

# **ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DEL LITORAL**

## **Escuela de Diseño y Comunicación Visual**

Creación de un libro ilustrado con el tema nutrición infantil para niños de 7 a 9 años de la Escuela de Educación Básica Destacamento de Paquisha.

### **PROYECTO INTEGRADOR**

Previo la obtención del Título de:

### **Licenciatura en Diseño Gráfico y Publicitario**

Presentado por:

Ismael Gustavo Caicedo Monserrate

GUAYAQUIL - ECUADOR

Año: 2018

**DEDICATORIA**

A mi familia, mis padres, mi hermano  
quienes con su apoyo fueron mi  
motivación y motor y ser ellos la  
inspiración para culminar este proyecto

## **AGRADECIMIENTOS**

A mi familia, mis padres, mi hermano quienes con su interés y amor contribuyeron a la realización de este proyecto.

A EDCOM. Y a los profesores por sus sabias enseñanzas y donación constante.

## DECLARACIÓN EXPRESA

“Los derechos de titularidad y explotación, me(nos) corresponde conforme al reglamento de propiedad intelectual de la institución; *Ismael Gustavo Caicedo Monserrate* y doy(damos) mi(nuestro) consentimiento para que la ESPOL realice la comunicación pública de la obra por cualquier medio con el fin de promover la consulta, difusión y uso público de la producción intelectual”

Ismael Gustavo  
Caicedo Monserrate

Autor 2

## EVALUADORES

.....  
**Msc. María de Lourdes Pilay**

PROFESOR DE LA MATERIA

.....  
**Msc. Diana Macías**

PROFESOR TUTOR

## RESUMEN

El documento presentado engloba el trabajo integrador en su totalidad. Se trata de un proyecto enfocado a la creación de un libro ilustrado para ampliar y transmitir conocimientos referentes a la nutrición infantil de una manera divertida e informativa.

Uno de los aspectos principales del proyecto es la ilustración de cada una de las hojas del libro, partiendo desde su idea y bocetaje, siendo el punto de partida para la obtención de ilustraciones paisajes y complementos.

En el proceso de diseño se aplica la técnica de los libros ilustrados que conjuntamente con los temas fundamentales sobre color, tipografía y diseño editorial enfocado a lo largo del proyecto al público objetivo permiten plasmar de manera conjunta y coherente cada uno de los conocimientos que buscamos transmitir en el libro, facilitando así al lector el disfrute de esta actividad y la ampliación de sus conocimientos, generando una relación armónica entre la actividad , el conocimiento y el entorno que los rodea.

**Palabras Clave:** nutrición infantil, ilustración, información, niños.

## **ABSTRACT**

*The document presented includes the integrating work in its entirety. It's a project focused on the creation an illustrated book to expand and transmit knowledge regarding child nutrition in a fun and informative way.*

*One of the main aspects of the project is the illustration of each one of the pages of the book, starting from its idea and sketching being the starting point for the obtaining of illustrations, landscape and complements*

*In the design process, the illustrated book technique is applied. Together with the fundamental themes of color, typography and editorial design, focused throughout the project to the target public, each of the knowledge we want to transmit in a coherent and coherent manner the book, thus facilitating the reader the enjoyment of this activity and the expansion of their knowledge, generating a harmonious relationship between the activity, knowledge and the environment that surrounds them.*

*Use english to write the same as described before in the Resumen. Use cursive fonts in this section.*

*Keywords: Child nutrition, illustration, information, children.*

# ÍNDICE GENERAL

RESUMEN.....	I
ABSTRACT .....	II
ÍNDICE GENERAL .....	III
ABREVIATURAS.....	IV
ÍNDICE DE FIGURAS .....	V
CAPÍTULO 1.....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
1. Introducción .....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
1.1 Descripción del problema .....	<b>1¡Error! Marcador no definido.</b>
1.2 Objetivos .....	14
1.2.1 Objetivo General.....	14
1.2.2 Objetivos Específicos.....	14
1.3 Marco teórico.....	15
CAPÍTULO 2.....	21
2. Metodología .....	22
CAPÍTULO 3.....	39
3. Resultados .....	39
CAPÍTULO 4.....	49
4. Discusión y Conclusiones .....	49
4.1 Conclusiones.....	49
4.2 Recomendaciones.....	50
BIBLIOGRAFÍA.....	51
APÉNDICES.....	55

## **ABREVIATURAS**

FAO	Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura
ONU	Organización Naciones Unidas
MSP	Ministerio de Salud Pública
UNICEF	Fondo de Naciones Unidas para la Infancia
PMA	Programa de Alimentación Mundial
OMS	Organización Mundial de la Salud

## ÍNDICE DE FIGURAS

Fig. 1 Cuadro y mapa de Desnutrición aguda por provincias de atención, SE 40 /2018.....	2
Fig. 2. Alumnos de la unidad educativa Destacamento de Paquisha .....	15
Fig.2.1 Alumnos Unidad Educativa Carlos Calderón Chico.....	16
Fig. 2.2 Alumnos Unidad Educativa Escuela Patria Ecuatoriana.....	16
Fig. 2.3 Entrevista a nutricionista .....	18
Fig. 2.4 Entrevista a psicóloga de la unidad educativa Destacamento de Paquisha.....	17
Fig. 2.5 Elaboración de Moodboard.....	21
Fig. 2.6 Elaboración de Coodboard.....	21
Fig. 2.7 Elaboración de bocetos.....	22
Fig. 2.8 Elaboración de bocetos niña.....	23
Fig. 2.9 Elaboración de bocetos hada .....	24
Fig. 2.10 Elaboración de hada y Sara ilustradas .....	25
Fig. 2.11 Medidas de formatos DIN A0- a10.....	26
Fig. 2.12 Tipos de retículas imagen.....	26
Fig. 2.13 Ejemplo de colocación de imágenes en composición .....	29
Fig. 3.0 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel pregunta N1.....	34
Fig. 3.1 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel pregunta N2.....	34
Fig. 3.2 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel pregunta N3.....	35
Fig. 3.3 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel pregunta N4.....	35
Fig. 3.4 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel pregunta N5.....	36
Fig.3.5 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel pregunta N6 .....	36
Fig. 3.6 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel pregunta N7.....	37
Fig. 3.7 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel pregunta N8.....	37
Fig. 3.8 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel pregunta N9.....	38
Fig.3.9 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel pregunta N10.....	38

# CAPÍTULO I

## 1. INTRODUCCIÓN

Desde 1959 entraron en vigencia, en el seno de la asamblea general de las Naciones Unidas entraron en vigencia los derechos del niño, que en el numeral 4 “el niño tiene derecho a disfrutar de alimentación, vivienda, recreo, y servicios médicos adecuados”. En el mundo, cerca de mil millones de personas pasan hambre, según la FAO (FAO/PMA., 2010) y las estimaciones indican que esta cifra va en aumento. Desde 2008, la crisis financiera y alimentarias han empeorado la situación. Los precios de los alimentos fluctúan, con alzas que hacen que el acceso a una alimentación adecuada sea imposible para millones de familias. Según el precio de los alimentos ha aumentado un 36% debido en parte a la subida de los combustibles. Se calcula que desde junio de 2010 hasta abril de 2011, 44 millones de personas han caído en la pobreza como consecuencia de ello (Mundial, 2011).

### **Contexto internacional**

En el mundo, uno de cada cuatro niños padece retraso en el crecimiento (Ecuador, 2008), al mismo tiempo se evidencia un continuo aumento en la tasa del sobrepeso y obesidad en todos los grupos de edad. Esta situación se ve agravada por la disminución en la diversidad de las cosechas, mermando la disponibilidad de alimentos sanos y nutritivos que permitan mejorar la vida de las personas. En respuesta a esta situación, “los líderes mundiales adoptaron un conjunto de objetivos globales para erradicar la pobreza, proteger el planeta y asegurar la prosperidad para todos como parte de una nueva Agenda de Desarrollo Sostenible hasta el 2030”. (TheSustainableDevelopmentGoalsReport2017\_Spanish.pdf, 2017)

### **Contexto nacional**

La realidad de Ecuador, en relación con la alimentación y nutrición se asemeja al panorama mundial, pues las últimas décadas están enmarcadas por una transición epidemiológica y nutricional que ha tenido como resultado el continuo incremento del sobrepeso y la obesidad en todos los grupos de edad y, la persistencia de prevalencias medias y altas de retardo en talla y déficit de micronutrientes (Freire, 2014). En respuesta a los retos mundiales, regionales y nacionales, en el país se han emprendido una serie de acciones en materia de alimentación y nutrición desde los años 90. Entre los programas más importantes de esa década destacan el Programa Integrado para el

Control de las Deficiencias de Micronutrientes expedido en el año 1995, (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Organización Mundial Segunda Conferencia Internacional sobre Nutrición Roma & 19–21., 2014). Con datos estadísticos del ministerio de salud pública (subsecretaria de vigilancia de la salud pública dirección de vigilancia epidemiológica) en la provincia del Guayas existen 529 casos de desnutrición en lo que va del 2018 siendo la provincia más afectada seguida de Pichincha con un 330 casos y Manabí con 279 casos de desnutrición infantil. fig1 (M.S.P, 2018)

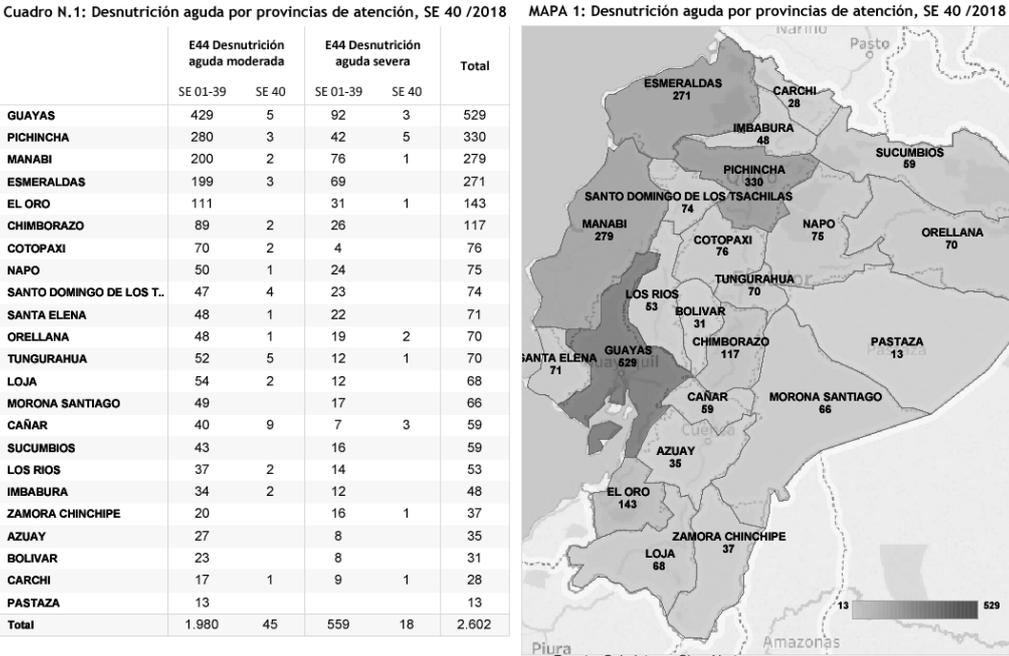


Fig1 (cuadro y mapa de Desnutrición aguda por provincias de atención, SE 40 /2018)

Alimentación y nutrición son dos términos que en numerosas ocasiones tendemos a hacer sinónimos a pesar de sus diferentes significados. Según Grande Covián (1977): La palabra nutrición designa el conjunto de procesos mediante los que el organismo vivo utiliza los distintos componentes de los alimentos (nutrientes), para la liberación de energía, el desarrollo y mantenimiento de las estructuras corporales, y la regulación de los procesos metabólicos. Esto quiere decir que, tal y como afirman Mataix y Carazo (2005a) la nutrición es la consecuencia de la alimentación, la digestión, la absorción y la eliminación fecal de los componentes alimentarios no digeribles.

## **1.1 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA**

La alimentación constituye uno de los problemas más importantes con los que se enfrentan los adultos responsables de los niños en edad escolar. En esta etapa, la voluntad infantil lleva a los niños a elegir cosas en general y alimentos en particular—según su percepción sensitiva: colores, sabores, textura, etc. Habitualmente los alimentos adecuados para el desarrollo infantil y perjudiciales para la salud.

La característica principal de la malnutrición es la pobreza lo que conlleva a la falta de información por parte de los padres de los niños y a la alimentación no equilibrada. Para analizar esta problemática es necesario de mencionar sus causas una de ellas es la desconcentración, falta de interés y debilidad mental. (Scheider, 1985)

Hoy en día, existe una gran pérdida de los hábitos saludables tanto en la población adulta como en los escolares. En muchas ocasiones a los escolares se les proporciona los alimentos que desean o no se dedica el tiempo necesario a enseñarles a tener una buena alimentación y, en otras ocasiones porque los padres, educadores o responsables de los escolares no tienen buenos hábitos alimentarios. Hay que destacar que los niños o escolares aprenden los hábitos alimentarios familiares, es decir, si los adultos no comen verdura, evidentemente los niños tampoco la tomarán.

Esto se debe a que las fuentes alimentarias de estos nutrientes pertenecen al grupo de alimentos peor tratados por la población infantil: verduras, frutas frescas y pescados. Las deficiencias en vitamina D, ácido fólico y zinc son las más comunes entre los escolares. Otras veces se traduce en un aporte excesivo de energía que puede desencadenar la obesidad infantil, uno de los grandes problemas de la actualidad.

Además de lo anterior, existe poco control en las instituciones educativas sobre la oferta de alimentos tanto en los bares escolares como en las afueras de los establecimientos educativos. Facilitando el acceso a alimentos de bajo valor nutricional como los snacks, chucherías o golosinas. Contribuyendo al fomento de inadecuados hábitos de alimentación.

De lo anterior planteado surge la necesidad de Crear un libro ilustrado con el tema nutrición infantil para los niños de 7 a 9 años de la Unidad Educativa Destacamento de Paquisha en la ciudad de Guayaquil.

## 1.2. JUSTIFICACION DEL PROBLEMA

El Ecuador es un Estado constitucional de derechos y justicia, social, democrático, soberano, independiente unitario, intercultural, plurinacional y laico; que, garantiza la salud como un derecho fundamental, vinculado al ejercicio de otros derechos que sustentan el buen vivir. (Ministerio de Salud Pública del Ecuador, 2018) La Constitución de la República del Ecuador evidencia que la alimentación y nutrición saludables son un derecho humano, comprometiéndolo al Estado a garantizar todas las condiciones estructurales, subyacentes y básicas para alcanzar este derecho para todos, particularmente el acceso al agua potable, saneamiento, políticas de reducción de la pobreza y acceso universal a los servicios de salud, así como políticas destinadas a modificar los entornos alimentarios y las prácticas individuales. El Gobierno Ecuatoriano, a través del Ministerio de Salud Pública, en cumplimiento del artículo 16 de la Ley Orgánica de Salud (2006), que reza *“le corresponde al Estado establecer una política intersectorial de seguridad alimentaria y nutricional que propenda a eliminar los malos hábitos alimenticios, respete y fomente los conocimientos y prácticas alimentarias tradicionales, así como el uso y consumo de alimentos propios de cada región y garantice a las personas el acceso permanente a alimentos sanos, variados, nutritivos, inocuos y suficientes”*, presenta el Plan Intersectorial de Alimentación y Nutrición Ecuador (Ministerio de Salud Pública del Ecuador, 2018)

Por lo tanto nuestro proyecto es pertinente y apropiado para mejorar los hábitos alimenticios de los niños, brindar información acerca de la nutrición infantil por medio un Libro ilustrado que se entregara en la Unidad Educativa Destacamento de Paquisha de la ciudad de Guayaquil. Orientándolos hacia una alimentación más sana.

Es importante reconocer que a la niñez en edad escolar no le importa el horario de las comidas ni tienen un control de la manipulación y conservación de las mismas

De ahí la necesidad de motivar a la niñez, a la familia, la institución educativa para adquirir hábitos saludables.

El desarrollo del Libro ilustrado permitirá obtener excelentes resultados, respecto al cumplimiento y aplicación adecuada de las leyes y derecho de la alimentación, higiene y cuidados que se debe tener a la hora de alimentarse para de esta manera lograr así

que se disminuyan los altos índices de una malnutrición y conseguir evitar riesgos enfermedades a fin de que se pueda llevar a cabo una vida nutricional sin ningún inconveniente de manera segura, factible y ordenada. (OMS U. , 2016)

El ser consiente de todas las malas costumbres ayuda a difundir mensajes directos para que de esta manera cada integrante de la institución profesores alumnos y padres se sumen a un cambio positivo, logrando que cada persona contribuya con actividades en pro de una buena alimentación siempre y cuando este sea informado con los debidos reglamentos impuestos por las organizaciones como: (OMS, UNICEF, PAM, FAO)

El presente proyecto, va dirigido al tercer ciclo de Educación Infantil, y consiste en la observación del comportamiento y los hábitos alimenticios de una muestra de niños y niñas, así como el llevar una dieta adecuada. Dado lo expuesto anteriormente, considero de gran interés y relevancia investigar las pautas y las conductas alimentarias de los niños y niñas objeto de este trabajo, ya que, la alimentación y la nutrición son muy importantes en la vida de los menores, tanto en su desarrollo corporal como intelectual.

### **1.3. OBJETIVOS**

#### **1.3.1.- OBJETIVO GENERAL**

Informar sobre la nutrición infantil y crear conciencia en los niños 7 a 9 años de la Escuela de Educación Básica Destacamento de Paquisha. Para su buena alimentación.

#### **1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

-Identificar la situación actual sobre la nutrición infantil y que se está haciendo para fomentarla.

-Desarrollar una herramienta informativa sobre la nutrición Infantil para niños de 7 a 9 años de la Escuela de Educación Básica Destacamento de Paquisha.

-Identificar el grado de conocimiento y percepción acerca de la nutrición infantil entre los padres de familia y maestros para mejorarlos. Y cumplir con la expectativa deseada.

#### **1.4. MARCO TEORICO**

Por malnutrición se entiende las carencias, los excesos o los desequilibrios de la ingesta de energía y/o nutrientes de una persona.

El termino malnutrición abarca dos grupos amplios de afecciones. Uno es la desnutrición que comprende el retraso del crecimiento (estatura inferior a la que corresponde a la edad), la emanación (peso inferior al que corresponde a la estatura), la insuficiencia ponderal (peso inferior al que corresponde a la edad) y las carencias o insuficiencias de micronutrientes (falta de vitaminas y minerales importantes). El otro es el del sobrepeso, la obesidad y las enfermedades no transmisibles relacionadas con el régimen alimentario (cardiopatías, accidentes cerebrovasculares, diabetes y cánceres). (OMS, 2016)

La malnutrición se puede manifestar como un problema de salud y los profesionales de la salud ofrecen algunas respuestas, pero ellos solos no pueden solucionar el problema de la malnutrición. se requiere de los técnicos agrícolas y con frecuencia de los profesionales de la agricultura, para que se produzca suficiente cantidad de alimentos y para que se haga una selección correcta de alimentos, los educadores formales y no formales, son necesarios para ayudar a la gente, especialmente a las mujeres, a lograr y mantener una buena nutrición a fin de atacar la malnutrición, con frecuencia se requiere la contribución de profesionales en economía, desarrollo social, política, gobierno, de la fuerza laboral y otras muchas esferas. (Luna, 2008)

Clasificación de la malnutrición desde un punto de vista etiológico se puede dividir la malnutrición en dos grandes categorías: primaria y secundaria.

**La malnutrición primaria** se debe a un aporte insuficiente de calorías nutrientes y su origen radica habitualmente en la pobreza siendo la prevalente en los países en vías de desarrollo.

**La malnutrición secundaria** es el resultado de enfermedades que alteran la capacidad de ingerir, absorber o metabolizar adecuadamente los alimentos o de una insuficiente ingesta que no cubre las mayores pérdidas o requerimientos de la

enfermedad de base. Es la malnutrición que puede observarse en países desarrollados.

Desde el punto de vista clínico, la malnutrición puede presentarse de tres formas marasmo, kwashiorkor y formas combinadas entre los dos extremos. Las formas puras son poco frecuentes y la mayoría de los sujetos presentan síntomas de ambas. Su mayor o menor preponderancia dependerá del balance de proteínas y no-proteínas como fuentes energéticas. Cada una de ellas puede ser dividida en función de su intensidad como ligera, moderada o grave según porcentaje de peso esperado para la altura utilizando estándares internacionales: normal 90% a 110%, malnutrición ligera, 85% a 90%, moderada, 75% a 85% grave, <75%

**La desnutrición mixta** es la más frecuente en los hospitales. Son pacientes con cierto grado de desnutrición calórica previa que, ante un proceso agudo presentan un incremento de los requerimientos proteicos que desencadenan el proceso.

Dimensionar el ser niño – niña

**Los niños y las niñas** del mundo son seres inocentes, vulnerables y dependientes también son curiosos, activos y están llenos de esperanza. La infancia debe ser una época de alegría y paz, juegos, aprendizaje y crecimiento.

El futuro deberá forjarse con espíritu de armonía y cooperación. A medida que maduran se van ampliando las perspectivas y adquieren nuevas experiencias. Son seres humanos y como tal indican una realidad puede observarse pensarse, están en permanente cambio, tienen capacidad de pensar, percibir, sentir, tener conciencia capacidad de experimentar, de relacionarse consigo mismo con otros u otras, con el ecosistema y ocupan un espacio.

### **Hogar**

El hogar es la unidad de convivencia es el lugar donde se vive en la intimidad, con la familia y donde se desarrolla la vida privada. Hace referencia tanto al lugar donde se vive como a las personas que lo habitan formando una familia. Se identifica frecuentemente con vivienda, familia forma de convivencia y lugar de residencia.

El entorno favorable infantil debe ser entendido consecuentemente, como el espacio de vida que rodea a niños y niñas, en el que se incluye lo que afecta a cada uno individualmente y lo que afecta a los diferentes colectivos de pertenecía, como familia, amigos, escuela o barrio. Así las niñas y los niños reconocerán en ellos las

dimensiones física natural, social y cultural que componen el medio en que vivimos. (infantil, 2016)

### **Pobreza**

La pobreza no puede ser comprendida como un fenómeno individual, puesto que no afecta a los seres aislados sino a grupos de estos (familia, comunidades, países) y aun cuando posee una connotación económica por la incapacidad para la obtención de satisfactores que implican un gasto, no se trata solo de esto, sino que impacta negativamente en todas las áreas de importancia para la vida de los sujetos tales como salud, educación así como el plano laboral, psíquico y social, (Preciado, 1998)

Se puede considerar a la pobreza como la ausencia de capacidades básicas para el sustento de la vida, como la incapacidad para auto dominarse, para generar incrementos en el producto marginal del trabajo que se reflejen en aumentos concretos del salario real.

La pobreza se asocia con la necesidad y carencia relativa de lo indispensable para el sustento de la vida, siendo asimismo una cadena cerrada en donde no se percibe con claridad el inicio y el final. En condiciones de pobreza, además de no poderse obtener una adecuada nutrición, empleo educación, vivienda etc., no se cuenta con una base social que permita a los individuos desarrollarse integralmente. (Azulea, 1998 ).

Recesión económica:

Una recesión es un decrecimiento en la economía, de la producción, del producto interno bruto de un país. Cuando la economía, no solo deja de crecer, sino que se presenta un crecimiento negativo, una disminución sustancial en la producción estamos ante una recesión económica que si es muy prolongada, e considera una depresión. Antes que se presente una recesión económica, por lo general presenciamos una disminución en el nivel de crecimiento de la economía, o desaceleración de la economía, que luego si esta es muy pronunciada se convierte en recesión económica.

Cuando se presenta una recesión el consumidor deja de gastar preso por el temor por el futuro económico, la sociedad ya no consume y al disminuirse el consumo, las empresas se quedan con un inventario de cosas que nadie quiere comprar, provocando

el colapso del sector empresarial, llevando al despido de miles trabajadores e inclusive al cierre de empresas, acrecentando la crisis. Nadie querrá gastar ni invertir, no se podrá realizar préstamos, peor pagar sus créditos. Cuando la desconfianza es generalizada, cuando la gente no cree en la economía el panorama se torna de gris a oscuro.

Consumo:

(Del latín: *cosumere* que significa gastar o destruir) es la acción y efecto de consumir o gastar, bien sean productos alimenticios y otros géneros de vida efímera, bien energía, entendiendo por consumir como el hecho de destruir, utilizar comestibles u otros bienes para satisfacer necesidades o deseos.

En términos puramente económicos se entiende por consumo la etapa final del proceso económico, especialmente del productivo, definida como el momento en que un bien o servicio produce alguna utilidad al sujeto consumidor.

Por lo tanto el consumo comprende las adquisiciones de bienes y servicios por parte de cualquier sujeto económico. Significa satisfacer las necesidades presentes o futuras y se les considera el último proceso económico

Para el antropólogo Garcia-Canclini el consumo es <<el conjunto de procesos socioculturales en los que se realiza la apropiación y los usos de los productos>>

Hambre:

El hambre es la sensación que indica la necesidad de alimento. En condiciones de normal alimentación, suele aparecer unas 4 horas después de la última comida, aunque este tiempo puede variar mucho. La sensación de hambre es algo natural, pero privarse de alimento durante mucho tiempo perjudica la salud mental y física. La privación de alimento induce a la somnolencia, atenúa las emociones e impide pensar con normalidad. El deseo de comer se hace prioritario y se diluyen los valores morales. El hambre extrema puede tener un efecto deshumanizador que lleve al robo, al asesinato e incluso al canibalismo.

Fisiológicamente el hambre está producida por los grandes estímulos que ejercen ciertas sustancias sobre nuestro cerebro. Así por ejemplo la hipoglucemia, estimula al hipotálamo lateral y produce estímulos vágales que nos obliga a comer mientras los que los ácidos grasos, la colecistoquinina y la serotonina estimulan al hipotálamo ventromedial y nos producen la sensación contraria del hambre: la saciedad.

#### Dieta:

Etimológicamente la palabra dieta significa “régimen de vida” se acepta como sinónimo de régimen alimenticio que alude al conjunto y cantidades de los alimentos o mezcla de alimentos que se consumen habitualmente, aunque también puede hacer referencia al régimen que, en determinadas circunstancias, realizan personas sanas, enfermas o convalecientes en comer y beber. Popularmente y de manera errónea el humano asocia la dieta como la práctica de restringir la ingesta de comida para obtener solo los nutrientes y la energía necesaria y así conseguir o mantener cierto peso corporal.

La dieta humana se considera equilibrada si aporta los nutrientes y energía en cantidades tales que permiten mantener las funciones del organismo en un contexto de salud física y mental. Esta dieta equilibrada es particular de cada individuo y se adapta a su sexo, edad y situación de salud. No obstante existen diversos factores (geográficos, sociales, económicos, patológicos, etc.) que influyen en el equilibrio de la dieta. (A, 2006)

#### Salud:

En la constitución de 1946 de la Organización Mundial de la Salud, la salud es definida como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. También puede definirse como el nivel de eficacia funcional o metabólica de un organismo tanto a nivel micro (celular) como en el macro (social). En 1992 un investigador agregó a la definición de la OMS: cambiaran la palabra “bienestar” por “equilibrio” Benet propone la definición del término “salud”. (ADAPTACION, 2007)

#### Enfermedad:

La enfermedad es un proceso y el status consecuente de afección de un ser vivo caracterizado por una alteración de su estado ontológico de salud. El estado y/o proceso de enfermedad puede ser provocado por diversos factores tanto intrínsecos como extrínsecos al organismo enfermo: estos factores se denominan noxas (del griego nosos:<<enfermedad>>, <<afección de la salud>>)

La salud y la enfermedad son parte integral de la vida, del proceso biológico y de las interacciones medioambientales y sociales. Generalmente, se entiende a la enfermedad como una entidad opuesta a la salud, cuyo efecto negativo es consecuencia de una alteración o desarmonización de un sistema a cualquier nivel

(molecular, corporal, mental emocional, espiritual, etc.) del estado fisiológico y/o morfológico considerados como normales, equilibrados o armónicos.

Estrictamente dentro del campo medico), las enfermedades son objeto de estudio de la patología (del griego <<afección>>, <<sufrimiento>>) que investiga las características propias de cada entidad, sus componentes y el proceso que desarrollan, en relación con la evidencia morfo fisiológica que se imprime en la biología del organismo enfermo. Sin embargo, es la Nosología de disciplina encargada de gobernar la definición y clasificación de las diversas enfermedades según una normativa basada en la caracterización e identificación de los componentes y funciones que definen cada entidad nosológica como algo único y discernible del resto. Así, son estudiadas en un contexto más amplio comparativo y sistemático, dentro de un esquema global de la patología. (ChauquiB)

### **Educación:**

La educación (del latín educere “guiar, conducir” o educarse “formar, instruir”) puede definirse como:

El proceso multidireccional mediante el cual se transmiten conocimientos valores costumbres y formas de actuar. La educación no solo se produce a través de la palabra: está presente en todas nuestras acciones sentimientos y actitudes

El proceso de vinculación y concienciación cultural, moral y conductual. Así a través de la educación, las nuevas generaciones asimilan y aprenden los conocimientos, normas de conducta, modo de ser y formas de ver el mundo de generaciones anteriores, creando además otros nuevos.

Aprendizaje:

El aprendizaje es una de las funciones mentales más importantes en humanos y animales y sistemas artificiales. Se trata de un concepto fundamental en la didáctica que consiste, grosso modo, en la adquisición de conocimientos a partir de determinada información percibida.

Rendimiento Escolar:

El rendimiento académico hace referencia al nivel de conocimiento, expresado en una nota numérica que obtiene un alumno como resultado de la evaluación de su

participación en un proceso de enseñanza-aprendizaje. Esta definición hace alusión a las calificaciones escolares.

La capacidad intelectual y el rendimiento académico están muy relacionados ya que las pruebas de inteligencia más comunes que miden el coeficiente intelectual o CI dependen fuertemente de la capacidad verbal y lógico-matemática al igual que las tareas escolares. Sin embargo existen muchas formas en las que se puede manifestar la capacidad intelectual por ejemplo Howard Gardner, identifica al menos siete tipos de inteligencia (visual-espacial, verbal-lingüístico, lógico-matemático, corporal-kinestésico, musical-rítmico, interpersonal, intrapersonal). (Familia, 2007)

### **Alimentos:**

Alimento es cualquier sustancia natural o sintética que contenga uno o varios de los principios que la química ha catalogado como hidratos de carbono, grasas, proteínas, vitaminas y sales orgánicas.

Se define como alimento a cualquier sustancia que introducida en la sangre, nutre, repara el desgaste y da energía y calor al organismo, sin perjudicarlo ni provocarle pérdida de su actividad funcional.

Los alimentos son definidos como sustancias o como una mezcla, que contiene principios nutritivos, los cuales proveen materia y energía son energéticas por que dan energía, son reparadores y reguladores que intervienen en el proceso metabólico.

Alimentación adecuada:

Hay millones de factores de la vida cotidiana a que los padres que impiden que prestemos atención necesaria a la alimentación de nuestros niños, sobre todo cuando se inician en la degustación de la comida. Un factor importante también es el bombardeo mediático que recibe de alimentos no sanos como la comida chatarra

Grupos alimenticios:

Conocer los grupos alimenticios es de gran importancia para una alimentación sana y equilibrada.

Una visión tradicional de los grupos de alimentos los ordena horizontalmente distribuyéndolos de la siguiente manera

Grupo 1: Por esto y mucho más es necesario que los hábitos saludables de alimentación comiencen a tomarlos desde pequeños.

Los hábitos más comunes son restringir el consumo de comida chatarra y chucherías, y ayudar a los niños a comer frutas y verduras.

Leche y productos lácteos

Grupo 2: Carne, productos de la pesca y huevos

Grupo 3: Frutas y verduras

Grupo 4: Alimentos feculentos (harina pan, pastas, arroz, leguminosas papas) y alimentos azucarados (frutos secos, azúcar, confites, chocolates, etc.)

Grupo 5: materias grasas

Grupo 6: Bebidas agua, zumo de frutas, bebidas alcohólicas (vino, cervezas, sidra, etc.) y bebidas estimulantes y aromáticas (café y té)

# CAPÍTULO 2

## 2. METODOLOGIA

**Área de estudio:** el trabajo se realizó en una escuela pública de la ciudad de Guayaquil

La ciudad de Guayaquil está situada en la provincia del Guayas.

La escuela elegida para este proyecto es la Unidad Educativa Destacamento de Paquisha en la ciudad de Guayaquil.

Esta unidad educativa queda ubicada en las calles 21 y la “P” al suroeste de la ciudad

**Población:** la población está compuesta por los estudiantes de tercero de básica de la Unidad Educativa Destacamento de Paquisha.

**Universo:** el universo está compuesto por 32 estudiantes de tercero de básica

**Muestra:** la muestra sobre la que se realizó el estudio está compuesta por estudiantes de una edad comprendida entre 7 a 9 años de estos se realizó el estudio con los que estaban en clase es decir 25 estudiantes.

### **Métodos y técnicas:**

**Técnica de recolección de datos:** se asistió personalmente a la escuela antes mencionada para realizar las encuestas a los estudiantes que se encontraban en el momento de ser realizadas.

**Instrumentos:** se utilizó una encuesta cerrada, estilo diario de frecuencia para poder conocer los hábitos alimentarios de esta población.

La intervención se dividió en tres fases:

1. Indagación: recopilación de documentos, revistas, libros, folletos, libros, diarios de campo y visitas a universidades con el fin de obtener información del tema por medio de los raes (tesis).
2. Análisis y resultados: describe la situación real de la comunidad por medio de la observación participante y no participante, registro cartográfico, registro fotográfico y la realización de encuestas cuyo objetivo fue establecer como se manejan las relaciones interpersonales en la familia y la comunidad y la incidencia de estas en los hábitos saludables alimenticios.
3. Propuesta: es brindar información necesaria sobre la nutrición infantil por medio de un libro ilustrado que se entregara en la Escuela de Educación Básica Destacamento de Paquisha despertándoles el interés en informarse y educarse tanto a los niños como a los padres de familia y por qué no a la comunidad en general. Para que así puedan cubrir las sus necesidades nutricionales, y mejoren su alimentación sin que afecte el presupuesto familiar.

Otra de las técnicas de investigación utilizadas para ahondar más en la problemática fueron las entrevistas a las personas que se les realizo una investigación exploratoria para tener un panorama general sobre la nutrición infantil, se recopiló material bibliográfico de definiciones, antecedentes, causas, síntomas, necesidades generales, métodos de información, sistemas de comunicación y de enseñanza. Se realizaron visitas de campo en diferentes establecimientos: Escuela de Educación Básica Destacamento de Paquisha.



Figura 2. alumnos de la unidad educativa Destacamento de Paquisha.



Figura 2.1 alumnos Unidad Educativa Carlos Calderón Chico

Unidad Educativa Carlos Calderón Chico de un total en el curso de 35 alumnos contamos para la encuesta con de 27 niños o alumnos los cuales fueron de gran ayuda para elaborar los diferentes temas en nuestro libro ilustrado



Figura 2.2 alumnos Unidad Educativa Escuela Patria Ecuatoriana

Unidad Educativa Patria Ecuatoriana, en las que observamos e interactuamos con alumnos del 3ero de básica. Y también nos encargamos de realizar la encuesta con ayuda del maestro en este plantel de 30 alumnos en total contamos para el día de la encuesta con 22 alumnos,

Una de las carencias que coincidieron en los planteles fue un déficit de la comunicación visual en los diferentes artículos didácticos que poseen para la enseñanza de los alumnos.

Otra de las técnicas de investigación utilizadas para confirmar la problemática fueron las entrevistas a los diferentes participantes que se desenvuelven en el entorno de los niños y que tienen conocimiento en el tema tratado en este proyecto.

No obstante el propósito del cuestionario dirigido a los niños de 3ro año de básica de las distintas unidades educativas mencionadas nos ayuda a explorar o dar seguimiento a diferentes aspectos de nuestro público objetivo, donde cada opción de respuesta puede aportar, para la realización de temas en nuestro libro ilustrado. Por ejemplo notamos que les gusta mucho la comida chatarra y snack. Entonces tendremos que hacer énfasis en el tema sobre que pasa si consumes en exceso este alimento. O también vemos que muchos además de sus clases de educación física dentro de la unidad educativa tienen por las tardes alguna actividad deportiva como fútbol, atletismo o ballet y básquet en el caso de las niñas.

También aquí con las dos escuelas que colaboraron realizamos la convalidación ver anexo 9

**Nutricionista:** Detalló los tipos de desnutrición, las actividades utilizadas en su campo nutricionista, técnicas de adaptación de los niños a un cuidado de la salud, y la creación de un elemento como la lonchera nutricional que ayuden al habito alimenticio del alumno.



Figura 2.3 entrevista a nutricionista

**Psicóloga:** Informaba acerca del comportamiento y necesidades de los alumnos, estado de ánimo que se presentan o tienen a partir de las actividades curriculares que desarrollan en el aula, sean estas formativa y conductual. Además de la elaboración de un sistema de ejercicios durante el periodo de clases para evitar en los alumnos el sedentarismo.



Figura 2.4 entrevista a psicóloga de la unidad educativa Destacamento de Paquisha

**Docentes:** Dificultades que se presentan el aprendizaje de los niños debido a poco interés que presentan debido a algún problema con la enfermedad. Fomentar recursos con los que se puedan proporcionar una alimentación al alumno dentro de la escuela. La maestra Lcda. Estefany Peñafiel Alarcón, quien nos brindó información relevante sobre los beneficios que tendría incluir un sistema de comunicación para los niños la cual sea atractiva y que a ellos le llame la atención y se informen aprendiendo así a leer y saber.

Estaría muy bien incluir un sistema de comunicación en la cual los niños se integren mediante la lectura logrando así una comunicación efectiva para padres e hijos esto estimulara su área de aprendizaje y a los padres conocer más y poner cuidado con los alimentos que dan a sus hijos.

**Padres de familia:** Comportamientos dentro del hogar, interacción con los otros miembros de la familia, actividades estilo de vida y hábitos alimenticios.

El proyecto elegido para realizar en la extensión de la materia integradora es un libro ilustrado con el tema la nutrición infantil para niños de 7 a 9 años.

La finalidad del proyecto es, crear un libro ilustrado para niños de Escuela de Educación Básica Destacamento de Paquisha. Con esto ayudar a afrontar los malos hábitos alimenticios y reflexionar sobre la importancia de consumir frutas y vegetales.

Como ya sabemos estamos viviendo la era de la tecnología, ello afecta a todas las edades, no simplemente a los jóvenes y adultos, también ha empezado a afectar a los niños. Y es que ahora, parece que ya no es posible entretener a un niño con otra cosa que no sea un Smartphone, consola, ordenador o Tablet un sinfín de aparatos a disposición de los padres para poder tener a los hijos entretenidos de esta forma.

He querido hacer ver el riesgo de esta nueva tendencia. Buscando extraer con este libro un mensaje, aportar una idea que haga ver a padres y niños que hay cosas más importantes además de la tecnología.

La imaginación, los juguetes tradicionales o la simple idea de salir a la calle y pasar un buen rato al aire libre, son formas de ocio que se están perdiendo lentamente y eso puede acarrear consecuencias negativas en los niños problemas como la obesidad infantil o interacción social.

Es necesario recalcar lo importante de potenciar la imaginación en la época de la infancia, la ilusión por descubrir cosas, lugares nuevos, los conocimientos que se adquieren cuando un niño lee un cuento de un libro o dibuja con lápices sus ideas y pensamientos, la forma que tiene de expresarse de ese modo todo eso, no puede lograrse simplemente jugando video juegos o viendo la televisión.

Es allí que me atrevo a mostrar el libro ilustrado para fomentar e incentivar la nutrición infantil.

El libro ilustrado está compuesto por texto e ilustraciones de cómo debemos tener una alimentación sana tanto en casa como en la escuela, todo esto gira entorno a Sara y

sus amigos de la escuela que con ayuda de Paqui una hada que hace de guía durante todo el pasaje del libro. Ella nos dará las recomendaciones necesarias y pertinentes para tener buena alimentación, higiene, evitar las comidas chatarras y los excesos en golosinas y snacks.

La idea es enganchar al niño con personajes de fantasías los cuales a ellos les gusta mucho (hadas, brujas, nomos, animales que hablan,) pero saben a su vez que no existen. Entonces creamos un personaje irreal para que informe y haga saber al niño las consecuencias de las que está rodeado en su mundo real.

Con estas características el objetivo del proyecto es informar y promover la comunicación visual en los niños de 7 a 9 años mediante un producto gráfico ilustrado que enseñe o a su vez refuerce su conocimiento sobre lo importante que es la nutrición infantil.

### **Concepto.**

El libro ilustrado dirigido para la escuela de Educación Básica Destacamento de Paquisha está encaminado para niños de 7 a 9 años, este proyecto tratara el tema de la nutrición infantil, que es un hábito que debemos fomentar, por el entorno al espacio en que se desarrollan los niños.

La propuesta se centra para tratar esta temática como lo es la nutrición infantil y dar a conocer la buena alimentación que en ellos es imprescindible para el crecimiento y el desarrollo adecuado. Siendo también esencial para el desarrollo físico y mental. Es un medio ilustrado con contenido importante y acorde a los niños para promover la lectura y aprendizaje así como inculcar en los niños el cuidado debido al momento de alimentarse, tener hábitos de alimentación equilibrados. Dar a conocer lo importante que es la colación escolar y sus elementos que la integran, así como demostrarles si tienen hermanos pequeños como es importante la lactancia materna para su crecimiento y desarrollo.

Las herramientas utilizadas para la creación del libro ilustrado fueron el moodboard y el coolboard.



Figura 2.5 (elaboración de moodboard)

El moodboard nos proporcionó información acerca del escenario, actividades, conducta y Discurso del público objetivo primario.



Figura 2.6 (elaboración de coolboard)

Y el coolboard los referentes de campañas, editorial, aplicaciones, juegos, colores, técnicas y tendencias.

**Bocetos:** Se realizaron una variedad de bocetos, ilustraciones, pruebas de diseños y personajes, con el asesoramiento e indicaciones de los profesionales pertinentes, observaciones e información recopilada, se dio inicio al proceso de diseño.

Se procedió a realizar bocetos las frutas verduras y hortalizas y diferentes platos de comida, que son importantes durante el recorrido del libro.



Figura 2.7 (elaboración de bocetos)

Los primeros bocetos son garabatos ya que la idea era que el personaje principal sea una niña, entonces se llevó acabo la realización de los bocetos de distintos rostros de cara de niña.



Figura 2.8 (elaboración de bocetos niña)

Las propuestas bocetadas como que caían en la normal creación de libros en el que los actores tienen que ser un niño o una niña. Claro es obvio que va dirigido a ellos el libro, pero con el consejo de la tutora que me indicó que me saliera de los parámetros y realizara un personaje que sea diferente.

Revisando los libros de los niños encontré que tienen un libro llamado “mi lecturas favoritas” en el cual están muchos cuentos en los que los personajes son irreales, como nomos, animales que hablan, brujas, hadas etc.)

Es así como toma cuerpo la idea de crear un personaje que a ellos le agrade de los cuentos y les indique o les haga ver la importancia de la nutrición, en su mundo real.



Figura 2.9 (elaboración de bocetos hada)

El hada “Paqui” nace entonces con el nombre diminutivo del apellido Paquisha, también se la conoce como el hada de la nutrición, sus colores son verde y naranja evocando a los colores de las verduras o legumbres en tonos verdes y a las frutas en tonos naranjas y amarillos.



Figura 2.10 (elaboración de hada y Sara ilustradas)

### **Diseño Editorial.**

El diseño editorial es la rama del diseño gráfico que se dedica al diseño maquetación y composición de publicaciones tales como periódicos revistas, libros, folletos, brochure, catálogos, etc.

El objetivo del diseño editorial es comunicar eficientemente las ideas a través imágenes, tipografías, colores, formas y composiciones que muestran un contenido eficaz y directo, organizándolo en un espacio texto e imágenes buscando un equilibrio funcional y a la vez estético.

La importancia del diseño editorial radica en la necesidad de captar la atención del lector ya sean grandes o pequeños a que se vuelvan futuros compradores. El éxito en el mercado editorial depende en gran medida del diseño externo de la publicación ya que este puede resaltar sobre otros textos. Vivimos en un mundo rodeado de mucha actividad visual más que la auditiva, es por eso que es de suma importancia el diseño editorial.

Por ende el sentido de la vista es el más importante de todos los sentidos con los que nos conectamos al mundo exterior. Las imágenes son el mecanismo más eficiente y completo para transmitir información sobre un estímulo de determinado.

### Elementos del Diseño Editorial.

Las publicaciones como libros, revistas y periódicos deben diseñarse bajo un patrón único que al lector le dé la sensación de unidad en su composición.

### Diagramación.

La maquetación como también se la conoce a la diagramación es la disposición del diseño en relación con el espacio de que dispone, siguiendo un esquema de diseño general, los diferentes elementos se pueden estructurar alrededor de un eje central mediante un estilo simétrico de diagramación, o de una forma desproporcionada mediante un estilo asimétrico con la finalidad de crear dinamismo en el diseño.

El objetivo de la diagramación es mostrar de un modo que permita al lector absorber con el mínimo esfuerzo.

### Formatos.

El formato es el tamaño y la forma del producto final. La selección del formato es un campo que suele dejar a un lado debido al uso de los tamaños del papel ISO (Organización Internacional de Estandarización) esta serie proporciona una base de trabajo con una gama de tamaños de papel relacionados proporcionalmente entre sí. En la actualidad es usual denominarlos “A3”, “A4”, etc.

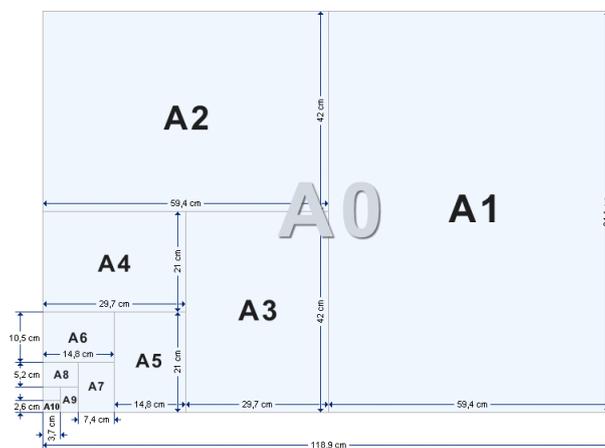


Figura 2.11 (medidas de formatos DIN A0- a10)

## **Retículas.**

Una retícula consiste en un conjunto determinado de relaciones basadas en la alineación, que actúan como guías para la distribución de los elementos en todo el formato. Cada retícula contiene las mismas partes básicas, con independencia del grado de complejidad que alcance

Una retícula aporta a la maquetación un orden sistematizado, distinguiendo los diversos tipos de información y facilitando la visualización del usuario a través de su contenido. El uso de la retícula permite que el diseñador pueda maquetar gran cantidad de información, en un tiempo más corto.

Existen diferentes tipos de retículas, por lo que, debemos considerar cual se adapta mejor a las necesidades específicas de nuestro proyecto para así logra un buena composición coherente y equilibrada.

Podemos encontrar desde retículas estructuralmente sencillas como la retícula de manuscrito, de base rectangular, que ocupa la mayor parte de una página, retícula de columnas que dispone la información entre columnas verticales presentando la información de manera discontinua.

Retícula modular es una retícula de columnas con elevado número de líneas de flujo que modulan la retícula formando módulos para su determinado uso definiendo así una proporción de espacio informativo.

Retícula jerárquica que rompe con todos os esquemas antes comentado este se adapta a las necesidades de información a organizar en un determinado proyecto asado en la disposición intuitiva de alineaciones vinculadas a proporciones de ciertos elementos, se ven los elementos situados se analiza la interacción óptica de manera muy espontánea y luego se elabora una estructura que los coordine.

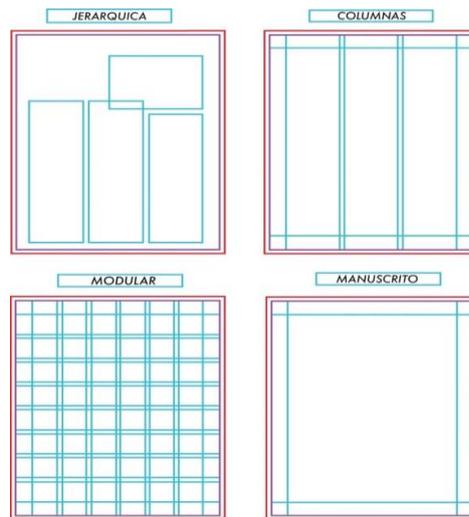


Figura 2.12 (Tipos de retículas [imagen])

### Tipografía.

Esta palabra procede del vocablo de tres componentes el vocablo tipos que significa molde, el concepto graphos que puede traducirse como grabar o escribir y el sufijo ia que equivale a cualidad o acción.

La tipografía es la destreza el oficio y la industria de la elección y el uso de tipos (las letras diseñadas con unidad de estilo) para desarrollar una labor de impresión de un contenido sea este en soporte digital o físico.

### Imagen.

La imagen es un elemento fundamental en el diseño editorial ya que refuerza, explica y amplía mediante el lenguaje visual el contenido ya sea de un libro, revista o periódico. Hay que tener en cuenta que las imágenes que se seleccionan para el diseño deben tener coherencia con el texto puesto evitando así confundir al lector.

Las imágenes pueden ubicarse en distintas partes y con diferente relación al texto, generando puntos de atracción diversos. Estos elementos visuales son importantes porque enganchan al lector y lo envuelven también son una forma de descanso a la lectura que este haga.

Entre las imágenes se incluyen fotografías e ilustraciones las cuales son herramientas poderosas de atracción para el lector, con ciertas diferencias entre ellas.

Las fotografías aportan realismo, son utilizadas en libros, periódicos y revistas, explicando visualmente una información o noticia también resaltando productos etc. Las ilustraciones en cambio se incluyen fundamentalmente por su valor estético y creativo. Se caracterizan por la originalidad y la expresividad. Se han incluido mucho en la literatura como se pueden apreciar en textos infantiles, con los cuales cumplen una función central, atraer la atención de los lectores.

Las figuras e ilustraciones deben antes que todo secundar el objetivo del contenido del libro o texto y por lo tanto debe concordar óptica y estéticamente con la tipografía del texto. Los espacios en blanco son más importantes de lo que se cree ya que estos producen una sensación de libertad y claridad. Sirven también como descansos pausas en la lectura como espacios de reflexión y como formas de equilibrar la composición.

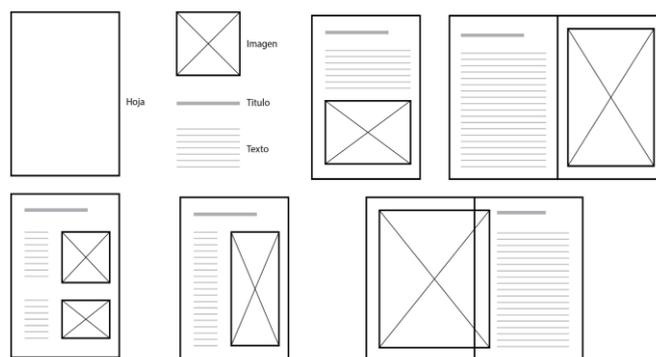


Figura 2.13 ejemplo de colocación de imágenes en composición [imagen]

### Psicología del niño de 7 a 9 años

Los infantes tienen rasgos de una gran imaginación y fantasías que la viven por medio de la televisión, sueños y juegos. De ahí a que se tornan receptivos al aprendizaje, teniendo un desarrollo físico como intelectual. Por lo que prestan un mayor grado de conciencia ante las situaciones del entorno, se fijan más en los detalles y empiezan a hacer juicios de las situaciones aunque un poco limitadas todavía.

Es por eso que son muy volubles para aprender, y lo que aprenden lo registran y después con la continua preparación académica y formación tanto humana como profesional, adquieren un conocimiento más profundo. En esta edad son muy creativos, imaginativos, y tienen una visión sencilla de las cosas.

Ahora en esta edad traen los rasgos de las formas básicas con colores primarios. Pero su capacidad visual tiene un desarrollo importante ya se fijan más en detalles como texturas, iluminación, degradados, etc. Podemos decir entonces que gustan mucho de las formas básicas, aunque más elaboradas y su capacidad de recepción de la tercera dimensión es mejor, se fijan más en profundidad y movilidad.

Todo lo que se le presente para los sentidos es fundamental en esta etapa del niño ya que lo registra y lo hace inteligible, es decir que se queda con el concepto de las cosas. Un niño cuando está muy informado de su entorno y tiene claro conceptos de bien y mal se perfeccionan como persona. El aprendizaje en esta etapa es un factor que les dura para toda la vida abarcando desde las experiencias y sensaciones que pasan por los sentidos tanto internos como: imaginación, memoria y sentidos externos: vista, oído, gusto, olfato.

### **Influencia de los colores en los Niños**

Los colores son estímulos visuales que pueden generar diversas reacciones en nuestro organismo y en nuestro estado de ánimo. La psicología del color nos ofrece algunos ejemplos sobre los efectos de los colores en los niños ya que ellos mediante el dibujo y el empleo de colores manifiestan su estado de ánimo las inseguridades y sus temores. Estudios científicos también han encontrado que la exposición a ciertos colores pueden mejorar los hábitos de sueño, aumentar la capacidad de memoria, e incluso mejorar el rendimiento académico.

Cada color provoca en los niños una reacción un estímulo, cada uno tiene un sentido simbólico concreto y completo para cada niño. Al diseñar libros para niños visualmente se debe llamar la atención de ellos con una imagen gráfica que capte su atención y los motive a leer. Los niños identifican fácilmente los elementos que los rodean los símbolos son las primeras cosas que ellos aprenden (los animales, formas geométricas etc.)

Es por ello que es de mucha importancia utilizar símbolos y elementos que puedan ser identificados. Sin embargo es importante tener en cuenta y no olvidar que la capacidad de imaginación que tienen cuando sueñan con personajes de fantasías, superhéroes o

aventuras extraordinarias. El diseño exitoso esta en encontrar esa conexión entre la realidad y lo que ellos sueñan, esto permite que se identifiquen con la imagen gráfica de determinado libro y adquieran familiaridad y confianza de manera rápida.

# CAPÍTULO 3

## 1. RESULTADOS Y ANÁLISIS

A diferencia de los niños con riesgo en su estado nutricional, quienes poseen un bajo consumo de alimentos que los llevan a experimentar estados de ansiedad, pero por hambre, se recurre a otras estrategias como acostarse temprano, salir a jugar a la calle, ir a buscar alimentos a casa de vecinos, amigos, tíos, primos, abuelos etc.

En estas familias entrevistadas algunas madres por razones de trabajo, dejan la función nutricional a miembros menores de la familia, que no están ni física ni psicológicamente preparados para cumplir dicha función. Sin embargo, el fortalecimiento de las redes sociales permite afrontar los problemas de cuidado. Fue algo difícil el entrevistar a los padres ya que algunos no disponían de tiempo, así que procedimos a realizarles algunas preguntas con relación a la nutrición de su hijo.

Ver anexo 1 y 2 (banco de preguntas a padres de familia) e imágenes de entrevista

Dando como resultado que en los hallazgos de la investigación exploratoria muestran que para los padres del escolar es importante la alimentación como necesidad básica. Como lo indican en la entrevista. Sea que ellos no estén con él en las comidas por su trabajo.

Este interés y motivación puede potenciado para incluir en el currículo del grado cero al grado quinto de básica de primaria, temas de alimentación y nutrición que permitan un aprendizaje no solo de conocimientos sino de actitudes y practicas saludables en alimentación y nutrición.

Con el propósito de responder a los objetivos de la investigación, se indagó a los escolares sobre la percepción frente a su estado nutricional.

Ver anexo 3 Y 4

**Área de estudio:** el trabajo se realizó en una escuela pública de la ciudad de Guayaquil. La escuela está Ubicada en la zona sur oeste de Guayaquil el batallón del suburbio para ser exactos.

La escuela elegida para este proyecto es La unidad Educativa Destacamento de Paquisha. Ver anexo 5

**Población:** la población está compuesta por los estudiantes del 3ero de básica de la Unidad Educativa Destacamento de Paquisha.

**Universo:** el universo está constituido por 32 alumnos de 3ro de básica de la Unidad Educativa Destacamento de Paquisha.

**Muestra:** La muestra sobre la que se realizó el estudio está compuesta por 25 alumnos en una edad comprendida entre 7 a 9 años de edad de estos, 14 niños y 11 niñas

Tipo de estudio:

El trabajo que se realizo es de tipo descriptivo y observacional.

**Descriptivo:** se describe los resultados obtenidos tratando de identificar hábitos costumbres y actitudes predominantes.

**Observacional:** mediante las preguntas de la encuesta se observó los hábitos y costumbres alimentarios de los alumnos sin interferir ni introducir ningún estímulo externo en sus rutinas.

**Métodos y técnicas:**

**Técnica de recolección de datos:** se asistió personalmente a la unidad Educativa para realizar las encuestas a los estudiantes que se encontraron en ese momento.

**Instrumento:** se utilizó la encuesta Cerrada. Para poder conocer los hábitos alimenticios de esta población

## TRABAJO DE CAMPO

### PREGUNTA 1:

¿Realiza las 4 comidas básicas desayuno, almuerzo, merienda y cena?

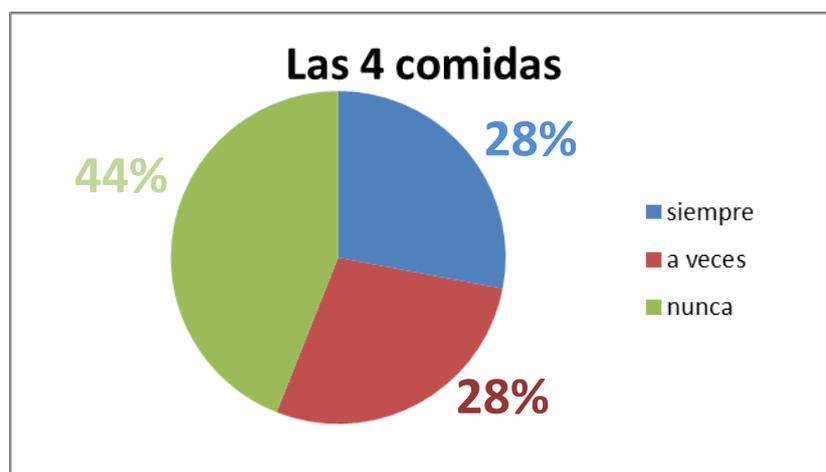


Figura 3.0 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel [imagen]

En esta pregunta se puede apreciar que las diferencias no son significativas se puede ver una variación en la cantidad que asegura que nunca o siempre realiza las 4 comidas, pero la gran mayoría de los casos aseguran que solamente a veces lo hacen.

### PREGUNTA 2:

¿Come vegetales crudos todos los días?

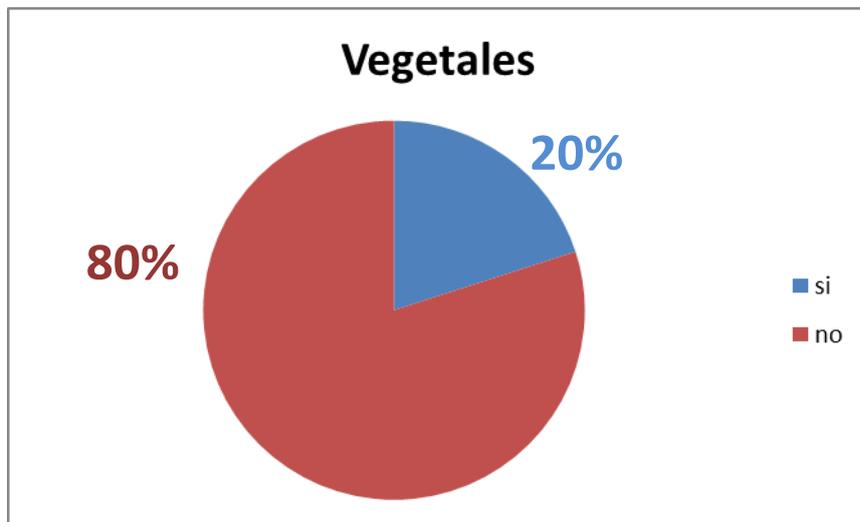


Figura 3.1 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel [imagen]

En esta pregunta se muestra un bajo porcentaje de niños que consumen vegetales crudos todos los días lo cual refleja la falta de hábitos saludables.

PREGUNTA 3:

¿Consume frutas todos los días?

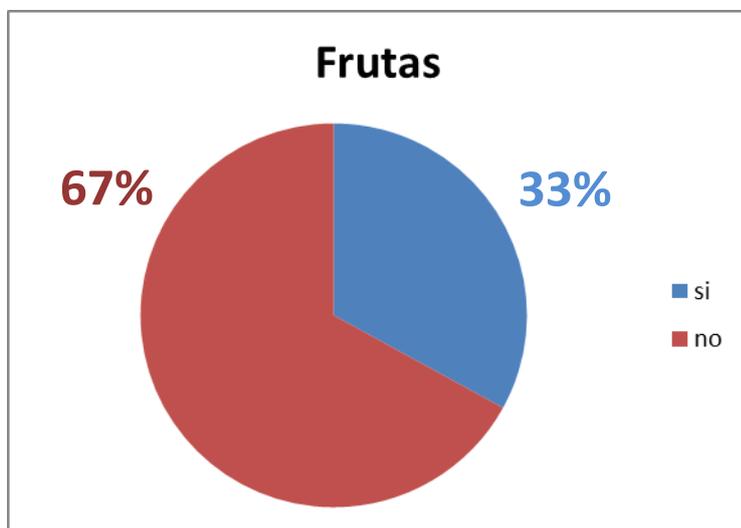


Figura 3.2 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel [imagen]

En esta pregunta se muestra al igual que las verduras la falta de consumo de este tipo de alimento

PREGUNTA 4:

¿Consume Lácteos diariamente?

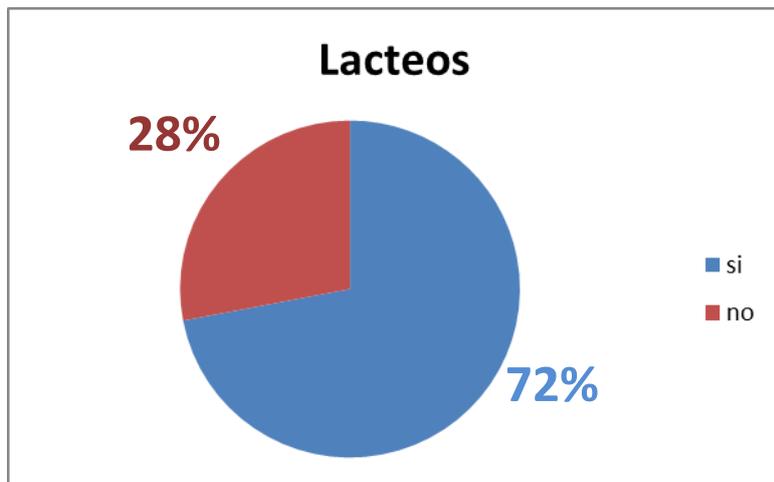


Figura 3.3 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel [imagen]

En esta pregunta las respuestas demuestran un gran porcentaje de niños que si consumen productos lácteos a diario.

**PREGUNTA 5:**

¿Con qué frecuencia Consume snacks o productos parecidos?

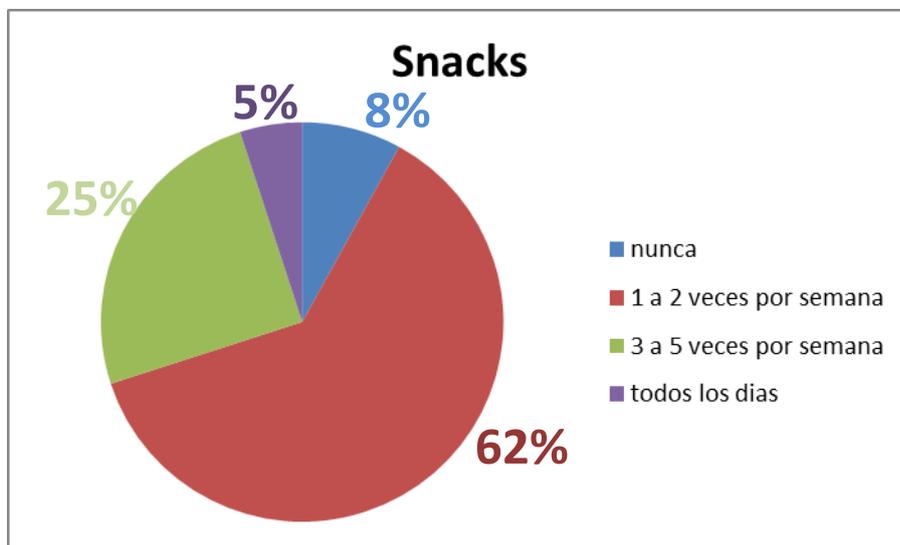


Figura 3.4 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel [imagen]

En esta pregunta vemos que el consumo de snacks en los niños es mayor.

**PREGUNTA 6:**

¿Con qué frecuencia realiza actividad física?

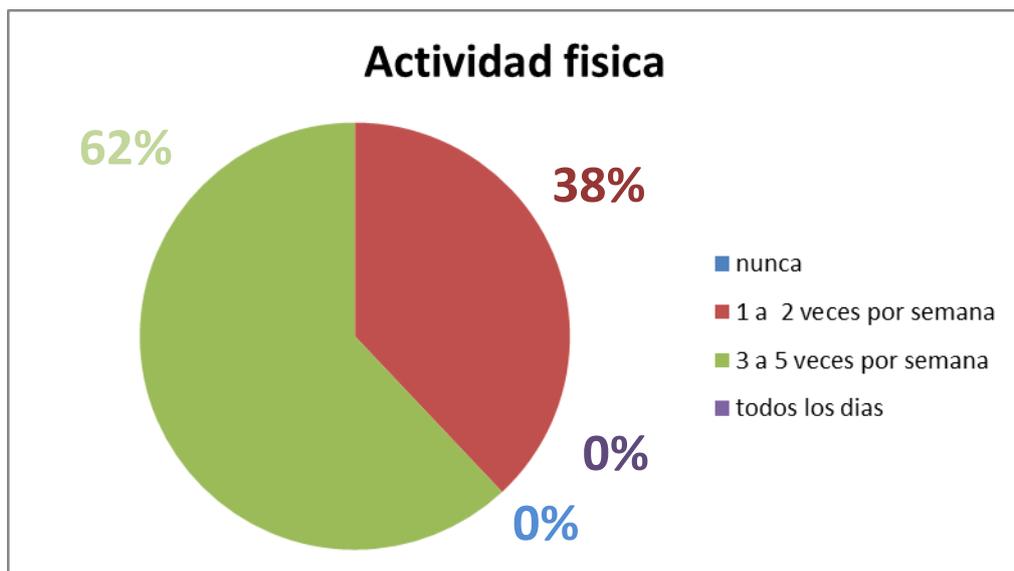


Figura 3.5 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel [imagen]

En esta pregunta se ve el porcentaje de que los niños si realizan actividades físicas

**PREGUNTA 7:**

¿Consume Golosinas a diario?

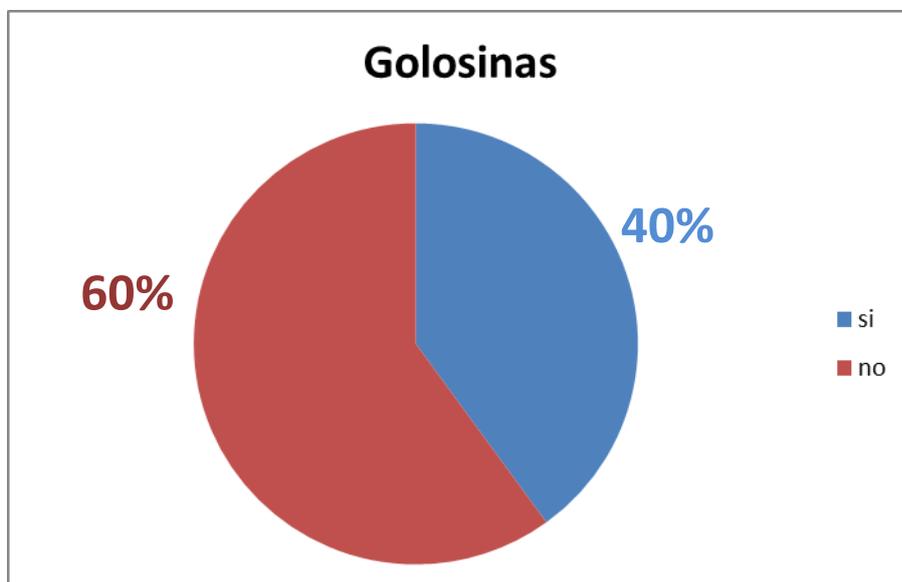


Figura 3.6 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel [imagen]

En esta pregunta el consumo de golosinas como podemos ver en los niños es muy alto

**PREGUNTA 8:**

¿Con que frecuencia asiste a locales de comida rápida?

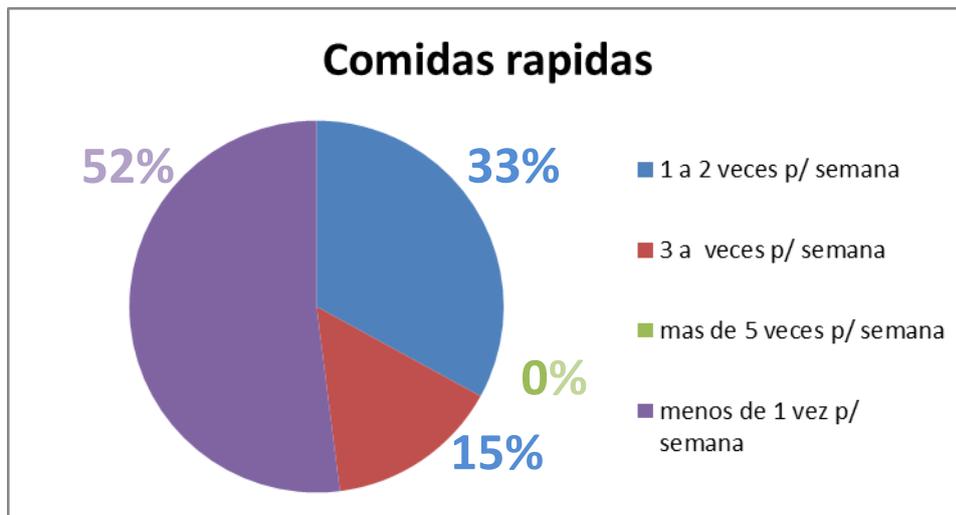


Figura 3.7 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel [imagen]

En esta pregunta se ve una diferencia en las visitas que los niños hacen a los locales de comida rápida viendo en porcentajes la cantidad de visitas que realizan por semana.

PREGUNTA 9:

¿De lunes a viernes comparte la mesa con su familia?

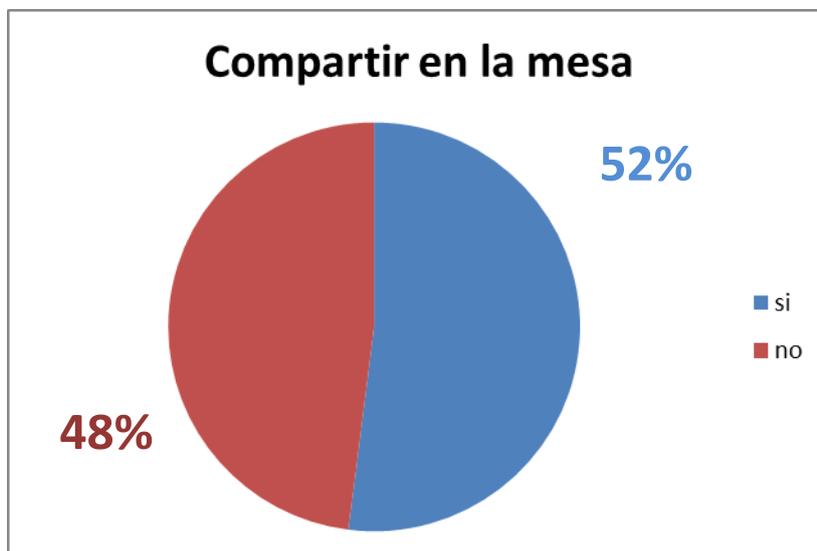


Figura 3.8 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel [imagen]

Aunque no es mucho la diferencia vemos que los niños no comparten mucho la mesa con la familia.

PREGUNTA 10:

¿Lleva lunch a la escuela?

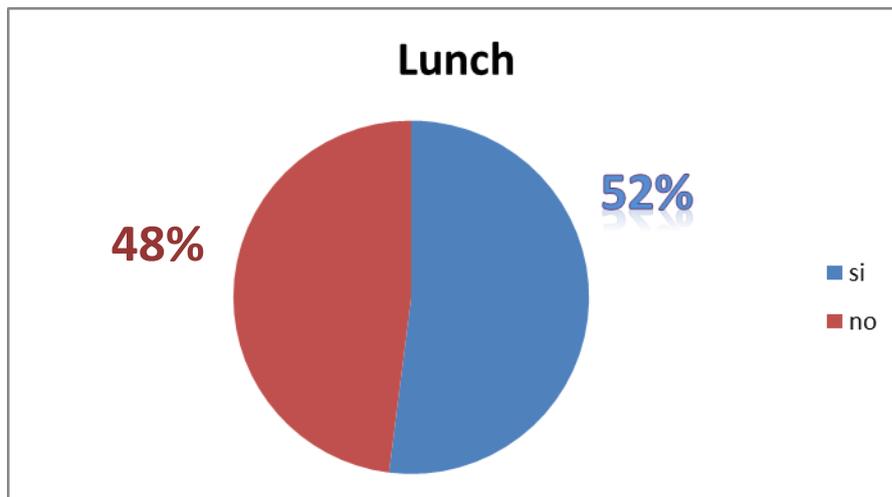


Figura 3.9 Ejemplo de representación de respuestas mediante pastel [imagen]

Los niños llevan su lunch a la escuela, más de la mitad el porcentaje es alto y la otra parte lleva dinero para comprarlo

A través de los resultados obtenidos del trabajo de campo realizado se puede observar que en los hábitos alimentarios de los niños de la escuela destacamento de Paquisha notamos una marcada diferencia en las preguntas de la encuesta sobre la actividad física, en este caso los niños demostraron que si realizan actividad física.

Vemos también que hay una tendencia de conductas nocivas para la salud de los niños como lo es el consumo frecuente de productos snacks y chucherías y la asistencia a locales de comidas rápidas donde las comidas son de alto contenido de grasas saturadas, frituras y bebidas carbonatadas, como así también el consumo de golosinas a diario

Mediante la encuesta realizada a los niños de la Unidad Educativa Destacamento de Paquisha. Los resultados nos ayudaron para la información que debemos de poner en el libro ilustrado que realizaremos, dándole a conocer al niño lo importante de comer frutas y vegetales, la actividad física, y lo malo que es la comida chatarra en exceso. Se tubo un resultado aceptable ya que la mayoría de niños realizo la encuesta con sinceridad según la dirección de la maestra que fue una ayuda favorable para que se ejecute con éxito el desarrollo de la encuesta.

En otra vista de campo realizada en la unidad educativa mediante la elección de personajes que necesitábamos para que sea el protagónico en el libro. Nos quedó una duda la cual con ayuda de del público objetivo los niños, logramos disiparla, se le mostro una hoja impresa con 3 dibujos realizados a mano y con colores los cuales eran Zummy, Paqui, y Sara (esta última en la primera versión) ver anexo 6

De 25 alumnos que estuvieron el día de la encuesta tomamos los resultados quedando Paqui el hada en primer lugar con un 65% de los encuestados Sara con un 25% y Zummy 10%

Es así como entonces una vez conocido los resultados se precedió a realizar las ilustraciones del hada Paqui que fue la que el público objetivo eligió para que sea el personaje principal y Sara el secundario.

Una vez realizado la digitalización se regresó a la escuela para enseñar los personajes terminados y algunos elementos como frutas y verduras así como ciertos fondos que tendría el libro, siendo así nuestra prueba de error ya que los primeros personajes y elementos tenían una línea delimitadora o bordes la cual no los hacia muy bien visto entonces comenzamos a jugar con los degradados para las ilustraciones y quitamos los bordes tanto a los personajes como los elementos. Ver anexo 7

Ahora ya corregido todo esto lo que vendría era la validación del libro como reaccionaron los alumnos ante el libro ilustrado ver anexo 8

# CAPÍTULO 4

## 2. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Este proyecto sobre la nutrición infantil y todo lo referente al proceso de fabricación de un libro ilustrado tuvo su indagación y medición dando como resultado positivo, que la enseñanza que adquieren los niños mediante el tema seleccionado es de su interés.

A través de las metodologías de trabajo como observación, entrevistas y revisión de sistemas de comunicación, se encontró la principal problemática que tienen los niños en su cotidianidad, debido a material no especializado y muy convencional.

El principal objetivo del proyecto es promover la comunicación visual en los niños de la Unidad Educativa Destacamento de Paquisha, realizando las pruebas con los prototipos del libro ilustrado, nos pudimos dar cuenta de que era un material que llamaba su atención y mantenía su concentración e incitaba a la lectura y a realizar las actividades que en este libro se encontraban. Ver anexo 8.

Además, los profesores pudieron tener mayor facilidad para interactuar con sus alumnos, al tener un producto grafico que refuerce el aprendizaje. La Unidad educativa, siente que, a través de este elemento gráfico, sus alumnos pueden mejorar sus hábitos alimenticios, teniendo presente sus necesidades y lo más importante, sin olvidar que son niños.

Lo práctico del libro es que brinda al niño un lenguaje divertido, puesto que al pasar de página los elementos ilustrados y las formas creativas de cada tema harán que capten su atención, logrando que este libro se adapte de una manera correcta, con todo el contenido de la temática destinada a comunicar.

Del proyecto realizado y a base de las experiencias obtenidas, se obtuvieron las siguientes conclusiones:

- a) La parte que sobresale en el proyecto es la ilustración y su proceso con su contenido sobre la nutrición infantil.
- b) Los elementos como personajes ilustrados de este medio editorial ayudan a dar una lectura diferente del tema a interpretarse, que es un cuento sobre el mal hábito alimenticio que tienen los infantes de hoy, que servirá como detonante para poder así dar a conocer todo lo relacionado a la mejor forma de alimentarse de manera saludable el libro también consta de un material extra de aprendizaje de actividades.

### **Recomendaciones**

En cuanto a las recomendaciones que surgen de este proyecto, se expresa:

- a) Cuando se tenga los bocetos de los personajes, antes de digitalizarlos es conveniente revisar los colores y contornos si estos son correctos y probar como quedan mejor realizando la prueba de error.
- d) El diseño puede colaborar mucho con este grupo de personas, puesto que es inclusivo y comprometido con este tipo de causa social, impulsando a la creación de artículos similares en el país.

Teniendo en cuenta esto, lo que nos compete es seguir investigando y buscando nuevas alternativas para seguir educando desde temprana edad a niños sobre su nutrición. Sería importante comenzar estas medidas desde los cursos más tempranos de educación primaria.

# BIBLIOGRAFÍA

Autora: Wendy Wisbaum (contenidos). Coordinación: Alimentos básicos  
experimentaron en 2011 una subida de hasta un 270% con respecto a 2010.  
<https://www.unicef.es/sites/unicef.es/files/Dossierdesnutricion.pdf>

Wendy Wisbaum, UNICEF España, (2011). Este documento pretende ser una herramienta de trabajo que ayude a comprender las dimensiones de la desnutrición infantil en el mundo. <https://www.medbox.org/food-security-nutrition/la-desnutricion-infantil-causas-consecuencias-y-estrategias-para-su-prevencion-y-tratamiento/preview>

Todos los derechos de los niños están recogidos en un tratado internacional que obliga a los gobiernos a cumplirlos: la Convención sobre los Derechos del Niño (CDN). Es el tratado más ratificado de la historia <https://www.unicef.es/causas/derechos-ninos/convencion-derechos-ninos>

*El estado de la inseguridad alimentaria en el mundo 2010* fue elaborado bajo el liderazgo general de Hafez Ghanem,  
<http://www.fao.org/docrep/014/am719s/am719s00.pdf>

La crisis económica y el sistema financiero, frenar el colapso de la economía real y afrontar <http://www.sinpermiso.info/textos/perspectivas-de-la-economia-mundial-en-2011>

The Sustainable Development Goals Report 2017 reviews progress made towards the 17 Goals in the second year of implementation of the 2030 Agenda for Sustainable Development.  
<https://unstats.un.org/sdgs/files/report/2017/thesustainabledevelopmentgoalsreport2017.pdf>

METAS MUNDIALES DE NUTRICIÓN 2025: SERIE DE DOCUMENTOS  
NORMATIVOS

[https://www.who.int/nutrition/publications/globaltargets2025\\_policybrief\\_overview/es/](https://www.who.int/nutrition/publications/globaltargets2025_policybrief_overview/es/)

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura.  
Organización Mundial Segunda Conferencia Internacional sobre Nutrición Roma & 19–21., 2014

[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/255736/WHO\\_NMH\\_NHD\\_14.2\\_spa.pdf?ua=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/255736/WHO_NMH_NHD_14.2_spa.pdf?ua=1)

Organización Mundial de la Salud. Metas mundiales para 2025. Para mejorar la nutrición de la madre, el lactante y el niño pequeño  
[www.who.int/nutrition/topics/nutrition\\_globaltargets2025/](http://www.who.int/nutrition/topics/nutrition_globaltargets2025/)

Datos estadísticos del ministerio de salud pública (subsecretaria de vigilancia de la salud pública dirección de vigilancia epidemiológica) de las 24 provincias del Ecuador <https://www.salud.gob.ec/direccion-nacional-de-vigilancia-epidemiologica/>

Nutrición del Niño con Enfermedades Neurológicas Prevalentes

[https://www.researchgate.net/profile/Raanan\\_Shamir/publication/250957804\\_Evaluacion\\_clinica\\_basica\\_de\\_la\\_malnutricion\\_pediatica/links/541958a80cf203f155adde25/Evaluacion-clinica-basica-de-la-malnutricion-pediatica.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Raanan_Shamir/publication/250957804_Evaluacion_clinica_basica_de_la_malnutricion_pediatica/links/541958a80cf203f155adde25/Evaluacion-clinica-basica-de-la-malnutricion-pediatica.pdf)

El término «malnutrición» se refiere a las carencias, los excesos y los desequilibrios de la ingesta calórica y de nutrientes de una persona. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>

Plan Intersectorial de Alimentación y Nutrición Ecuador 2018 – 2025 constituye la reafirmación de la responsabilidad del Estado ecuatoriano y la corresponsabilidad social

<https://bibliotecapromocion.msp.gob.ec/greenstone/collect/promocin/index/assoc/HASH01fd.dir/doc.pdf>

El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

Olga Lucia Luna. La malnutrición infantil en niños y niñas de 0 a 5 años de edad de los barrios , la Cita el Pite Don Bosco y las Brisas en la Localidad de Usaquen <http://biblioteca.usbbog.edu.co:8080/Biblioteca/BDigital/43232.pdf>

Real Decreto 1630/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación infantil.

<https://boe.es/buscar/pdf/2007/BOE-A-2007-185-consolidado.pdf>

Definición de pobreza citado por Preciado

[http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/014828/014828\\_01.pdf](http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/014828/014828_01.pdf)

La dieta humana [https://es.wikipedia.org/wiki/Dieta\\_\(alimentaci%C3%B3n\)](https://es.wikipedia.org/wiki/Dieta_(alimentaci%C3%B3n))  
[http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/29128/Documento\\_completo\\_.pdf?sequence=4](http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/29128/Documento_completo_.pdf?sequence=4)

La salud y la enfermedad son parte integral de la vida  
<http://rogerepechhdez.blogspot.com/>

Teoría de las Inteligencias múltiples describiendo la inteligencia como: “ Es la habilidad para resolver problemas  
[https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/3027/MariadelCarmen\\_Duque\\_Palacios\\_2015.pdf?sequence=1](https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/3027/MariadelCarmen_Duque_Palacios_2015.pdf?sequence=1)

# ANEXOS

## Anexo 1

Guía de preguntas sueltas para la entrevista a las madres y padres de familia:

- \*Opinión sobre el estado de salud de su hijo.
- \*La alimentación del niño.
- \*Numero de comidas del día que hace el hijo.
- \*Comportamiento del niño frente a los alimentos.
- \*Compra y preparación de alimentos en casa.
- \*Tiene en cuenta lo que le gusta al niño al preparar alimentos.
- \*Momento de la comida en al hogar: Lugar (donde) Hora: quienes comen, ambiente a la hora de comer, ambiente del hogar.
- \*Opinión frente aguantar hambre

## Anexo 2

Imágenes de madres entrevistadas:



### Anexo 3

IMÁGENES DE ALUMNOS DEL 3ER GRADO DE BASICA CON SU RESPECTIVA PROFESORA EN EL AULA AL MOMENTO DE REALIZAR LA ENCUESTA.



## Anexo 4

Guía e encuesta para escolares

Escuela. \_\_\_\_\_

Nombre del alumno \_\_\_\_\_

Profesor/a \_\_\_\_\_

Jornada matutina \_\_\_\_\_ vespertina \_\_\_\_\_

Grado \_\_\_\_\_

Edad \_\_\_\_\_ sexo F \_\_\_\_\_ M \_\_\_\_\_

1) ¿Realiza las 4 comidas básicas desayuno, almuerzo, merienda y cena?

Siempre  a veces  nunca

2) ¿Come vegetales crudos todos los días?

Si  no

3) ¿Consume frutas todos los días?

Si  no

4) ¿Consume Lácteos diariamente?

Si  no

5) ¿Con qué frecuencia Consume snacks o productos parecidos?

Nunca  1 a 2 veces por semana

3 a 5 veces por semana  todos los días

6) ¿Con qué frecuencia realiza actividad física?

Nunca  1 a 2 veces por semana

3 a 5 veces por semana  todos los días

7) ¿Consume Golosinas a diario?

Si  no

8) ¿Con que frecuencia asiste a locales de comida rápida?

1 a 2 veces por semana  3 a 4 veces por semana

Más de 5 veces por semana  menos de 1 vez por semana

9) ¿De lunes a viernes comparte la mesa con su familia?

Si  no

10) ¿Lleva lunch a la escuela?

Si  no

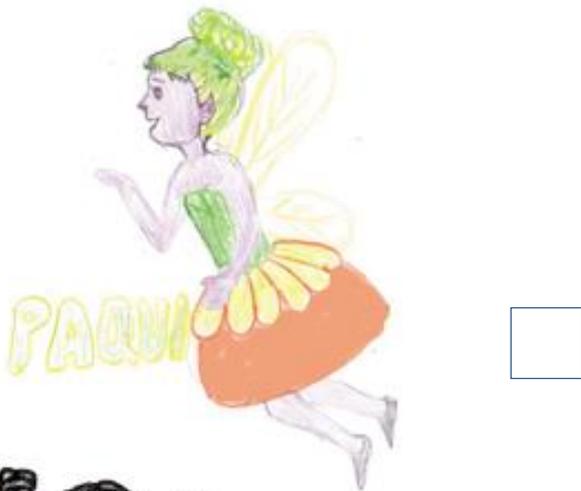
## Anexo 5

### UNIDAD EDUCATIVA DESTACAMENTO DE PAQUISHA



## Anexo 6

De los tres personajes de abajo cual te gusta y elegirías (nota solo puedes elegir uno) márcalo con una X en el cuadro de tu preferencia.



## Anexo 7

Personajes, fondos y objetos ilustrados del libro



## Anexo 8

### Validación



## Anexo 9



## Anexo 10

### CRONOGRAMA

Descripción	Octubre		Noviembre				Diciembre				Enero				Febrero	
	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2
Elección del tema	■	■														
Recolección de datos			■	■	■	■	■	■								
Análisis de la malnutrición y desnutrición infantil			■	■	■	■	■	■	■							
Conceptualización							■	■	■							
Bocetos						■	■	■	■	■						
Digitalización e ilustración							■	■	■	■	■					
Diseño de libro elemento grafico										■	■	■	■			
Diagramación										■	■	■	■			
Prueba de error											■	■	■			
Correcciones										■	■	■				
Validación con el usuario											■	■	■			
Revisión del proyecto													■	■	■	

## Anexo 11

### PRESUPUESTO

PRESUPUESTO		
PROYECTO LIBRO DE NUTRICION INFANTIL		
	unitario	total \$
Egresos		<b>3.260,00</b>
<b>Gastos</b>	<b>Costos fijos</b>	
	\$	\$
Movilización	60,00	120,00
	\$	\$
Sueldo 1 Diseñador	500,00	1.000,00
	\$	\$
Imprevistos	50,00	100,00
	\$	\$
Servicios básicos	150,00	300,00
		<b>\$</b>
Duración 2 meses		<b>1.520,00</b>
<b>Diseño</b>	<b>Investigación + Desarrollo</b>	
	\$	\$
Concepto Creativo	100,00	300,00
	\$	\$
Diseño de propuestas	70,00	210,00
	\$	\$
Diagramación	70,00	210,00
	\$	\$
Digitalización de propuestas	40,00	120,00
	\$	\$
Prototipo final	300,00	900,00
		<b>\$</b>
Duración 4meses		<b>1.740,00</b>
inversión		<b>\$ 47,30</b>
<b>implementación</b>		
	\$	
impresión de portada: cartulina couche gruesa	1,50	
	\$	
impresión de 30 paginas tamaño A3 tiro y retiro	42,00	
impresión de 1 hoja tamaño A3 cartulina couche	\$	
	1,80	
	\$	
impresión de1 papel adhesivo tamaño a3	2,00	
<b>total</b>	<b>Ingresos + Egresos mes de 1 a 4</b>	<b>\$ 3.307,33</b>

## Anexo 12

Escuela. \_\_\_\_\_

Nombre del alumno \_\_\_\_\_

Jornada matutina \_\_\_\_\_ vespertina \_\_\_\_\_

Grado \_\_\_\_\_

Edad \_\_\_\_\_ sexo F\_\_\_\_ M\_\_\_\_

¿Desayunas antes de salir de casa?

Si  a veces  no

1) ¿Qué te gusta comer?

2) ¿De entre estos alimentos encierra en un círculo que te gustaría comer en este momento?

Hamburguesa - sopa de pollo - manzana – galleta – ensalada - papitas

3) ¿Del 1 al 5 encierra que tanto te gustan las legumbres y frutas?

(Siendo 5 el más alto)

1      2      3      4      5

4) ¿Realizas Educación Física en tu escuela?

Si  no  a veces

5) ¿Realizas alguna actividad física o deporte y cuál?