logro progresivo un 93.9% los niños y un 8.2% los alumnos que se quedaron en proceso de aprendizaje.
4. **CUARTA.-** Implementando una estrategia se mejoró el aprendizaje obteniendo el promedio del total de los cursos, siendo en el logro progresivo

un 95.9% los niños y un 4.1% los alumnos que se quedaron en proceso de aprendizaje.

5.3 RECOMENDACIONES

De acuerdo a los resultados de la investigación se enuncian algunas recomendaciones a considerar:

- 1. PRIMERA.-** La I.E. “Santísima Niña María” N°324 debe elaborar un plan nutricional dentro de su cronograma educativo, contando con la ayuda de un profesional de nutrición; para así poder realizar un seguimiento al preescolar y programar sesiones demostrativas con los padres de familia para orientarlos en cuanto a los hábitos alimentarios de sus hijos.
- 2. SEGUNDA.-** Los padres de familia que pertenecen a la I.E. “Santísima Niña María” deben de realizar un descarte de anemia anualmente a sus pequeños hijos, para así mejorar su hemoglobina; así mismo motivar a sus pequeños a realizar por lo mucho una hora diaria de actividad física, dejando a tras la utilización de electrodomésticos como celular, Tablet o computadoras; que a la larga logran que los pequeños lleven una vida sedentaria.
- 3. TERCERA.-** Los padres de familia junto con las maestras deben incrementar la atención en los niños que se presentaron en proceso de aprendizaje para que así al culminar el año escolar el niño logre el objetivo trazado; no dejando de recalcar que los niños deben tener un apoyo del 50% en casa y el 50% en la I.E. ya que hay cosas que no puede lograr al 100% las maestras.

Capítulo VI: FUENTES DE INFORMACION

6.1 Fuentes Bibliográficas:

LEÓN, A. “Estado Nutricional En Niños Menores De 5 Años En Un Consultorio De Babahoyo”. Ecuador, 2009.

CROVETO, M. Estado Nutricional, Conocimientos Conductas En Escolares De Kínder Y Primer Año Básico En 3 Escuelas Focalizadas Por Obesidad Infantil En La Comuna De Valparaíso. Santiago, Chile ,2010

BOLZAN A, GATELLA M, COTTI M (2005) “Aplicación de dos métodos Diagnóstico para Evaluar el Estado Nutricional de una Población Infantil: Epidemiológico y Enfoque de punto de corte”.

CARMENATE MILIÁN, LINO (COSTA RICA, MAYO 2014) Manual de Medidas Antropométricas.

CENAN. (2014) La medición de la talla y el peso. Guía para el personal de la Salud del Primer Nivel de Atención.

Dr. José Luis Galván Barahona (Fecha de la última actualización 09/06/2009) Valoración Global Subjetiva (VGS)

Eilly (Venezuela, Publicado 18 de Noviembre del 2011) Métodos y técnicas para el procesamiento de la información.

Flores, J. L. (2006). Nivel económico y conocimientos que tienen las madres sobre la alimentación del preescolar y su relación con el estado nutricional en el Centro de Promoción Familiar Pestalozzi del distrito de Lima-Cercado. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Programa Cybertesis PERÚ.

Fondo de la Naciones Unidas para la Infancia (Lima 18, Perú) Perú Crecimiento y Desarrollo.

Gómez R. (2002) *La enseñanza de la educación física en el nivel inicial y en el primer ciclo de la EGB: una didáctica de la disponibilidad corporal*. Buenos Aires. Editorial Stadium.

Karvonen MJ, Kentala E, Mustala O. The effects of training on heart rate; a longitudinal study. *Ann Med Exp Biol Fenn* 1957, 35:307-315.

MINSA-INS-CENAN (2004). La medición de la talla y el peso. Guía para el personal de la salud del primer nivel de atención. MINSA-INS. Lima

Módulo medidas antropométricas, registro y estandarización. Instituto Nacional de Salud. Centro nacional de alimentación y nutrición. Lima – Perú. 1998.

Consejo Superior de Deportes. *Los hábitos deportivos de la población escolar en España*. Madrid: Consejo Superior de Deportes; 2015. Disponible en:

PANIAGUA G Y COLS (2003). *Evaluación nutricional de una población preescolar en el Centro de Salud Fernando Luyo – Villa El Salvador*. Universidad Nacional de Tumbes, Lima.

PILAR ALLUE VALENCIA PEÑA (2014), “*Estado Nutricional de la Población Menor de 5 Años Adscrita al Puesto de Salud Aynaca en el 2013*”

THALÍA ELIZABETH PHUMA LUDEÑA (2015), “*Estado Nutricional y Hábitos Alimentarios en Niños de 2 A 5 Años que presentan Síndrome De Down*”

VICARIO H, GÜEMES M. “Nutrición en la edad preescolar, escolar y adolescente”. *Pediatría Integral* 2007: XI (4), p. 347-362

World Health Organization (2006). Promoting physical activity and active living in urban environments. *The Role of Local Governments*

ZORAIDA ROSARIO SILVA ACOSTA (2009), “Situación Nutricional Y Hábitos Alimentarios en Preescolares del Distrito de Belén – 2009”

ANEXOS 01: MATRIZ DE CONSISTENCIA

Matriz de Consistencia					
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	METODOLOGÍA	VARIABLES	INDICADORES
<p>Problema General: ¿Cómo la evaluación nutricional y la actividad física, mejorará el aprendizaje en los preescolares de 3 a 5 años de la I.E. "Santísima Niña María" N° 324 Huacho - 2018?</p>	<p>Objetivo General: Evaluar el estado nutricional y la actividad física en relación a mejorar el aprendizaje en los preescolares de 3 a 5 años de la I.E. "Santísima Niña María" N° 324 Huacho - 2018.</p>	<p>Hipótesis General -Hipótesis Nula (Ho): La evaluación nutricional y la actividad física no influye en mejorar el aprendizaje en los preescolares de 3 a 5 años de la I.E. "Santísima Niña María" N° 324 Huacho - 2018. -Hipótesis Alternativa (H1): La Evaluación nutricional y la actividad física influye en mejorar el aprendizaje en los pre escolares de 3 a 5 años de la I.E. "Santísima Niña María" N° 324 - 2018.</p>	<p>Tipo: Aplicativo. Será correlacional y longitudinal Nivel: Evaluación y vigilancia nutricional. Diseño: Cuasi Experimental Enfoque: Cuantitativo - Cualitativo</p>	<p>Variables Independientes: Evaluación Nutricional</p>	<p>Evaluación antropométrica (talla, peso, edad, prueba bioquímica)</p>
				<p>Actividad Física</p>	<p>Actividad psicomotriz (60 min) Mediante calificación</p>
<p>Problemas Específicos: -¿Cómo aplicar estrategia nutricional que mejore el aprendizaje en pre escolares de 3 a 5 años de la I.E. "Santísima Niña María" N° 324 Huacho - 2018? -¿Cómo implementar estrategia de actividad física que mejore el aprendizaje en preescolares de 3 a 5 años de la I.E. "Santísima Niña María" N° 324 Huacho - 2018?</p>	<p>Objetivos Específicos: -Aplicar estrategia nutricional que mejore el aprendizaje en preescolares de 3 a 5 años de la I.E. "Santísima Niña María" N° 324 Huacho - 2018. -Implementar una estrategia de actividad física que mejore el aprendizaje de los pre escolares de 3 a 5 años de la I.E. "Santísima Niña María" N° 324 Huacho - 2018.</p>	<p>Hipótesis Específicas: -Las estrategias nutricionales en pre escolares de 3 a 5 años de la I.E. "Santísima Niña María" N° 324 durante el año 2018 ayudará a mejorar el aprendizaje. -La implementación de actividades físicas en los pre escolares de 3 a 5 años de la I.E. "Santísima Niña María" N° 324 durante el año 2018 serán las adecuadas para mejorar el aprendizaje.</p>		<p>Variable Dependiente: Aprendizaje</p>	<p>Calificaciones del proyecto (2018)</p>

ANEXO 2: ESTRATEGIA NUTRICIONAL

OBJETIVO	META	CONTENIDO	SESIONES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
Evaluar nutricionalmente a los niños(as)	Mejorar la nutrición de los niños(as) de nivel preescolar.	Diagnóstico de los niños.	1 "Determinación antropométrica de los preescolares"	dialogo	Tríptico de resultados.
Analizar los resultados de la hemoglobina en relación con la nutrición del niño(a)	Mejorar la nutrición del niño partiendo del balance en su alimentación.	Mejorar su hemoglobina con la alimentación.	1 "Determinación bioquímica del nivel de hemoglobina de los preescolares"	Dialogo conversatorio	afiches
Conocer la importancia de una alimentación adecuada.	Seleccionar las fuentes de alimentación correctas para aumentar su rendimiento.	Elaboración de menús o dietas.	1 "Alimentación Saludable y Plato nutricional"	Dietética	Trípticos con dietas.
Aplicar la elaboración de menús de acuerdo a sus ingresos.	Mejorar la nutrición del niño sin alterar su nivel socioeconómico.	Alimentación y economía para niños de nivel preescolar.	1 "Elaboración de Menús en base al nivel socioeconómico"	Presupuesto-alimentación	Afiches, trípticos.

ANEXO 3: ACTIVIDAD FISICA

OBJETIVO	META	CONTENIDO	SESIONES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
“Evaluar la actividad física de los niños”	MEJORAR LA PSICOMOTRICIDAD DE LOS NIÑOS	DIAGNÓSTICO COMO ESTAN LOS NIÑOS	1 “Importancia de actividad física en los preescolares”	DIALOGO	RESULTADOS DE NOTAS
“Evaluar el rendimiento de los preescolares.	MEJORAR LA PSICOMOTRICIDAD DE LOS NIÑOS	RESISTENCIA	1 “Desempeño frente a obstáculos u objetos en movimiento”	SALTO	SOGA
“Medir el desempeño físico, basado en la actividad referida”	MEJORAR LA PSICOMOTRICIDAD DE LOS NIÑOS	FUERZA	1 “Equilibrio del preescolar, expresado a través del ejercicio y duración del mismo”	PARADA DE UN PIE	CRONOMETRO
“Mejorar la psicomotricidad de los niños”	MEJORAR LA PSICOMOTRICIDAD DE LOS NIÑOS	VELOCIDAD	1 “Determinación de la capacidad para desplazarse en un tiempo y distancia determinada”	CARRERA	PITO, CRONOMETRO.

ANEXO 4: EVALUACIÓN ANTROPOMETRICA Y BIOQUIMICA

Relación de niños y niñas de la I.E.I CUNA JARDIN N° 324 "SANTÍSIMA NIÑA MARÍA"						
N°	EDAD	Fecha de Nacimiento	Sexo	Peso	Talla	Hb
1	4a 2m	30/04/2014	M	15.2	97	10.8
2	3a 3m	29/03/2015	F	15	98.2	12.97
3	3a 4m	25/02/2015	M	15.3	95	10.8
4	3a 6m	20/12/2014	M	15.7	98.7	11.2
5	4a 1m	28/05/2014	M	19.1	105.6	11.5
6	4a 1m	14/06/2014	M	18.2	101.2	10.8
7	3a 4m	1/03/2015	M	16.6	102.8	12.2
8	3a 7m	20/12/2014	F	13.3	92	11.58
9	4a	9/07/2014	F	19.4	104.4	12.5
10	3a 11m	9/08/2014	F	15.2	97.2	12.5
11	3a 7m	9/08/2014	M	17	99.1	12.5
12	3a 5m	15/02/2015	M	14.8	96.5	11.9
13	4a	12/07/2014	H	17.7	99	10.8
14	3a 9m	21/10/2014	M	17	102	12.5
15	4a 1m	30/06/2014	H	22.3	104.8	12.8
16	3a 8m	7/11/2014	M	20.3	102	12.8
17	4a	17/06/2014	H	15.2	99.3	11.3
18	3a 5m	9/02/2015	H	16	97.3	12.8
19	3a 6m	18/01/2015	M	15.4	98	10.8
20	4a	8/07/2014	M	22.3	108.5	11.6
21	3a	20/06/2014	M	14.2	97.1	13.8
22	3a	2/07/2014	F	15.2	103.2	13.6
23	3a 10m	25/08/2014	F	16	99.5	11.5
24	3a 3m	28/03/2015	F	15.8	97	12.5
25	4a 3m	27/04/2014	M	22.3	102	12.2
26	4a 2m	13/05/2014	M	20	105.2	13.27
27	3a 11m	11/08/2014	M	15.9	97	11.8
28	3a 11m	23/07/2014	M	16.4	101.2	11.6
29	3a 6m	1/01/2015	F	14.7	99.6	11.88
30	4a 1m	11/06/2014	F	17.4	103	13.5
31	4a	24/09/2013	M	20.2	108.6	12.5
32	4a	11/01/2014	F	19.1	107.3	12.2
33	5a	4/06/2013	F	17.5	100.6	13.97
34	4a	19/10/2013	F	19.4	103	11.88
35	4a	22/02/2014	M	17.5	103.4	10.8
36	4a	16/11/2013	F	21.1	105.4	11.88
37	4a	13/11/2013	F	17.5	102	11.25
38	4a	25/12/2013	M	18.1	101.7	11.25
39	4a	13/11/2013	M	22.7	107.3	11.58
40	4a	5/01/2014	F	16	100.6	11.58
41	5a 3m	12/04/2013	M	24.7	114	12.97
42	5a 1m	26/05/2013	F	20.8	109.4	13.27
43	5a	9/07/2013	M	20.9	110.5	12.97
44	5a 1m	14/06/2013	M	22.5	109.6	12.5
45	5a 1m	28/05/2013	M	18.6	113.4	13.27
46	4a 5m	23/05/2013	M	14.5	99.1	12.97
47	5a 1m	12/06/2013	F	14.1	97.5	13.6
48	5a 1m	7/06/2013	F	17.5	100.5	11.58
49	5a	24/06/2013	F	22.4	112	12.97

**Relación de niños y niñas de la I.E.I CUNA JARDIN N° 324
"SANTÍSIMA NIÑA MARÍA"**

N°	EDAD	Fecha de Nacimiento	Sexo	Peso	Talla	Hb
50	5a	30/06/2013	F	18.5	109.1	11.88
51	4a 9m	17/10/2013	F	15.2	103.5	11.8
52	4a 11m	17/08/2013	F	21.9	114.5	11.8
53	4a 7m	10/11/2013	F	23.1	100	12.9
54	5a	19/06/2013	F	15.3	103.9	12.9
55	5a 1m	17/05/2013	F	17.8	107.2	10.8
56	5a 1m	8/05/2013	M	18.5	107.6	12.2
57	4a 11m	7/08/2013	F	17.3	105.7	12.97
58	4a 11m	1/08/2013	F	21.3	11.2	11.8
59	4a 9m	19/09/2013	F	16.7	103	11.88
60	4a 7m	10/11/2013	M	14.1	99.1	12.2
61	6a 2m	11/05/2012	M	26.9	119	11.88
62	5a 11m	20/07/2012	F	17.3	106.6	10.3
63	6a 2m	13/05/2012	M	21.7	112	11.58
64	6a	20/06/2012	F	21.4	113.3	12.2
65	5a 11m	21/07/2012	M	21.9	117.2	11.58
66	5a 11m	27/07/2012	M	24.3	118	12.5
67	5a 7 m	23/12/2012	F	23	107.3	11.25
68	5a 11m	16/07/2012	M	22	113.5	11.8
69	6a 2m	31/05/2012	F	25.2	120.7	11.2
70	6a	16/06/2012	F	20	108.9	12.9
71	5a 8m	13/03/2013	F	18	109	11.58
72	5a 9m	24/02/2013	M	18.5	108.1	13.27
73	5a 8m	24/03/2013	F	19.8	113.5	12.97
74	5a 8m	22/03/2013	F	22	112	10.8
75	6a 5m	6/06/2012	F	19.3	115.5	11.25
76	5	28/12/2013	M	20.4	112	12.97
77	5	14/01/2013	M	20.9	111.5	11.88
78	5	8/03/2013	F	18.8	111	10.8
79	5	25/02/2013	F	22.7	112	12.2
80	5	11/10/2012	F	22	111	12.97
81	5	8/10/2012	M	20.4	114.4	12.97
82	5	8/10/2012	F	33.7	115	12.97
83	5	16/07/2012	M	33.8	123	12.5
84	5	20/03/2013	F	19.2	108.3	11.58
85	5	21/09/2012	M	19.9	113.8	12.2
86	5	21/10/2012	M	23.9	117.7	12.97
87	5	7/09/2012	M	27.3	119.8	11.5
88	5	11/09/2012	M	18.2	110	12.2
89	5	22/07/2012	M	23	114.3	12.2
90	5	15/08/2012	F	18	108	12.97
91	5	23/06/2013	F	18.8	106	12.5
92	3a 11m	24/07/2014	F	16.5	104	12.5
93	3a 4m	20/03/2015	M	14.8	96.8	11.6
94	5	7/10/2012	F	18.3	109	10.8
95	4	29/09/2013	F	21.2	10.6	12.2
96	4a 9m	22/09/2013	F	15.4	103.3	11.58
97	5a 4m	11/03/2013	M	25.5	116.5	11.5
98	2a 6m	22/12/2014	F	15.6	96	12.97

ANEXO 6: FOTOGRAFIAS

