



**UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
ESCUELA DE TECNOLOGÍA MÉDICA
CARRERA DE ESTIMULACIÓN TEMPRANA EN SALUD**

**ESTRATEGIAS AUDIOVISUALES PARA LA PROMOCIÓN DE HÁBITOS
SALUDABLES DE ALIMENTACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA EN
PREESCOLARES DE LOS CENTROS MUNICIPALES DE DESARROLLO
INFANTIL DE CUENCA. 2016**

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE LICENCIADA EN
ESTIMULACIÓN TEMPRANA EN SALUD**

AUTORAS: ANA LUCÍA CARABAJO SINCHI

KARLA DENNISSE OLALLA CONTRERAS

DIRECTORA: Mgst. SILVIA DEL ROCÍO SEMPÉRTEGUI LEÓN

ASESORA: Dra. SANDRA VICTORIA ABRIL ULLOA

CUENCA – ECUADOR

2016



RESUMEN

ANTECEDENTES: En la actualidad el sobrepeso y la obesidad infantil ha generado preocupación a nivel mundial, debido al excesivo consumo de alimentos no nutritivos y el sedentarismo, causando al niño un déficit en el crecimiento corporal, bajo aprendizaje a nivel cognitivo, bajo desarrollo emocional y poco desempeño social. La falta de nuevas estrategias educativas en relación a la promoción de hábitos saludables de alimentación y actividad física por parte de los educadores, la despreocupación a nivel familiar y el entorno social, tienen un impacto en el desarrollo del niño.

OBJETIVO GENERAL: Crear estrategias audiovisuales para la promoción de hábitos saludables de alimentación y actividad física en preescolares de los Centros Municipales de Desarrollo Infantil de Cuenca.

METODOLOGÍA: Se realizó un estudio cualitativo exploratorio en el periodo comprendido entre mayo a octubre de 2016, al inicio del estudio se efectuó un grupo focal mediante grabaciones de audio a ocho educadores de inicial 2 subnivel 1 de los 9 Centros Municipales de Desarrollo Infantil de la ciudad de Cuenca para su posterior análisis. La transcripción se analizó mediante el programa ATLAS.ti v7.5.7., para la posterior elaboración de materiales educativos audiovisuales como canciones, audio cuentos motores, cuentos pop-ups y audio cuentos (imágenes digitales con audio) para el preescolar, para incentivar la promoción en el consumo de agua, frutas, verduras y la práctica de actividad física.

USO DE RESULTADOS: Los materiales diseñados fueron entregados a los centros infantiles participantes para la promoción de hábitos saludables de alimentación y actividad física.

PALABRAS CLAVE: RECURSOS AUDIOVISUALES, MATERIALES EDUCATIVOS Y DE DIVULGACIÓN, HÁBITOS ALIMENTICIOS, ACTIVIDAD MOTORA, EDUCACIÓN PREESCOLAR.



ABSTRACT

BACKGROUND: Nowadays overweight and childhood obesity has generated worldwide concern due to excessive consumption of unhealthy foods and sedentary lifestyle. It determines deficit in the child growth, low cognitive learning, low emotional development and little social performance. The lack of educational strategies in relation to the promotion of healthy eating habits and physical activity by the teachers, the family and the social environment have a impact in the children development.

GENERAL OBJECTIVE: Create audiovisual strategies for promoting healthy eating habits and physical activity in preschools of the Municipal Child Development Centers of Cuenca.

METHODOLOGY: An exploratory qualitative study was conducted in the period from May to October 2016. At baseline on focus groups by voice recordings with eight teachers of initial 2 subnivel1 of the 9 Municipal Child Development Centers of the city of Cuenca was made for further analysis. The transcription was analyzed using the ATLAS.ti v7.5.7. program. After those audiovisual educational materials such as songs, audio stories, pop-ups stories, and audio stories (digital images with audio) for preschool were created for promoting water, fruits, and vegetables consumption and physical activity.

USE FOR RESULTS: Designed materials were delivered to the participating children's centres for the promotion of habits healthy nutrition and physical activity.

KEYWORDS: AUDIOVISUAL AIDS, EDUCATIONAL AND PROMOTIONAL MATERIALS, FOOD HABITS, MOTOR ACTIVITY, PRESCHOOL EDUCATION.



ÍNDICE

RESUMEN	2
ABSTRACT	3
CLAUSULAS DE DERECHO DE AUTOR.....	7
RESPONSABILIDAD.....	9
AGRADECIMIENTO	11
DEDICATORIA.....	12
CAPÍTULO I.....	14
1.1 INTRODUCCIÓN:	14
1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:	15
1.3 JUSTIFICACIÓN Y USO DE RESULTADOS:	15
CAPÍTULO II.....	17
2 FUNDAMENTO TEÓRICO:	17
2.1 INSTRUCCIÓN NUTRICIONAL.....	17
2.2 ACTIVIDAD FÍSICA EN PREESCOLARES.....	17
2.3 PLASTICIDAD CEREBRAL.....	18
2.4 APRENDIZAJE Y HÁBITOS ALIMENTARIOS EN LA ETAPA PREESCOLAR.....	18
2.5 CURRÍCULO DE EDUCACIÓN INICIAL.....	20
2.5.1 <i>Subnivel Inicial 2</i>	20
2.5.1.1 Objetivos del subnivel.....	20
2.6 CARACTERÍSTICAS EVOLUTIVAS DEL NIÑO/A DE 3 A 4 AÑOS.....	21
2.7 EL APRENDIZAJE DESDE DIVERSOS ÁMBITOS.....	22
2.7.1 <i>Aprendizaje constructivista</i>	22
2.7.2 <i>Aprendizaje cognoscitivo: Jean Piaget (1896-1890)</i>	22
2.7.2.1 Etapa preoperacional.....	23
2.7.3 <i>Aprendizaje significativo de Ausubel</i>	23
2.8 PSICOLOGÍA DEL COLOR.....	24
2.9 ESTRATEGIAS DEL CURRÍCULO PARA ESTIMULAR EL APRENDIZAJE Y DESARROLLO INFANTIL.....	24
2.9.1 <i>Técnicas didácticas</i>	25
2.9.1.1 Medios audiovisuales.....	26
2.9.1.1.1 Características de los medios audiovisuales:	26
2.9.1.1.2 Diseño de estrategias audiovisuales	27
2.9.1.1.2.1 Aprendizaje a través de la música	28
2.9.1.1.2.1.1 Sugerencias para diseñar canciones infantiles	29
2.9.1.1.2.2 Cuentos motores	29
2.9.1.1.2.2.1 Sugerencias para diseñar audio cuentos motores	30
2.9.1.1.2.3 Cuentos pop-ups	30
2.9.1.1.2.3.1 Sugerencias para diseñar cuentos pop-ups	31
CAPÍTULO III.....	33
3 OBJETIVOS:.....	33



3.1	OBJETIVO GENERAL:.....	33
3.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	33
CAPÍTULO IV		34
4	DISEÑO METODOLÓGICO:.....	34
4.1	TIPO DE ESTUDIO:	34
4.2	ÁREA DE ESTUDIO:	34
4.3	UNIVERSO Y MUESTRA:.....	34
CAPÍTULO V		35
5	CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN:	35
5.1.1	<i>CRITERIOS DE INCLUSIÓN:.....</i>	35
5.1.2	<i>CRITERIOS DE EXCLUSIÓN:.....</i>	35
CAPÍTULO VI		36
6	MÉTODO Y PROCEDIMIENTOS	36
6.1.1	<i>MÉTODO.....</i>	36
6.2	PROCEDIMIENTOS:	37
6.2.1	<i>AUTORIZACIÓN.....</i>	45
6.2.2	<i>SUPERVISIÓN.....</i>	45
6.3	PLAN DE ANÁLISIS:.....	45
6.4	ASPECTOS ÉTICOS:.....	46
CAPÍTULO VII		47
7	RESULTADOS	47
7.1	ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS DEL GRUPO FOCAL	47
7.1.1	<i>IDENTIFICACIÓN DEL MATERIAL QUE DISPONEN LOS EDUCADORES DE LOS CMDI PARA LA PROMOCIÓN DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE.....</i>	47
7.2	ELABORACIÓN DE CANCIONES.....	53
7.3	ELABORACIÓN DE AUDIO CUENTOS MOTORES.....	55
7.4	ELABORACIÓN DE CUENTOS POP-UPS	56
7.5	ELABORACIÓN DE AUDIO CUENTOS (IMÁGENES DIGITALES CON AUDIO)	58
CAPÍTULO VIII		59
8	DISCUSIÓN	59
CAPÍTULO IX		63
9	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	63
9.1	CONCLUSIONES.....	63
9.2	RECOMENDACIONES	64
CAPÍTULO X		65
10	BIBLIOGRAFÍA	65



UNIVERSIDAD DE CUENCA

10.1	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	65
	CAPÍTULO XI	71
11	ANEXOS.....	71



UNIVERSIDAD DE CUENCA

CLAUSULAS DE DERECHO DE AUTOR

Yo, Ana Lucía Carabajo Sinchi, autora del proyecto de investigación “**Estrategias audiovisuales para la promoción de hábitos saludables de alimentación y actividad física en preescolares de los Centros Municipales de Desarrollo Infantil de Cuenca. 2016**”, reconozco y acepto el derecho de la Universidad de Cuenca, en base al Art. 5 literal c) de su Reglamento de Propiedad Intelectual, de publicar este trabajo por cualquier medio conocido o por conocer, al ser este requisito para la obtención de mi título de licenciada en Estimulación Temprana en Salud. El uso que la Universidad de Cuenca hiciere de este trabajo, no implicará afección alguna de mis derechos morales o patrimoniales como autora

Cuenca, 14 de diciembre de 2016

A handwritten signature in blue ink, reading 'Ana Carabajo', written over a horizontal line.

Ana Lucía Carabajo Sinchi

C.I: 0105362859



Yo, Karla Dennisse Olalla Contreras, autora del proyecto de investigación **“Estrategias audiovisuales para la promoción de hábitos saludables de alimentación y actividad física en preescolares de los Centros Municipales de Desarrollo Infantil de Cuenca. 2016”**, reconozco y acepto el derecho de la Universidad de Cuenca, en base al Art. 5 literal c) de su Reglamento de Propiedad Intelectual, de publicar este trabajo por cualquier medio conocido o por conocer, al ser este requisito para la obtención de mi título de licenciada en Estimulación Temprana en Salud. El uso que la Universidad de Cuenca hiciere de este trabajo, no implicará afección alguna de mis derechos morales o patrimoniales como autora

Cuenca, 14 de diciembre de 2016

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "K. Olalla", written over a horizontal line.

Karla Dennisse Olalla Contreras

C.I: 0105388789



RESPONSABILIDAD

Yo, Ana Lucía Carabajo Sinchi, autora del proyecto de investigación **“Estrategias audiovisuales para la promoción de hábitos saludables de alimentación y actividad física en preescolares de los Centros Municipales de Desarrollo Infantil de Cuenca. 2016”**, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autora.

Cuenca, 14 de diciembre de 2016

A handwritten signature in blue ink, reading 'Ana Carabajo', written over a horizontal line.

Ana Lucía Carabajo Sinchi

C.I: 0105362859



Yo, Karla Dennisse Olalla Contreras, autora del proyecto de investigación **“Estrategias audiovisuales para la promoción de hábitos saludables de alimentación y actividad física en preescolares de los Centros Municipales de Desarrollo Infantil de Cuenca. 2016”**, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autora.

Cuenca, 14 de diciembre de 2016

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'K. Olalla', written over a horizontal line.

Karla Dennisse Olalla Contreras

C.I: 0105388789



AGRADECIMIENTO

Agradecemos a todos los integrantes del proyecto “Impacto de un plan de intervención en hábitos de alimentación, conducta alimentaria y actividad física, en la prevención de exceso de peso en preescolares” de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de Cuenca, quienes confiaron y nos brindaron sus conocimientos para lograr finalizar nuestro estudio.

Mgst. Silvia Sempértégui, Directora de la Tesis;
Dra. Sandra Victoria Abril, Asesora de la Tesis;
por guiarnos, proporcionarnos sus conocimientos y habilidades durante todo este proceso de este proyecto.

A cada educador/a de los Centros Infantiles Municipales que nos abrieron sus puertas para poder realizar nuestra tesis.

A las personas que nos ayudaron y brindaron toda su colaboración para el diseño de cada material educativo audiovisual.

Las Autoras



DEDICATORIA

A Dios por guiarme cada escalón de mi vida, dándome la oportunidad de haber cumplido una nueva meta más.

A mis padres José y Rosario que son el pilar del que me puedo apoyar incondicionalmente, forman parte fundamental de mis logros, quienes con su constancia, motivación y apoyo siempre me guían cada peldaño en mis nuevas metas.

A mis hermanos por demostrarme su apoyo, motivación y dedicación cada día para seguir mi camino.

A mis sobrinos quienes gracias a su afecto me han acompañado y colaborado de toda la manera posible con este proyecto.

Ana Carabajo S.



DEDICATORIA

Esta tesis está dedicada principalmente a Dios que me dio las fuerzas para seguir adelante y luchar para acabar mi carrera, a mis padres que estuvieron siempre que los necesite y me apoyaron en cada decisión de mi vida, a mis hermanos que me daban los ánimos para seguir adelante, y a un gran amigo que en todo momento estuvo presente y colaboró en la realización de esta tesis.

Para todos ellos es esta dedicatoria pues a ellos es a quien debo en gran parte la culminación de esta etapa en mi vida, gracias por ese apoyo incondicional.

Karla Olalla C.



1.1 INTRODUCCIÓN:

La prevalencia de obesidad infantil es alta en muchos países a nivel mundial y sigue en aumento. Se estima que globalmente, 42 millones de niños menores de 5 años presentan sobrepeso (1). En el Ecuador las cifras de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) en el año 2012, el bajo peso en menores de 5 años representa una prevalencia de 6,4%, sin embargo el sobrepeso/obesidad constituye 8,6% coexistiendo problemas de déficit y exceso nutricional (2).

La alimentación y nutrición infantil se encuentran entre las áreas de mayor importancia de la salud pública, por esta razón, la educación para la salud trabaja para fomentar el bienestar en la población, promocionando hábitos de vida saludable. Especialmente en la etapa infantil se puede y debe fomentar hábitos saludables que contribuyen a la prevención de enfermedades en la infancia así como también en etapas posteriores de la vida como la adolescencia y la edad adulta (3).

Es necesario educar a los niños e intervenir desde edades tempranas con estrategias que sean innovadoras. La utilización de estrategias audiovisuales puede contribuir a la promoción de hábitos saludables de alimentación y actividad física, ya que éstas le permiten al niño aprender y entender de manera efectiva, asimilando con mayor facilidad y rapidez todo lo que perciben en su entorno. Los educadores de nivel inicial son quienes deben potenciar su aprendizaje y promover el bienestar, respetando el desarrollo físico y emocional del niño/a mediante estrategias metodológicas adecuadas para los preescolares (4).



1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:

El modelo curricular de educación inicial propone metodologías que permiten guiar los procesos de enseñanza y aprendizaje tomando en cuenta las necesidades vitales, potencialidades e intereses individuales de los niños menores de 5 años (5).

El canto y el movimiento en edades de 2 a 6 años le permiten desarrollar su sentido perceptivo de la audición y la memoria, mientras satisface su necesidad de juego y simbolización (6).

Estudios demuestran que durante la infancia es posible fomentar y adquirir hábitos saludables de alimentación como el consumo de frutas y verduras dentro de una intervención educativa con el uso de materiales audiovisuales, ya que la alimentación y nutrición son procesos influenciados a nivel biológico, ambiental y sociocultural (7,8). En el Ecuador son necesarios datos sobre estudios que promuevan hábitos de alimentación y de actividad física en preescolares con materiales audiovisuales en el país. En los centros infantiles de la ciudad de Cuenca, hace falta conocer sobre estrategias audiovisuales que ayuden a promocionar hábitos saludables en niños preescolares.

1.3 JUSTIFICACIÓN Y USO DE RESULTADOS:

El educador de educación inicial promueve que los niños y niñas desarrollen al máximo sus potencialidades de aprendizaje para que puedan comprender el mundo que habitan, hábitos que impacten en su vida y además sentar las bases para que se desenvuelvan con bienestar en sus entornos actuales y futuros de acuerdo a su cultura (9).

Este estudio propone abordar estrategias audiovisuales que promuevan el estilo de vida saludable y actividad física a los niños de 3 a 4 años de educación inicial 2-subnivel 1 que acuden a los 9 Centros Infantiles Municipales de Desarrollo



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Infantil (CMDI) de la ciudad de Cuenca. Las estrategias audiovisuales innovadores permiten un mejor aprendizaje y retención de los conocimientos de manera repetitiva, lo cual podría perdurar a largo plazo de su vida. Los resultados de este estudio serán entregados a los educadores de los centros infantiles participantes.



CAPÍTULO II

2 FUNDAMENTO TEÓRICO:

2.1 Instrucción nutricional

El sobrepeso y la obesidad son perjudiciales para la salud y pueden prevenirse. Entre las causas del exceso de peso se encuentran los inadecuados hábitos de alimentación y la falta de actividad física. En el 2013, más de 42 millones de niños menores de 5 años tenían sobrepeso a nivel mundial(10). En el Ecuador las cifras de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT 2011-2013), en menores de 5 años presenta una prevalencia de 8,6% que tienen un cuadro de sobrepeso/obesidad (11).

La infancia se considera un periodo crítico en la adquisición de hábitos alimentarios y estilos de vida que van a perdurar en la edad adulta. Por ello es importante que el entorno en el que se encuentra el niño sea estimulante, permitiendo su desarrollo óptimo para lograr un estilo de vida saludable previniendo así el sobrepeso y la obesidad (12).

2.2 Actividad física en preescolares

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la actividad física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. La dosis (o cantidad) de actividad física es una combinación de frecuencia, intensidad, tiempo y tipo de actividad. La actividad física en la infancia genera una serie de beneficios tanto a nivel físico, psicológico, mental y social. Toda actividad física debería realizarse en periodos de al menos 10 minutos (13) (14).

La organización Nacional para el Deporte y la Educación Física (National Association for Sport and Physical Education, NASPE) recomienda que los niños en edad preescolar deben tener dos horas de actividad física diaria mínima,



sesenta minutos de actividad física planificada y sesenta minutos de actividad física no planificada (juego libre) (15).

2.3 Plasticidad cerebral

El cerebro humano presenta una alta capacidad de aprendizaje y posee la propiedad de funcionar en situaciones extremas o de déficit tanto orgánico como funcional. Esta capacidad se denomina plasticidad cerebral. Nuestro cerebro es extraordinariamente plástico, su actividad se adapta y cambia de estructura de forma significativa a lo largo de la vida. Cada experiencia modifica nuestro cerebro continuamente, fortaleciendo o debilitando la sinapsis que conectan las neuronas. Este proceso se conoce como aprendizaje. El aprendizaje se produce a cualquier edad, somos capaces de generar nuevas neuronas y nuestra inteligencia no es fija ni inmutable. Desde el ámbito educativo, el concepto de plasticidad cerebral implica que todos los alumnos pueden mejorar aunque exista condicionamientos genéticos, por ello la responsabilidad como educadores radica en guiar y acompañar en este proceso de aprendizaje y crecimiento continuo (16).

2.4 Aprendizaje y hábitos alimentarios en la etapa preescolar

El estudio de México (Blanco, 2015), señala que en la actualidad hay una ingesta excesiva de alimentos no nutritivos en menores de cinco años. Los mismos niños son quienes pueden intervenir y detener esta situación, ya que a través de una adecuada educación de acuerdo a su edad pueden ir concientizándose de tener una alimentación saludable y una adecuada actividad física. Los mensajes de estilos de vida saludable que se transmiten mediante canciones infantiles, cuentos, actividades recreativas, etc., lo cual recae en su autocuidado físico, emocional, cognitivo y social (17).

El aprendizaje a partir de la experiencia o aprendizaje constructivista se construye sobre el conocimiento previo, creencias y actitudes del que aprende, utilizando tres principios educativos:



- a) Al abordar un nuevo aprendizaje, procurar recordar los conocimientos anteriores para interpretar la nueva situación,
- b) Los alumnos tienen la oportunidad de reproducir la nueva experiencia que acaban de realizar y repetirla, de modo que la adquisición se establezca y automatice y;
- c) Procurar que los alumnos utilicen su nuevo poder en situaciones nuevas y diferentes del contexto inicial (18).

Por otra parte, la motivación es una de las condiciones más importantes para conseguir que el aprendizaje resulte más satisfactorio en los niños, y en esto, los adultos y particularmente, los educadores, pueden ejercer mucha influencia, de los cuales también se puede señalar su importancia como son los medios audiovisuales, en este campo de la alimentación (3).

La alimentación juega un papel importante dentro de la vida, lo cual si se le enseña desde una temprana edad, perdurará a lo largo de su vida, por esto es importante concienciar a los niños con estrategias educativas atractivas, con mensajes repetitivos, que fomenten hábitos saludables de alimentación y realización de actividad física diaria.

La promoción, formación y consolidación de los hábitos alimentarios y estilos de vida saludables de forma sistemática contribuyen a:

1. Prevenir desde edades tempranas la aparición de trastornos y enfermedades vinculadas con la alimentación y nutrición.
2. Lograr conocimientos en materia de salud, nutrición y estilos de vida saludables adaptados al nivel de aprendizaje de los niños, niñas, educadores y adultos, para su aplicación en la rutina escolar y familiar.
3. Favorecer una relación alimentaria sana y estimuladora de actitudes positivas en los niños/as hacia una alimentación saludable (19).



2.5 Currículo de Educación Inicial

El Currículo de Educación Inicial parte de la visión de que todos los niños son seres bio-psico-sociales y culturales, únicos e irrepetibles y concibe a la educación como actores de un continuo desarrollo humano que se ejecuta a través de procesos de enseñanza y de aprendizaje, entendida como una unidad compleja de naturaleza humana e integral; de forma que corresponda a los niveles y modalidades, a los momentos de desarrollo del ser humano en los órdenes físico, biológico, psíquico, cultural y social (5,19).

El currículo da prioridad a los procesos de aprendizaje con el fin de aprender a aprender, construyendo sus conocimientos y actitudes dando como resultado la formación integral del niño durante los primeros años de vida, esto le permite mejorar su formación a lo largo de su vida de manera progresiva y permanente. Exigiendo al educador cumplir con el programa prescrito alcanzando un análisis y reflexión permanente sobre el aprendizaje del niño y no la repetición mecánica de contenidos, proporcionando una planificación con temas de interés nuevo atendiendo a las necesidades del niño, de la escuela, de la comunidad o del país debido a su importancia en la formación del estudiante (20).

2.5.1 Subnivel Inicial 2

2.5.1.1 Objetivos del subnivel

- Lograr niveles crecientes de identidad y autonomía, alcanzando grados de independencia que le posibiliten ejecutar acciones con seguridad y confianza, garantizando un proceso adecuado de aceptación y valoración de sí mismo.
- Descubrir y relacionarse adecuadamente con el medio social para desarrollar actitudes que le permitan tener una convivencia armónica con las personas de su entorno.
- Explorar y descubrir las características de los elementos y fenómenos



mediante procesos indagatorios que estimulen su curiosidad fomentando el respeto a la diversidad natural y cultural.

- Potenciar las nociones básicas y operaciones del pensamiento que le permitan establecer relaciones con el medio para la resolución de problemas sencillos, constituyéndose en la base para la comprensión de conceptos matemáticos posteriores.
- Desarrollar el lenguaje verbal y no verbal para la expresión adecuada de sus ideas, sentimientos, experiencias, pensamientos y emociones como medio de comunicación e interacción positiva con su entorno inmediato, reconociendo la diversidad lingüística.
- Disfrutar de su participación en diferentes manifestaciones artísticas y culturales a través del desarrollo de habilidades que le permitan expresarse libremente y potenciar su creatividad.
- Desarrollar la capacidad motriz a través de procesos sensorio-perceptivos que permitan una adecuada estructuración de su esquema corporal y coordinación en la ejecución de movimientos y desplazamientos (21).

2.6 Características evolutivas del niño/a de 3 a 4 años

Dentro de las características de la infancia se observan múltiples facetas, características y comportamientos. Los aspectos que engloban a todos ellos son:

- **Aspecto sensorio-motor:** son todos aquellos aspectos determinados con el crecimiento y la evolución física y corporal del individuo.
- **Aspecto cognitivo:** tiene que ver con el desarrollo intelectual que irrevocablemente influye de forma directa en el ámbito escolar.
- **Aspecto socio-afectivo y emocional:** hace referencia a la relación del niño con los demás y a su propio equilibrio personal (22).

Desde el punto de vista evolutivo se propone en la edad de 3 a 4 años las siguientes situaciones de aprendizaje según sus posibilidades:

- Imita a los adultos y amigos



- Espera su turno
- Expresa una gran variedad de emociones
- Sigue instrucciones de 2 o 3 pasos
- Puede conversar usando 2 o 3 oraciones
- Juega imaginativamente con muñecas, animales y personas
- Que defina las cosas indicando su utilidad o el uso que se hace de ellas
- Trepa bien
- Corre fácilmente
- Sube y baja escaleras, un pie por escalón (23,24).

El movimiento y la acción constituyen la característica predominante del niño en esta edad, ya que el movimiento energético le permite explorar su entorno, aprender sobre él adquiriendo independencia y autonomía; y junto con el lenguaje favorece lo que experimenta (25).

2.7 El aprendizaje desde diversos ámbitos

2.7.1 Aprendizaje constructivista

La metodología constructivista posibilita al estudiante partir de sus conocimientos previos, lo cual va a facilitar un aprendizaje significativo, ayudándolo a comprender lo que experimenta y lo relacione con su experiencia personal. El constructivismo ve el aprendizaje como un proceso activo y no como un proceso absorbente (26).

2.7.2 Aprendizaje cognoscitivo: Jean Piaget (1896-1890)

Piaget muestra que los niños tienen ideas y que construyen su mundo haciendo teorías sobre la realidad. Piaget nos habla de un niño que no solo responde a los estímulos del medio, sino que las re-estructura, y si al principio existe una cierta estructuración, el niño va a crear nuevos instrumentos de conocimiento que no tenía al principio (27).

Piaget identifica las siguientes etapas o períodos que posee un ser humano



durante su crecimiento:

- **Etapas sensorio-motor**, correspondiente a los primeros dos años de vida.
- **Etapas pre operacional**, desde los dos a siete años.
- **Etapas de las operaciones concretas**, desde los siete a los doce años.
- **Etapas de operaciones formales**, desde los doce años hasta la adultez (28).

2.7.2.1 Etapa preoperacional

En esta etapa comprende las edades de 2 a 7 años, en la cual los infantes desarrollan la capacidad de pensar en cosas o personas que no están presentes o eventos que ya ocurrieron y expresarlo mediante el lenguaje hablado o escrito, es lo que se llama pensamiento simbólico (29).

Este periodo se caracteriza por ser un pensamiento pre conceptual, intuitivo, egocéntrico, muy influido por la percepción y donde el niño se encuentra todavía centrado en su punto de vista (30).

2.7.3 Aprendizaje significativo de Ausubel

La teoría del aprendizaje significativo de Ausubel es una teoría sobre la adquisición, con significados, de cuerpos organizados de conocimiento en situación formal de enseñanza (31).

David Ausubel desarrolló la teoría del aprendizaje significativo y los organizadores anticipados. Estas teorías ayudan a que el estudiante, vaya construyendo sus propios esquemas de conocimiento para comprender mejor los conceptos; los nuevos conocimientos se incorporan en forma sustantiva en la estructura cognitiva del estudiante, esto se logra cuando el estudiante relaciona los nuevos conocimientos con los que antes tenía. Para que el estudiante logre un aprendizaje significativo se necesita según Ausubel:

1. **Significatividad lógica de material**, es decir, que esté organizado en



una secuencia lógica de conceptos.

2. Significatividad psicológica del material, el alumno debe poder conectar el nuevo conocimiento con los previos y así acomodarlos en sus estructuras cognitivas (32).

2.8 Psicología del color

Debido a la importancia del color a la hora de elaborar un mensaje visual, el color es un medio atractivo que consiente o subconscientemente actúa y además producen emociones en el ser humano, dando así los siguientes significados:

El amarillo y el naranja: representa diversión, es un color reluciente, cálido que irradia siempre en todas partes y sobre todas las cosas, es el color de la luz.

El rojo: expresa vitalidad, energía, alegría entusiasta y creativa.

El azul y el verde: produce calma, tranquilidad, serenidad. Evoca la vegetación, el frescor y el amor a la naturaleza.

El violeta: expresa misterio, lucidez e introversión.

El blanco: expresa paz, felicidad, armonía, pureza e inocencia.

El negro: es símbolo del silencio, misterio. Confiere nobleza y elegancia, sobre todo cuando es brillante.

El gris metálico: da sensación de brillantes, lujo y elegancia (33,34).

2.9 Estrategias del currículo para estimular el aprendizaje y desarrollo infantil

Algunas de las estrategias audiovisuales que se establecen dentro del ámbito de expresión artística para las edades de 3 a 4 años del Currículo de Educación Inicial para fortalecer el aprendizaje y desarrollo de los niños son:

- Reproducir canciones y poemas cortos, incrementando su vocabulario y capacidad retentiva.
- Relatar cuentos narrados por el adulto con la ayuda de los paratextos utilizando su propio lenguaje.



- Identificar su cuento preferido por la imagen de la portada.
- Representar a personas de su entorno asumiendo roles a través del juego simbólico.
- Imitar pasos de baile intentando reproducir los movimientos y seguir el ritmo.
- Cantar canciones cortas asociando la letra con expresiones de su cuerpo (5).

Por ende, el currículo de Educación Inicial recomienda la utilización de estrategias audiovisuales de manera cotidiana, ya que estas fomentan el aprendizaje en todos los ámbitos intelectuales y emocionales en el preescolar.

2.9.1 Técnicas didácticas

Según Valdez, G. (2003) menciona a Montessori, quien define los materiales didácticos o enseñanza como materiales para el desarrollo. Cada material es una serie de objetos con lo que el niño ejecuta una parte definida de trabajo, que ayuda al desarrollo de su personalidad. Esto explica que el niño repita esos ejercicios tantas veces sea necesario, ya que subconscientemente siente que con cada repetición promueve el crecimiento interno. En esta temprana edad está interesado de manera especial en cualquier material que concentre su atención combinado con una actividad que desarrolla y define sus percepciones sensoriales. Montessori señala que: “los materiales deben corresponder a las necesidades internas de los niños. Esto significa que cualquier material individual debe ser presentado al pequeño en el momento adecuado a su desarrollo y debe ser determinado mediante la observación y experimentación” (35).

Las diversas técnicas didácticas favorecen el proceso de aprendizaje en los niños, debido al contacto práctico-lúdico con elementos reales que activan el gusto por aprender, que estimulan el desarrollo de la memoria, la motricidad fina y gruesa, la parte cognitiva, física, entre otros aspectos fundamentales en la evolución del sujeto. El material didáctico es una alternativa para el aprendizaje práctico-



significativo, que depende, en gran medida, de la implementación y apropiación que haga el educador en su propuesta metodológica (36).

2.9.1.1 Medios audiovisuales

Los materiales audiovisuales son instrumentos tecnológicos que permiten comunicar mensajes específicos utilizando sistemas acústicos, ópticos, o una combinación de ambos, que permiten la aplicación de técnicas de “storytelling” (arte de contar historias), que aumentan la probabilidad de que los mensajes se recuerden y se repliquen en otros entornos (37,38).

En la actualidad los medios audiovisuales han intensificado la implicación de las audiencias en los mensajes transmitidos, la sociedad ha experimentado un cambio social y cultural que, en gran medida, ha sido motivado por el auge de lo audiovisual y la popularización de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC). Los métodos audiovisuales enfatizan el sentido de la participación, la reflexión y además son considerados como textos que pueden ser interpretados para descubrir su significación cultural más amplia y los mensajes ideológicos que contribuyen a comunicar, naturalizar y mantener (39,40).

Cabero Almenara (1997) en su artículo denominado: *La formación del profesorado en medios audiovisuales*, sugiere que los educadores deben formarse para enseñar con los medios audiovisuales en nueve grandes dimensiones como: curricular, psicológica, semiológica, tecnológico-didáctica, instrumental, investigadora, crítica, organizativa y actitudinal (41).

2.9.1.1.1 Características de los medios audiovisuales:

- Permiten incrementar la activación y motivación de los estudiantes hacia un aprendizaje desarrollador, al brindar la posibilidad de recrear el tiempo el espacio, el tamaño de los objetos y además, introducir estímulos motivacionales.



- Juegan un papel motivador por su valor educativo, a través de los mensajes, que pueden llegar a un amplio sector de la población, se van proponiendo modelos de actuación y potenciando valores, que son más aceptados que otros medios y recurre a resortes que desde el punto visual son atractivos.
- Construyen una especie de medio ambiente constante en la vida de los niños. Son un factor innegable de la socialización y también de la educación o formación de la infancia.
- El entorno audiovisual no es un hecho natural, sino el producto de unas prácticas, instituciones y rutinas humanas y sociales. Por tanto es transformable y posibilita imaginar políticas de comunicación con el objetivo de adecuarlo a las necesidades y valores sociales.
- La producción audiovisual y multimedia propiamente educativa es casi inexistente. La inversión privada o pública es muy escasa y queda mucho por hacer para adaptar este sector a la enseñanza en su conjunto - contenidos curriculares y profesorado- y al uso de las nuevas tecnologías.
- Para tener en cuenta una buena educación en comunicación audiovisual se plantean dos objetivos: *a)* enseñar a los niños/as a comprender y expresarse en el lenguaje audiovisual y *b)* formarle para que sepan dialogar críticamente con la realidad audiovisual y dosificarla racionalmente (41,42).

2.9.1.1.2 Diseño de estrategias audiovisuales

Para el uso de estrategias audiovisuales en el ámbito educativo infantil es necesaria la utilización de metodología adecuada en la planificación educativa. Cabrero (2004, p 21) afirmó: “el aprendizaje no está en función del medio, sino fundamentalmente sobre la base de las estrategias y técnicas didácticas que apliquemos sobre él” (40).



2.9.1.1.2.1 Aprendizaje a través de la música

La música no sólo se considera una expresión artística, sino un recurso pedagógico que se puede emplear para promover el desarrollo integral de la humanidad, permitiendo así desarrollar diversas habilidades como: audición, relación espacial, motricidad fina, coordinación visomotora, lateralidad, memoria mecánica, evocación auditiva, ritmo, comprensión y la expresión de emociones entre otros, favoreciendo los procesos de aprendizaje a través del sonido, el ritmo y la interpretación musical (43).

Lorete (1980) plantea que a la edad de tres años, el niño muestra capacidad de diferenciar ruidos, sonidos y mencionar la fuente que los provoca, la canción le representa un medio para la realización de juegos, interpreta canciones con frases completas que ha retenido y puede evocar en cualquier momento; durante los tres y cuatro años, su control motriz de las extremidades inferiores, le permiten correr, saltar, trotar, etc., ejecutando en conjunto ejercicios rítmicos por medio de la imitación, teniendo mayor exaltación y vinculación por las canciones con sonidos onomatopéyicos. La expresión musical en la etapa preescolar está destinada a dar al niño la oportunidad de expresarse corporalmente a través de la mímica y la dramatización, de desarrollar el lenguaje y de generar confianza y seguridad en sí mismo, entre otros beneficios señalados por músicos, psicopedagogos y psicólogos como Gardner (2003), Vigotsky (1934) y Willems (1966), así como también neurocientíficos como Koelsch (2011) (43,44).

La música debe ser tratada dentro del contexto social y cultural, lo cual desempeña un papel importante dentro de la vida diaria. La música en los alumnos da motivación cuando: *a)* proporciona interés a la clase; *b)* es relevante y significativa; y *c)* cuando es creativa y está centrada en los alumnos; convirtiéndose así en una herramienta eficaz para tratar los problemas de convivencia surgidos dentro del aula y la sociedad (45).



2.9.1.1.2.1.1 Sugerencias para diseñar canciones infantiles

La experiencia musical de los niños/as se concreta en una serie de elementos clave como: 1) la escucha activa de sonidos y de diferente música a través de audiciones, 2) el movimiento y desplazamiento libre y guiado por el espacio, 3) la entonación de canciones siguiendo un repertorio, 4) la practica instrumental de instrumentos convencionales y no convencionales, y 5) la creación y composición de esquemas rítmicos y melódicos y de sencillas piezas musicales. Por ende el educador debe fomentar iniciativas creativas a sus estudiantes desde edades tempranas en un ambiente de libertad (46).

Swanwick y Tillman (1986) señala que el modo evolutivo en el desarrollo musical que se manifiesta a partir de los tres años es el modo sensorial, los niños responden a las impresiones del sonido y, sobre todo el timbre. Se sienten atraídos por los contrastes de intensidad y experimentan de forma irregular e imprevisible con los sonidos de instrumentos y fuentes sonoros. En este modo, los elementos musicales se muestran muy desorganizados; el tiempo del compás es inestable y las variaciones de colorido tonal son musicalmente arbitrarias (46).

2.9.1.1.2.2 Cuentos motores

Según Conde un cuento motor lo define como un cuento jugado, un cuento vivenciado de manera colectiva, con unas características y unos objetos propios. Siguiendo a este mismo autor, de entre sus innumerables características podemos destacar las siguientes:

- El cuento motor es un eslabón previo al cuento escrito, y puede ir paralelo al cuento narrado.
- El cuento motor incide directamente en la capacidad expresiva de los niños/as (primero se interpreta cognitivamente y luego se interpreta motrizmente).
- El niño/a, cuando ejecuta el cuento motor, se convierte en protagonista



absoluto.

- El cuento motor es una fuente motivadora que despierta en los niños/as el interés por descubrir historias y personajes, y les ayuda a introducirse en los caminos sorprendentes de los libros, del teatro y compara con otras formas de entrenamiento menos participativas (47,48).

2.9.1.1.2.2.1 Sugerencias para diseñar audio cuentos motores

La educación busca fomentar el desarrollo integral de los estudiantes a través de metodologías globalizadoras, que se ajusten a la sociedad actual, estimulando la motivación, atención, imaginación y despertando la curiosidad de los estudiantes. Los cuentos motores hablados, escritos o ambos; se utilizan como recurso didáctico basado en el juego y en la acción y no abusar de las actividades pasivas o estáticas para el trabajo de la motricidad infantil. Por ello se deben tener en cuenta los siguientes criterios metodológicos: 1) la importancia de que el educador conozca el cuento con anterioridad; 2) utilizar un lenguaje sencillo y accesible; 3) el educador debe integrarse como uno más en la acción; 4) la sesión debe poseer una estructura lógica (animación, fase principal, vuelta a la calma y charla con los niños), sin durar más de media hora y con una temática variada (49).

2.9.1.1.2.3 Cuentos pop-ups

Los libros pop-ups o libros animados “son libros didácticos o lúdicos, que ayudan a visualizar con sorpresa, admiración o curiosidad un texto o imagen. El libro registra fuera de la imagen y el texto unos elementos para textuales, como solapas, tapas, contratapas, carruseles, troquelados, móviles o despleables, ayudando al lector a interactuar activamente con el libro”. Los libros pop-ups son para el niño una fuente de formación donde juega la sociedad un papel importante, se ve reflejada la cultura, el pensamiento del niño y sus imaginarios. El libro animado genera en la literatura un aporte de enseñanza lúdica, acoplando educación y entrenamiento. Toda la creación, producción y edición se organiza en una serie de pasos que



deben ser planeados con mucha estrategia y lógica para que su resultado sea efectivo, estético, interesante, artístico, pedagógico y produzca la reacción esperada en el público: sorprender. Estos libros son de extrema delicadeza, además de sus especiales papeles y materiales para su duración y como van dirigidos en su mayoría a un público infantil son la escasa vejez de los mismos y del mayor aumento bibliográfico (50).

2.9.1.1.2.3.1 Sugerencias para diseñar cuentos pop-ups

Los pop-up, fueron pensados para “lectores” muy pequeños, con objetivos lúdicos, ligados al entretenimiento, destacando la variedad de formas y formatos que pueden presentar, claramente desafiantes desde el punto de vista de su construcción. Desafía la expectativa del lector en cada paso de página, sobrepasando sus límites en lo que se refiere al tamaño y a la bidimensionalidad, al estatismo, a la pasividad y a la rutina, evidenciando a la lectura como una actividad de descodificación e interpretación de signos, verbales y/o visuales; por ello se considera: *a)* su texto verbal –la construcción de frases y la modalización realizada, y *b)* su componente visual incluyendo su manipulación (51).

En fusión al uso que se le dé y el propósito para el que se aplique este recurso, hay dos tipos de libros interactivos: *a)* como libro de texto con fines didácticos, que mejorará la comprensión de conceptos abstractos y ayudar al desarrollo de la conceptualización; *b)* como texto literario, que busca una educación estética. La posible fusión didáctica de estos textos, integrándolos como recurso educativo dentro de un contexto formal de educación, resulta conveniente plantear si existe una utilidad real en su aplicación, dejando el lado atractivo además debe haber una mejora en el proceso de enseñanza. Para la elaboración de estos libros animados o llamados pop-ups una antigua trabajadora del Editorial Carvajal comenta que se requiere de materiales como pasta dura y resistente con cartulina esmaltada de 220gm por m², de doble hoja y puede ser dividido en tres niveles según las dificultades de sus mecanismos, que entre más complejos, se vuelven



más didácticos (32,41).



CAPÍTULO III

3 OBJETIVOS:

3.1 OBJETIVO GENERAL:

Crear estrategias audiovisuales para la promoción de hábitos saludables de alimentación y actividad física en preescolares de los Centros Municipales de Desarrollo Infantil (CMDI) de Cuenca.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar estrategias audiovisuales que se utilizan en el currículo del Ministerio de Educación Inicial dentro del Ecuador para la promoción de estilos de vida saludable en los centros infantiles en preescolares de 3 a 4 años.
- Identificar el material audiovisual que disponen los educadores de los CMDI para la promoción de estilos de vida saludable.
- Identificar las percepciones de las educadoras sobre la necesidad del material audiovisual en los CMDI.
- Elaborar estrategias audiovisuales para el aprendizaje de hábitos de alimentación saludable y actividad física para preescolares de 3 a 4 años enfocado en el consumo de agua, frutas, verduras y la realización de actividad física para que sea utilizado en los CMDI.



CAPÍTULO IV

4 DISEÑO METODOLÓGICO:

4.1 TIPO DE ESTUDIO:

Se realizó un estudio cualitativo exploratorio a través del diseño de un grupo focal al inicio del estudio con ocho educadores de inicial 2-subnivel 1 de los CDMI, dentro del proyecto de investigación “Impacto de un plan de intervención en hábitos de alimentación, conducta alimentaria y actividad física, en la prevención de exceso de peso en preescolares” que cuenta con el aval académico de la Facultad de Ciencias Médicas y fue financiado por la Dirección de Investigación de la Universidad de Cuenca (DIUC).

4.2 ÁREA DE ESTUDIO:

Se realizó en los nueve CMDI de la ciudad de Cuenca los cuales fueron: El Cebollar, Sol de Talentos, 27 de Febrero, San Blas, 12 de Abril, 9 de Octubre, Totoracocha, El Arenal y El Cóndor.

4.3 UNIVERSO Y MUESTRA:

El universo fue los 9 CMDI y la muestra fue de 8 educadores.



CAPÍTULO V

5 CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN:

5.1.1 CRITERIOS DE INCLUSIÓN:

Educadores de inicial 2 subnivel 1, de los nueve CMDI.

5.1.2 CRITERIOS DE EXCLUSIÓN:

Educadores de inicial 2 subnivel 1, de los nueve CMDI que no firmaron el consentimiento informado.



CAPÍTULO VI

6 MÉTODO Y PROCEDIMIENTOS

6.1.1 MÉTODO

Primera etapa

Se analizó el currículo del Ministerio de Educación Inicial 2014 del Ecuador, identificando las estrategias audiovisuales para la promoción de estilos de vida saludable que se utilizan para los centros infantiles en preescolares de 3 a 4 años.

Segunda etapa

Dentro del proyecto de investigación “Impacto de un plan de intervención en hábitos de alimentación, conducta alimentaria y actividad física, en la prevención de exceso de peso en preescolares”, se invitó la participación a los educadores de los CMDI de inicial 2 subnivel-1, para indicarles que dentro del proyecto se realizará un trabajo enfocado en las **“ESTRATEGIAS AUDIOVISUALES PARA LA PROMOCIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES DE ALIMENTACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA EN PREESCOLARES DE LOS CENTROS MUNICIPALES DE DESARROLLO INFANTIL DE CUENCA. 2016”** y los que estuvieron de acuerdo en participar firmaron el consentimiento informado (Anexo 1).

Tercera etapa

- Se realizó un grupo focal con 8 educadores de los CMDI. Una moderadora dirigió el grupo focal utilizando una guía de preguntas determinadas previamente relacionadas con estrategias audiovisuales para la promoción de hábitos saludables de alimentación y de actividad física (anexo 2).
- Se transcribió la grabación de audio en Microsoft Word.
- Se codificaron los datos del grupo focal el programa ATLAS.ti v7.5.7.



- Se analizó cual es el material idóneo que necesitan dentro de sus planificaciones mensuales a traves del programa ATLAS.ti v7.5.7.

Cuarta etapa

Se estableció las estrategias audiovisuales para el aprendizaje de hábitos de alimentación saludable y actividad física para preescolares de 3 a 4 años enfocado en el consumo de agua, frutas, verduras y la realización de actividad física para que sea utilizado en los CMDI.

- Elaboración de canciones
- Elaboración de audio cuentos motores
- Elaboración de cuentos pop-ups
- Elaboración de audio cuentos (imágenes digitales con audio)

Quinta etapa

Se entregó los materiales audiovisuales diseñados a cada educador de inicial 2- subnivel 1, para su posterior aplicación como recurso educativo audiovisual.

6.2 PROCEDIMIENTOS:

El currículo de educación inicial del Ecuador propone algunas sugerencias dentro de las estrategias audiovisuales para estimular el aprendizaje y desarrollo infantil dentro de subnivel inicial 2: 3 a 4 años que son (4):

Momentos de la jornada	Sugerencias para estimular el aprendizaje y desarrollo infantil
actividades iniciales	<ul style="list-style-type: none">• entonar canciones tradicionales, adecuadas para la edad



momentos de alimentación	<ul style="list-style-type: none">• entonar canciones o repetir rimas asociadas con las rutinas de alimentación
Momentos de aseo	<ul style="list-style-type: none">• entonar canciones o repetir rimas asociadas con los hábitos de higiene
Momento para leer	<ul style="list-style-type: none">• Dejar que los niños escojan los libros que quieren mirar.• Leer de manera individual a cada niño o a grupos de dos o tres, para que puedan sostener el libro, mirarlo y recibir el afecto del educador.• Cambiar los libros periódicamente para motivar a los niños.• Invitar a los niños a repetir las nuevas palabras que aprenden en los libros.
Momento para la música	<ul style="list-style-type: none">• Escuchar música, cantar y bailar• Hacer música utilizando varios materiales e instrumentos
Tiempo para actividades dirigidas	<ul style="list-style-type: none">• En estos momentos la estimulación es permanente por medio del dialogo y las actividades que propone el educador
Actividades finales	<ul style="list-style-type: none">• Entonar canciones de despedida

Elaboración en base a la guía metodológica para la implementación del currículo de educación inicial, p. 21

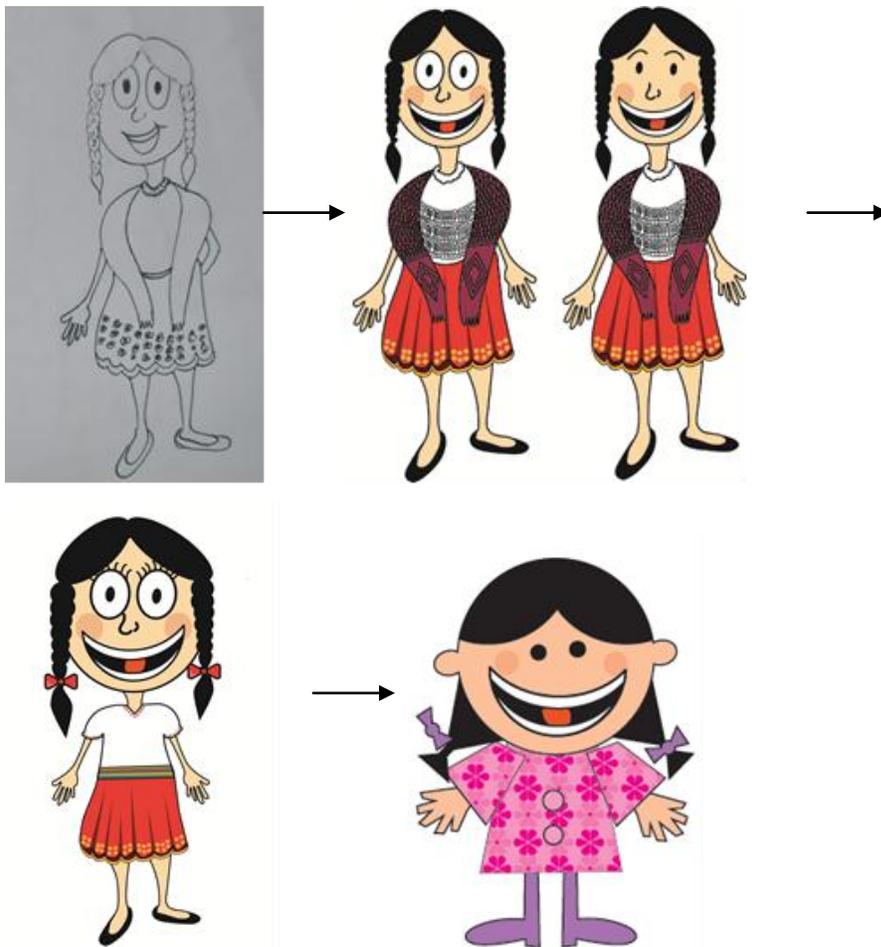
El currículo de Educación Inicial recomienda la utilización de estrategias audiovisuales para los niños de manera cotidiana, ya que estas fomentan el aprendizaje en todos los ámbitos intelectuales y emocionales.

Partiendo de la investigación de este estudio, se diseñaron las estrategias audiovisuales para la promoción de hábitos saludables de alimentación y actividad física en preescolares como recurso educativo dentro del proyecto; se estableció

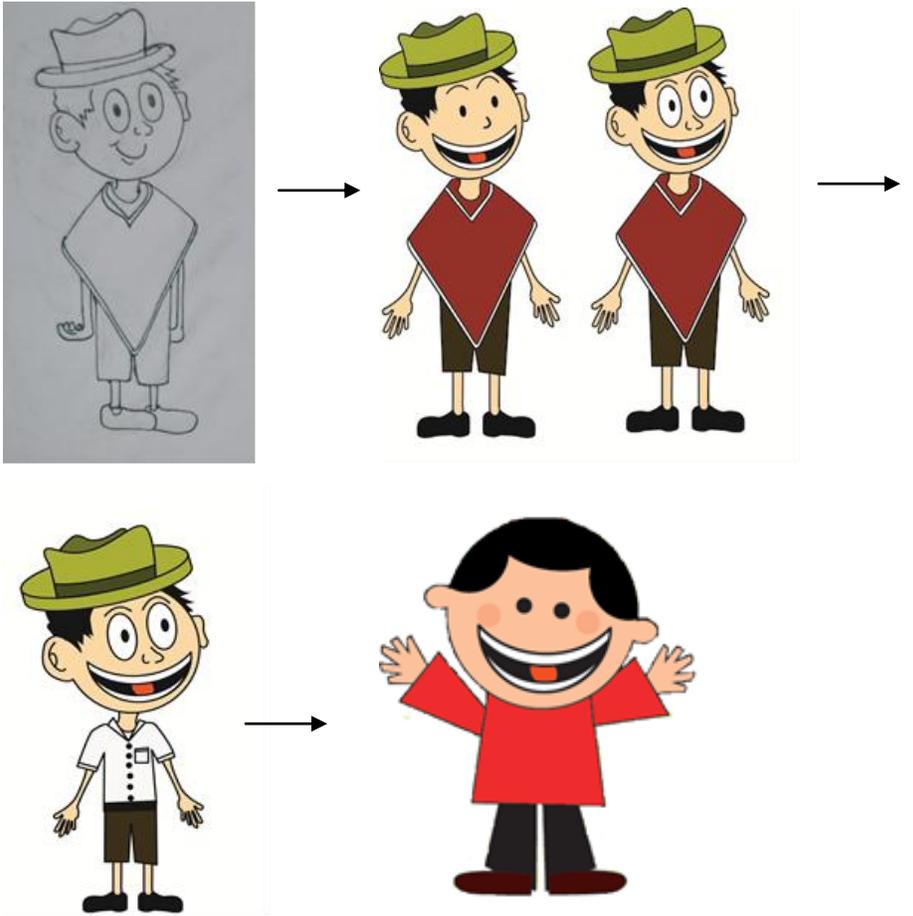
La importancia de rescatar la cultura a nivel local y nacional; por ende, se diseñaron los personajes de: “Anita”, al nombre Santa Ana de los cuatro ríos de Cuenca, “Julián”, por el recuerdo de Julián Matadero al río Tomebamba que en 1950 en meses lluviosos derrumbó una parte del puente del Vado, “Moti, el colibrí”, el nombre de Moti ya que en la ciudad de Cuenca es tradicional el consumo del mote, el colibrí es una ave pequeña radiante en la que todos estamos familiarizados; y “la tortuga George” en honor al solitario George de las Islas Galápagos ya que fue el último que existió de las especies de la tortuga gigante.

Evolución en el diseño de los personajes:

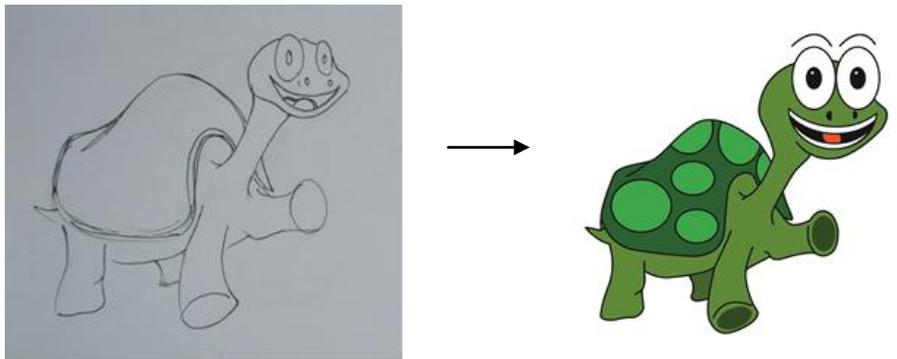
- Personaje Anita



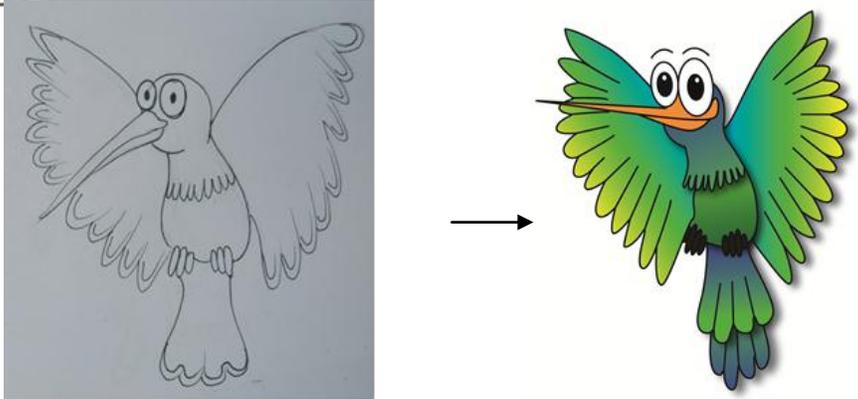
- Personaje Julián



- Personaje la tortuga George



- Personaje Moti el colibrí



Los materiales educativos audiovisuales elaborados se centraron en transmitir mensajes para la promoción de hábitos saludables de alimentación (consumo de agua, frutas y verduras) y actividad física; con el fin de concientizar sus actitudes, comportamientos y hábitos alimentarios mediante un aprendizaje significativo utilizando canciones infantiles, audio cuentos motores, cuentos pop-ups y audio cuentos (imágenes digitales con audio).

Elaboración de canciones

Para la elaboración de las canciones se inició redactando letras cortas, rítmicas relacionando los temas de promoción de hábitos saludables de alimentación y actividad física, ya que estudios demuestran que la música en los preescolares mejora la memoria verbal, la atención, la concentración y el lenguaje receptivo y expresivo, permitiendo un aprendizaje significativo en el niño (52).

Para la creación de las canciones se utilizó:

- Letra de las canciones
- Piano
- Programa para grabación de las pistas Audacity
- Programa para grabación y edición de la voz Adobe Audición 6.0

Elaboración de audio cuentos motores



La innovación de los cuentos motores como estrategia educativa parte de la característica de que el juego es una actividad propia del niño. Según Jean Piaget el niño experimenta su entorno y descubre movimientos mediante el juego, por lo cual estos audio cuentos motores fueron realizados para que el niño/a estimule la imaginación y a la vez realice actividad motriz, permitiéndole al niño/a ser el protagonista del relato (49,53).

Para la creación de los audios cuentos motores se utilizó:

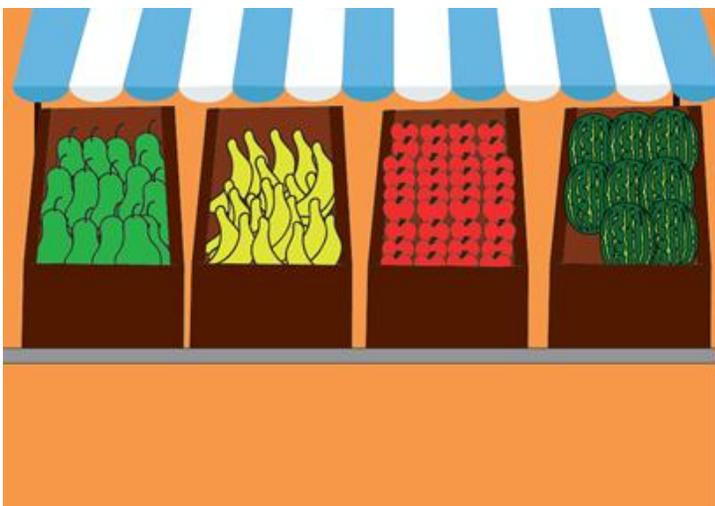
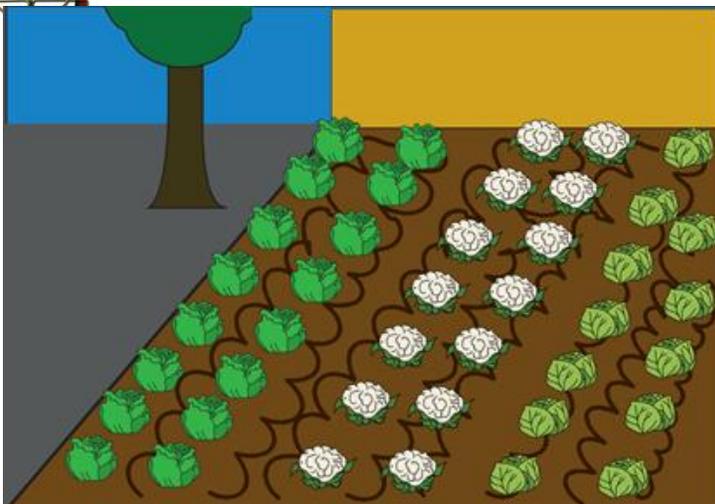
- Texto redactado
- Voces para los personajes
- Programa para grabación y edición de la voz Adobe Audición 6.0

Elaboración de cuentos pop-ups

Previo al diseño de los cuentos pop-ups, se definieron los personajes para la realización de las imágenes que representarían en cada escena y cada cuento.

Desde el punto de vista del público infantil, se ha establecido que los libros pop-ups generan sorpresa, interés y despiertan la curiosidad de los niños ya que dentro del ámbito educativo no son utilizados en actividades cotidianas (40). Se estableció en que su diseño sea estético, efectivo, interesante y pedagógico; debido a esto, se buscó a un diseñador gráfico para la realización de los libros pop-ups; y conjuntamente con él se definieron las siguientes pautas: el libro debe ser resistente, de fácil manipulación, cromática y textos cortos.

- Escenas para el diseño de los cuentos pop-ups





Para la elaboración de los libros pop-ups se utilizó los siguientes materiales:

- Programa para la edición de diseños Adobe Illustrator CC
- Tableta digital
- Imágenes impresas de las escenas y personajes de los cuentos
- Cartulina nirvana de 330gm
- Papel contac
- Papel catedral
- Cinta aislante
- Cemento de contacto
- Silicona
- Tijeras
- Goma

- **Elaboración de audio cuentos (imágenes digitales con audio)**

Se dio como opción a los educadores, la utilización de imágenes en digital con audio, que están relacionados a los cuentos pop-ups.



Para la elaboración de las imágenes con audio se utilizó los siguientes materiales:

- Programa para la edición de diseños Adobe Illustrator CC
- Tableta digital
- Voces para los personajes
- Programa para grabación y edición de la voz Adobe Audición 6.0

6.2.1 AUTORIZACIÓN

Estuvo autorizado por la Dra. Sandra Victoria Abril Ulloa directora del proyecto de investigación “Impacto de un plan de intervención en hábitos de alimentación, conducta alimentaria y actividad física, en la prevención de exceso de peso en preescolares” (anexo 3).

6.2.2 SUPERVISIÓN

Fue supervisado por la Lcda. Silvia Sempértegui directora de tesis y la Dra. Sandra Victoria Abril asesora de la tesis.

6.3 PLAN DE ANÁLISIS:

En este estudio las grabaciones de audio obtenidas del grupo focal se transcribieron en Microsoft Word. Esta información se codificó con el programa ATLAS.ti v7.5.7 en las siguientes categorías:

TEMA	CATEGORIAS
Estrategias audiovisuales para la promoción de hábitos de alimentación y actividad física.	Tipo
	Tiempo y frecuencia que utilizan
	Espacio físico que utilizan
	Requerimiento



Esta información permitió extraer conclusiones basadas en las orientaciones y temas de los datos principales que contribuyan a los objetivos de esta investigación.

6.4 ASPECTOS ÉTICOS:

El estudio se realizó considerando los principios éticos de la Declaración de Helsinki. Participaron ocho educadores de cada CMDI. Se garantizó la confidencialidad de los datos.



CAPÍTULO VII

7 RESULTADOS

Se revisó el Currículo de Educación Inicial 2014 y la planificación de los CDMI. En éstos se identificaron destrezas para la promoción de alimentación saludable solo en un mes, para la promoción de consumo de agua solo un mes y ninguno para promoción de actividad física como tal, sino más bien enfocado en el área motora gruesa. Por esta razón se estructuró una planificación mensual para ocho meses donde se incluyen actividades para promocionar consumo de frutas, verduras, agua y realización de actividad física. Para el diseño de la planificación del preescolar de inicial 2-subnivel 1 se consideraron los temas que abordan cada mes los profesores en los CMDI incluyendo estrategias audiovisuales como recursos educativos (anexo 2).

7.1 ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS DEL GRUPO FOCAL

7.1.1 IDENTIFICACIÓN DEL MATERIAL QUE DISPONEN LOS EDUCADORES DE LOS CMDI PARA LA PROMOCIÓN DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Este análisis cualitativo prioriza el uso y diseño de estrategias audiovisuales para los preescolares de 3 a 4 años en base a la promoción de hábitos de alimentación saludable y actividad física dentro de los CMDI de Cuenca.

- **Tipo de material audiovisual**

Los educadores manifiestan que el material audiovisual que utilizan para alimentación saludable y actividad física son los videos que obtienen del internet y que no tienen otro material audiovisual en el centro

“Utilizamos por ejemplo, al menos yo utilizo ohm... el internet más que todo, videos que se pueden... que bajo y puedo proyectarle dentro de lo que es audiovisual (...) entonces ahí hay unos videos de deportes, no me acuerdo en



dónde es, pero o sea si hay”.

“El mes que estábamos trabajando en los alimentos eh...en el mes utilice tal vez dos veces... audiovisuales...si...videos”

“Los videos adecuados, incluso actividad física hacen bailoterapia entonces les gusta a los niños viendo lo que hacen, mejor si está proyectado”.

“No...para tenerlo ahí como parte del centro no”.

- **Tiempo y frecuencia que utilizan el material audiovisual**

El material audiovisual para educar sobre alimentación saludable y actividad física que utilizan los educadores es un video con una duración corta de 8 a 10 minutos, indicando que máximo ven el video 30 minutos 1 vez al mes siempre y cuando esté considerada dentro de la planificación curricular, porque la atención del niño es corta.

“En mi centro una vez por mes (...) hacemos en la planificación, y eso... eso... eso eh más o menos eh vemos el video que sea no más de unos 30 minutos, entonces (...) digo exagerando porque la atención de los niños es corta”.

“Realmente inclusive de 10 minutos”

“Yo si utilicé la tele...a ver el mes que estábamos trabajando en los alimentos eh...en el mes utilice tal vez dos veces...audiovisuales...si...videos (...) corto 8 minutos, 8 a 10 minutos tal vez”.

- **Disponibilidad de espacio para el uso de material audiovisual**

Una educadora indica que en relación al espacio que disponen de los centros para utilizar material audiovisual dependerá de cada centro, especialmente para realizar actividades deportivas.

“Yo creo también que en centros depende de...del espacio físico que se tenga porque si no hay espacio físico no se puede realizar lo que son actividades



- **Facilidades para el uso del material audiovisual**

En relación a las facilidades para utilizar material audiovisual los educadores indican que tienen internet y además el material de proyección como televisión, proyector, DVD.

“Bueno...al menos en mi centro la facilidad que tenemos es que contamos con el internet para poder bajar los videos (...) y si tenemos los materiales de proyección...”

- **Dificultades para el uso del material audiovisual**

Los educadores de los preescolares indican que no tienen material audiovisual en los centros infantiles para enseñar temas de nutrición, por esta razón algunos utilizan videos de internet sin embargo no todos tienen facilidades y conocimientos para acceder a estos videos, y otros manifiestan que los videos disponibles no son adecuados para los niños de esta edad. Por otra parte también manifiestan que no hay interés en buscar videos en este tema.

“La dificultad a veces es... depende, depende de cada uno de las compañeras... el... el poder manejar, el poder utilizar la tecnología (...).eso es lo más difícil...bueno yo, yo puedo un poco más pero por ejemplo mis compañeras a veces están pataleando ahí porque no saben cómo bajar un DVD”

“A veces tengo que pedir ayuda a uno que me indique un poco (...) porque en realidad hay que ser realistas uno no entiende mucho”

“Decir tenemos material yo creo que no contamos con material así audiovisual”

“Hay varios videos pero no son los adecuados para los niños”

“Yo creo también que esta la falta de interés e importancia que le damos a este tema...”



• Requerimientos del material audiovisual

Los educadores manifiestan que para captar la atención de los niños se requieren proyectores en grande para ver videos y pizarras interactivas. Una educadora indica que sería importante que los videos sean adaptados a la cultura ecuatoriana. Sin embargo no manifiestan o detallan otro tipo de material audiovisual que requieran.

“Un proyector...digamos en grande ya”

“Yo, yo pienso que sería importante que adaptemos a nuestra cultura...porque son dibujos animados de otros países, que hasta el dialecto es diferente, entonces sí sería importante que empecemos desde lo nuestro, nuestros alimentos, nuestra manera de hablar, nuestras regiones, nuestra manera de vestirnos, que esos videos sean de acuerdo a nuestra cultura (...)”

“Las pizarras interactivas que se están dando ahora, entonces los niños ahí mismo en la pared lo hacen y todo, entonces es como para...son juegos... a los niños les gusta, como es en grande y se proyecta en las paredes, entonces ellos están también interactuando ahí y van tocando y se van dando cuenta...”

Posiblemente la falta de conocimiento en relación a la diversidad de materiales audiovisuales que existen, crea en los educadores que intervinieron en este estudio la idea de centrarse en los videos como único material audiovisual. Es por ello, que se ha analizado estrategias audiovisuales en base a las necesidades e intereses propios del preescolar de 3 a 4 años, dando así la elaboración propia de diversos materiales como parte de estrategias audiovisuales para el ámbito escolar de inicial 2-subnivel 1.

A continuación se consideró la necesidad de elaborar materiales audiovisuales acordes a la edad de 3 a 4 años, ya que el término audiovisual hace referencia a comunicar mensajes mediante técnicas auditivas, visuales o ambos a la vez, por ende se estructuró de la siguiente manera:



NOMBRE DEL PROYECTO	MES	RECURSO AUDIOVISUAL
Leo, aprendo y me divierto en mi escuelita. Juego con mi cuerpo	Octubre	<ul style="list-style-type: none">- Canción Anita y Julián en la cocina- Canción Julián come para estar saludable- Cuento pop- up Anita y Julián visitan el mercado- Audio cuento motor la tortuga George cosecha alimentos
Mi ciudad y mi barrio	Noviembre	<ul style="list-style-type: none">- Canción George y Moti salieron a pasear- Canción Anita y los sabores- Cuento pop-up Moti el colibrí- Audio cuento Anita y Julián visitan el mercado
Mi familia es un tesoro muy especial	Diciembre	<ul style="list-style-type: none">- Canción Moti el colibrí observa las frutas- Canción estoy saludable porque lavo las frutas- Cuento pop- up Anita tiene un huerto



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Comencemos con alegría y nuevos propósitos este nuevo año cuidando nuestra salud	Enero	<ul style="list-style-type: none">- Canción Julián ayuda en casa- Cuento pop-up Julián come verduras grandes y pequeñas- Audio cuento Anita tiene un huerto- Audio cuento motor sembrando con Julián
Mis tradiciones y afectos	Febrero	<ul style="list-style-type: none">- Audio cuento Moti el colibrí- Audio cuento motor Julián y su mascota
Yo soy parte de la naturaleza y por eso debo cuidarla	Marzo	<ul style="list-style-type: none">- Canción oficios que tiene mi linda ciudad- Canción Mi cuerpo- Cuento pop-up Julián esta saludable y Anita enferma- Audio cuento Julián esta saludable y Anita enferma- Audio cuento motor sembrando con Julián



<p>¡Que viva Cuenca!</p> <p>Que chévere es contar con muchos medios de transporte</p>	<p>Abril</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Canción Mueve tu cuerpo - Canción Yo como - Cuento pop-up Anita y Julián en las fiestas de Cuenca (opcional audio cuento Anita y Julián en las fiestas de Cuenca) - Audio cuento motor las rutinas de Anita y Julián
<p>El trabajo nos hace grandes.</p> <p>Demostremos nuestro afecto a mamá ahora y siempre</p>	<p>Mayo</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Canción El huerto de papá - Canción Ronda que están haciendo mis amigos - Audio cuento Julián come verduras grandes y pequeñas - Audio cuento motor llegando a la meta con George

7.2 ELABORACIÓN DE CANCIONES

Se elaboraron trece canciones para cada CMDI basados en el objetivo de este estudio (tabla I), tomando en cuenta: lenguaje sencillo, claridad del sonido, letras cortas y rimadas, melodías suaves y rítmicas.

Tabla I: Descripción de las canciones infantiles

Nombre de la canción	Temas	Alimentación	Público
		Actividad física	



UNIVERSIDAD DE CUENCA

	Agua	Objetivo
Anita y Julián en la cocina	<ul style="list-style-type: none"> - Alimentación saludable - Consumo de frutas 	Niños
Julián come para estar saludable	<ul style="list-style-type: none"> - Alimentación saludable - Consumo de frutas y verduras 	Niños
George y Moti salieron a pasear	<ul style="list-style-type: none"> - Actividad física - Promoción del consumo de agua 	Niños
Anita y los sabores	<ul style="list-style-type: none"> - Alimentación saludable - Consumo de frutas 	Niños
Moti el colibrí observa las frutas	<ul style="list-style-type: none"> - Alimentación saludable - Consumo de frutas 	Niños
Estoy saludable porque lavo las frutas	<ul style="list-style-type: none"> - Alimentación saludable - Recomendaciones para desinfectar las frutas - Consumo de frutas 	Niños
Julián ayuda en casa	<ul style="list-style-type: none"> - Alimentación saludable - Consumo de verduras 	
Oficios que tiene mi linda ciudad	<ul style="list-style-type: none"> - Identidad cultural 	Niños
Mi cuerpo	<ul style="list-style-type: none"> - Actividad física - Consumo de agua 	Niños
Mueve tu cuerpo	<ul style="list-style-type: none"> - Actividad física 	Niños
Yo como	<ul style="list-style-type: none"> - Alimentación saludable 	Niños



El huerto de papá	- Consumo de verduras	Niños
Ronda que están haciendo mis amigos	- Actividad física	Niños

Fuente: elaboración propia con base de la información "Validación de material educativo: estrategia sobre alimentación y actividad física en escuelas mexicanas".

Al educador se le entregó una guía con las letras de las canciones para su aplicación en el aula y las canciones infantiles se entregaron en un flash memory de 8GB.

7.3 ELABORACIÓN DE AUDIO CUENTOS MOTORES

Se elaboraron cinco audio cuentos motores para cada CMDI basados en actividades físicas (coordinación motriz y control corporal) y actividades de la vida diaria provocando una experiencia enriquecedora globalmente (tabla II), es por ello que se ha tomado en cuenta: identidad cultural, narración corta, pausado, cuento motor dirigido, sonidos de fondo, recursos espaciales y materiales accesibles que hay en el aula.

Tabla II: Descripción de los audio cuentos motores

Audio cuentos motores	Tema	Publico Objetivo
La tortuga George cosecha alimentos	Actividad física Recomendaciones del cultivo en el huerto	Niños
Julián y su mascota	Actividad física	Niños
Sembrando con Julián	Actividad física Recomendaciones de sembrar	Niños

Las rutinas de Anita y Julián	Actividades de la vida diaria	Niños
Llegando a la meta con George	Actividad física	Niños

Fuente: elaboración propia con base de la información "Validación de material educativo: estrategia sobre alimentación y actividad física en escuelas mexicanas".

Los audio cuentos motores se grabaron con diversas voces, sonidos espaciales, sonidos de fondo y pausas para su representación. Las actividades a realizarse y los materiales que se utilizan dentro de cada uno se especifican en una guía impresa que se entregó a los educadores para su utilización.

7.4 ELABORACIÓN DE CUENTOS POP-UPS

Se elaboraron 6 cuentos pop-ups para cada CMDI dando un total de 54 cuentos pop-ups.

Los cuentos pop-ups se diseñaron con el fin de lograr la concienciación en relación a la alimentación saludable y actividad física (tabla III), se tomó en cuenta: textos cortos y rimados, bocetación, diseño, ilustración, cromática y construcción del cuento pop up.

Tabla II: Descripción de los cuentos pop ups

Nombre del cuento	Tema central	Portada	Publico Objetivo
Anita y Julián visitan el mercado	<ul style="list-style-type: none"> Consumo de frutas 		Niños
Moti el Colibrí	<ul style="list-style-type: none"> Consumo de agua 		Niños

<p>Anita tiene un huerto</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cuidado de plantas • Consumo de verduras 		<p>Niños</p>
<p>Julián como verduras grandes y pequeñas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Diferenciación del tamaño y color • Consumo de verduras 		<p>Niños</p>
<p>Julián esta saludable y Anita enferma</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Causas y consecuencias por el consumo de alimentos no saludables • Beneficios de los alimentos saludables 		<p>Niños</p>
<p>Julián y Anita en las fiestas de Cuenca</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Identidad cultural • Recomendaciones en lugares públicos 		<p>Niños</p>

Fuente: elaboración propia con base de la información "Validación de material educativo: estrategia sobre alimentación y actividad física en escuelas mexicanas".

Las dimensiones en todos los cuentos pop-ups son iguales, lo que varía son las páginas de cada uno:

Portada: 32cm de largo, 22cm de ancho y 2cm de grosor

Página: 30cm de alto y 21cm de ancho

- **Anita y Julián visitan el mercado:** contiene 8 escenas
- **Moti el Colibrí:** contiene 5 escenas



- **Anita tiene un huerto:** contiene 6 escenas
- **Julián como verduras grandes y pequeñas:** contiene 5 escenas
- **Julián esta saludable y Anita enferma:** contiene 5 escenas
- **Julián y Anita en las fiestas de Cuenca:** contiene 5 escenas

Los cuentos pop ups se entregaron a los educadores.

7.5 ELABORACIÓN DE AUDIO CUENTOS (IMÁGENES DIGITALES CON AUDIO)

Los audio cuentos son el producto de los cuentos pop-ups que incluyen imágenes digitales y audio relacionado al texto del cuento con diversas voces. Este diseño audiovisual se estableció como una opción digital dentro del ámbito educativo para los preescolares.

Este material se anexó en el flash memory.



CAPÍTULO VIII

8 DISCUSIÓN

En la actualidad la población infantil a nivel mundial se enfrenta a un grave problema de salud pública como es el exceso de peso a temprana edad, debido principalmente al sedentarismo y a un elevado consumo de alimentos poco saludables, con una gran cantidad de grasas saturadas, azúcar y sal. La OMS plantea que la salud se crea y se vive diariamente dentro de su entorno, es por ello que se ha abordado la necesidad de educar en temas sobre alimentación saludable a los preescolares desde el ámbito educativo, priorizando materiales educativos audiovisuales ajustados al estadio del desarrollo (cognitivo, motriz, afectivo y social), permitiéndoles la oportunidad de reproducir y repetir nuevas experiencias, de modo que ésta adquisición se estabilice y se automatice, dando así una intervención más efectiva en alimentación saludable y actividad física; es por ello que los educadores son los principales protagonistas en la promoción y fomento de la salud en la comunidad educativa (54).

Dentro del Currículo de Educación Inicial se recomienda trabajar con materiales audiovisuales como canciones y cuentos, pero debido a la escasez a nivel cultural de los mismos en cuanto al tema de estilos de vida saludable, no se ha desarrollado una intervención acorde a las necesidades de los niños/as, por lo que dentro de este estudio podemos encontrar varias creaciones que ayudarán en el ámbito educativo a desarrollar íntegramente las capacidades del niño acorde a su desarrollo físico, emocional, cognitivo y cultural.

En este estudio se crearon materiales audiovisuales de acuerdo a las necesidades pedagógicas de los preescolares de 3 a 4 años de edad, con la finalidad de aprovechar al máximo su aprendizaje significativo a nivel educativo, social y cultural.



Debido a la posible falta de conocimiento de los educadores en relación a la gama de materiales audiovisuales que existen, se ha profundizado nuestro diseño de materiales audiovisuales, ya que netamente no son enfocados a videos, sino a imagen, sonido y ambos a la vez. La necesidad de buscar nuevos e innovadores materiales encaminados al desarrollo propio del niño, con el fin de que el niño aprenda de manera entretenida partiendo de la observación y experimentación; como señala Montessori cualquier material combinado con una actividad acorde a su edad que sea repetitivo y que llamen su atención e interés le estimula al niño un aprendizaje de manera subconsciente (35). Dando así a la elaboración de trece canciones, seis cuentos pop-ups, imágenes digitales con audio relacionados a los cuentos pop-ups y cinco audio cuentos motores encaminados a la promoción de hábitos de alimentación saludable (consumo de frutas, verduras y agua) y la práctica de actividad física.

Un estudio de México, concuerda con nuestro diseño ya que busca la aceptación de estrategias educativas que sean atractivas, que transmitan mensajes claros y adecuados ajustándose por completo a las preferencias, necesidades pedagógicas y enfoque cultural; con el fin de impulsar cambios en la modificación de conocimientos, actitudes y comportamientos en los niños relacionados a la alimentación saludable y actividad física (55), la diferencia radica en la innovación de materiales propios dentro del Ecuador ya que no se han encontrado estudios como referencias para hacer comparaciones con los resultados obtenidos, lo cual es una de las fortalezas y aportes de este estudio.

El estudio de Panamá (Bejarano, 2015), aporta la importancia de la pertinencia cultural dentro del ámbito educativo, siendo un reto pedagógico sustentado en los derechos de los niños y niñas de cualquier cultura (derecho al juego, a la alegría, a su lengua materna y a su identidad), valorando y profundizando los elementos propios de cada cultura. Según Vigotsky (1896-1934) menciona que el juego simbólico en grupo actúa como una manera infantil de participar en la cultura y de



crear cultura (56).

Este estudio abordó la importancia de rescatar la identidad cultural de Cuenca mediante el diseño de personajes animados y el recuerdo de la tortuga George del Ecuador, dentro de: canciones, audio cuentos motores y libros pop-up con opción del uso de imágenes en digital con audio relacionados a los cuentos pop-ups; enfocados en el consumo de agua, frutas, verduras y la realización de actividad física.

Las canciones que se han utilizado en este estudio se han escrito exclusivamente para los niños de 3 a 4 años, tomando en cuenta sus características evolutivas, y al mismo tiempo expresando las ideas del tema a tratarse, la música orientada hacia los niños desde edades tempranas favorecen la memoria, atención, concentración, tal como indica el estudio realizado en Colombia, el cual expresa los beneficios que brinda la instrucción musical permitiendo una relación entre procesos físicos y psicológicos para desarrollar diferentes habilidades como la relación espacial, lateralidad, memoria, concentración, ritmo, discriminación auditiva. Así mismo se da importancia a otros aspectos como la organización del espacio, disposición de materiales, dinámica del ambiente, con los cuales se pueden asegurar un alto nivel de aprendizaje (43).

Un estudio de México señala que el cuento popular y el juego motor son instrumentos formativos-didácticos fundamentales a nivel educativo; ya que son herramientas de aprendizaje natural, motivador y significativo para el niño, constituyendo a su vez un vehículo para un aprendizaje integral tanto a nivel cognitivo (intelectual y afectivo), social y motriz, ya que su diseño y elaboración de materiales que comprendan herramientas pedagógicas que tienen como base el cuerpo y el movimiento (juego, canciones motrices, cuentos motores) ha permitido en el niño un enorme interés, motivación y emoción en las actividades propuestas permitiéndole inventar situaciones, personajes, fantasías y llevarlos a cabo mediante la práctica motriz y el juego (57). El diseño de los audio cuentos motores



fueron enfocados en crear historias imaginativas basadas a nivel cultural que provocan al niño interés, fantasía, intriga y motivación para su formación integral y su concientización en tener un estilo de vida activa y saludable.

En este estudio se ha optado por innovar en el ámbito educativo, realizando materiales acorde a las necesidades e intereses de los educadores y los niños/as de los CMDI de Cuenca, por lo que se realizó los cuentos pop up, diseñados para los niños/as de 3 a 4 años, para alcanzar mayor concentración y entendimiento. Este tipo de material brinda un gran beneficio a la hora de transmitir las enseñanzas a los niños/as ya que por medio de estos libros interactivos, se puede leer, jugar, conceptualizar y educar coincidiendo con el estudio realizado en Murcia el cual indica como un libro interactivo en este caso pop up cambia y amplía el espectro de comunicación, creando así nuevos hábitos de lectura, lo cual será beneficioso para los niños de temprana edad, los mismos que crecerán con un hábito nuevo de aprendizaje por medio de interacción con el cuento (40).



CAPÍTULO IX

9 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

9.1 CONCLUSIONES

- La investigación de la información es directa en el ámbito del preescolar con el educador, ya que él es el eje principal para la integridad del niño dentro del proceso enseñanza-aprendizaje.
- En los CMDI de Cuenca hay escasos materiales educativos audiovisuales en relación a la promoción de adecuados estilos de vida en alimentación y actividad física.
- En el ámbito preescolar no se utiliza cuentos en relación a la promoción de estilos de vida saludable.
- Un apropiado diseño de materiales audiovisuales relacionados a la promoción de hábitos de alimentación saludable y la práctica de actividad física, concientiza al niño desde una temprana edad adquirir la conducta de alimentación sana y la práctica de actividad física en la vida cotidiana.
- Los materiales audiovisuales pedagógicos como estrategias audiovisuales en el ámbito educativo facilita el aprendizaje significativo del niño, concientizando su adecuado estilo de vida, ya que el niño aprende con mayor facilidad los temas a abordar.
- Los materiales audiovisuales diseñados permitieron abordar temas característicos del entorno cultural cuencano.
- El educador es el principal protagonista en la educación de los niños/as y es por ello que debe incentivar un estilo de vida sano, con el uso de materiales ajustados y atractivos para el preescolar.
- La guía del educador le permitirá optimizar la enseñanza–aprendizaje en el



niño en el ámbito de nivel inicial.

9.2 RECOMENDACIONES

- Implementar nuevas estrategias audiovisuales pedagógicas, ya que estas le permiten al niño adquirir nuevos conocimientos de manera fácil y efectiva para su desarrollo integral.
- El educador como eje principal dentro del ámbito educativo, es el responsable en elaborar nuevas estrategias metodológicas, de manera que el niño lo adquiera de manera inconsciente durante su aprendizaje.
- Continuar utilizando este material para garantizar su efectividad en el ámbito educativo de inicial 2 – subnivel 1 (edad de 3 a 4 años).
- Debido al escaso material audiovisual en relación a la alimentación y actividad física dentro del ámbito cultural, se podría incorporar estas estrategias como recurso educativo dentro de las planificaciones.



CAPÍTULO X

10 BIBLIOGRAFÍA

10.1 REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. OMS: Organización Mundial de la Salud. Sobrepeso y obesidad infantiles. 2016 [citado 30 de julio de 2016]. Disponible en: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/es/>
2. Freire WB., Ramírez-Luzuriaga MJ., Belmont P., Mendieta MJ., Silva-Jaramillo MK., Romero N., Sáenz K., Piñeiros P., Gómez LF., Monge R. Tomo I: Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de la población ecuatoriana de cero a cincuenta y nueve años. ENSANUT-ECU 2012. Ministerio de Salud Pública/Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. Quito-Ecuador. 2014 [citado 30 de julio de 2016]. Disponible en: http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/ENSANUT/MSP_ENSANUT-ECU_06-10-2014.pdf
3. Cubero J., Cañada F., Costillo E., Franco L., Calderón A., Santos AL., et al. La alimentación preescolar, educación para la salud de los 2 a los 6 años. *Enferme Glob.* 2012 [citado 26 de mayo de 2016];11(27):337-345. Disponible en: <http://revistas.um.es/eglobal/article/view/139041>
4. Ministerio de Educación. Guía Metodológica para la implementación del currículo de Educación Inicial. Quito-Ecuador. 2014 [citado 30 de julio de 2016]. Disponible en: <http://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2015/05/Guia-Implementacion-del-curriculo.pdf>
5. Ministerio de Educación. Currículo Educación Inicial 2014. Quito-Ecuador. 2014 [citado 28 de junio de 2016]. Disponible en: <https://drive.google.com/file/d/0B223t8TORbbQeHlvQW9nRmNuVGc/edit>
6. Berrio N. La música y el desarrollo cognitivo. *UNACIENCIA Rev Estud e Investig.* 2011;(7):14-23.
7. Fretes G, Salinas J, Vio F. Efecto de una intervención educativa sobre el consumo de frutas, verduras y pescado en familias de niños preescolares y escolares. *Arch Latinoam Nutr.* 2013;63(1):37-45.
8. Macias A, Gordillo L, Camacho E. Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *Rev Chil Nutr.* 2012;39(3):40-43.
9. Ministerio de Educación. Guía para la elaboración y uso de recursos



- didácticos para Educación Inicial. Quito-Ecuador. [citado 17 de agosto de 2016]. Disponible en: http://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2013/10/Guia_elaboracion_y_uso_recursos_didacticos_ed_ini_021013.pdf
10. OMS: Organización Mundial de la Salud. Obesidad y sobrepeso. 2016 [citado 28 de junio de 2016]. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>
 11. INEC: Instituto Nacional de Estadística y Censos. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición se presenta este miércoles. Quito-Ecuador. 2013 [citado 28 de junio de 2016]. Disponible en: <http://www.ecuadorencifras.gob.ec/encuesta-nacional-de-salud-y-nutricion-se-presenta-este-miercoles/>
 12. Rodríguez MC., Romero JAG., Guerrero JMM. Hábitos alimentarios y de actividad física en escolares de la provincia de Granada. NURE Investig. 2013;10(67):aprox. 8.
 13. OMS: Organización Mundial de la Salud. Actividad física. 2016 [citado 2 de julio de 2016]. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/es/>
 14. Ministerio de Educación y Ciencia, Ministerio de Sanidad y Consumo. Actividad Física y Salud en la Infancia y la Adolescencia. España [citado 2 de julio de 2016]. Disponible en: <http://www.msssi.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adultos/actiFisica/docs/ActividadFisicaSaludEspanol.pdf>
 15. KidsHealth. Los niños y el ejercicio. [citado 2 de julio de 2016]. Disponible en: <http://kidshealth.org/es/parents/exercise-esp.html#>
 16. Guillén JC. Neuroplasticidad, un nuevo paradigma para la educación. Escuela con cerebro. [citado 28 de junio de 2016]. Disponible en: <https://escuelaconcerebro.wordpress.com/2012/10/04/neuroplasticidad-un-nuevo-paradigma-para-la-educacion/>
 17. Blanco FM. Arte de la Salud su cultivo con niños y niñas preescolares. Rev Electron Red Durango Investig Educ Prax Investig ReDIE. 2015;7(12):42-53.
 18. Salinas J., Gonzáles C., Fretes G., Montenegro E., Vio del R F. Bases teóricas y metodológicas para un programa de educación en alimentación saludable en escuelas. Rev Chil Nutr. 2014;41(4):343-350.
 19. De la Cruz Sánchez EE. La educación alimentaria y nutricional en el contexto de la educación inicial. Paradigma. 2015;36(1):161-183.



20. Ministerio de Educación. Diseño Curricular para el nivel de Educación Inicial. Bolivia. [citado 24 de julio de 2016]. Disponible en: http://www.oei.es/linea3/Educacion_Inicial_Bolivia.pdf
21. Ministerio de Educación. Currículo de Educación Inicial. Quito-Ecuador. 2014 [citado 28 de junio de 2016]. Disponible en: <https://drive.google.com/file/d/0B7DyA506R3jxbFizR2hlcklwSXM/edit>
22. Navas DC. Desarrollo cognitivo, sensorial, motor y psicomotor en la infancia. 1ra ed. Málaga-España: Innovación y cualificación.; 2013. 456 p.
23. López L. Desarrollo cognitivo y motor. 1ra ed. Madrid-España: Paraninfo; 2011. 164 p.
24. CDC: Centros para el Control y Prevención de Enfermedades. Indicadores importantes: Su hijo de 3 años. USA. 2014 [citado 29 de junio de 2016]. Disponible en: <http://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/actearly/milestones/milestones-3yr.html>
25. Ordoñez M., Tinajero A. Estimulación temprana: inteligencia emocional y cognitiva. El niño de 3 a 4 años. Cultural. Madrid-España: Cultural; 2008. 337-387.
26. López J. La práctica pedagógica de las tecnologías de la información y la comunicación y su relación con los enfoques constructivistas. REICE Rev Electrónica Iberoam sobre Calid Efic Cambio en Educ. 2012;10(1):58-73.
27. Parrat-Dayán S., Piaget J. Esencia y trascendencia de la obra de Jean Piaget (1896-1980). Persona. 2015;(15):213-24.
28. Fuentes R., Gamboa J., Morales K., Retamal N. Jean Piaget, aportes a la educación del desarrollo del juicio moral para el siglo XX. 2012 [citado 29 de junio de 2016]; (1): 55-69. Disponible en: <http://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/34351926/01-piaget.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAJ56TQJRTWSMTNPEA&Expires=1467219331&Signature=GC%2Fi%2FIUfR%2Ft8N8BVn9ccteWvtKQ%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3D01-piaget.pdf>
29. Giraldo M., Gómez M., Klimenko O. Acercamiento a un programa de fortalecimiento de habilidades sociales en la etapa preoperacional a través del juego simbólico. Psicoespacios Rev Virtual Inst Univ Envigado. 2015;9(14):161-196.
30. Lorenzo C. Jean Piaget y su influencia en la pedagogía. [citado 29 de junio de 2016]. Disponible en: http://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/39985306/Jean_Piaget.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAJ56TQJRTWSMTNPEA&Expires=1467220159&Si



signature=dk6SVGrcs7zORBtBFnUX1Om6Ssg%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DJean_Piaget.pdf

31. Moreira MA. ¿Al final, qué es aprendizaje significativo? *Qurrriculum Rev Teoría Investig Práctica Educ.* 2012;(25):29-56.
32. Cuevas R., Feliciano A., Miranda A., Catalán A. Corrientes teóricas sobre aprendizaje combinado en la educación. *Rev Iberamericana Cienc.* 2015;2(1):75-84.
33. Ricupero S. *Diseño gráfico en el aula: guía de trabajos prácticos.* 1a ed. Buenos Aires-Argentina. Nobuko; 2007. 125 p.
34. *Psicología del color. Colores Psicológicos.* 2013 [citado 16 de julio de 2016]. Disponible en: <http://www.psicologiadelcolor.es/colores-psicologicos/>
35. Castillo M., Ventura K., Camacho C. Programa de uso del material didáctico basado en el método Montessori para desarrollar las Rutas de Aprendizaje del área de Matemática en los niños de 3 años «B» de la I.E.P. Rafael Narváez Cadenillas, en la ciudad de Trujillo, en el año 2013. *Perspect en Prim Infancia.* 2013 [citado 1 de julio de 2016];2(1):aprox. 38p. Disponible en: <http://revistas.unitru.edu.pe/index.php/PET/article/view/410>
36. Manrique A., Gallego A. El material didáctico para la construcción de aprendizajes significativos. *Rev Colomb Cienc Soc.* 2013;4(1):101-108.
37. *Herramienta de Conocimiento. Audiovisual.* 2013 [citado 2 de julio de 2016]. Disponible en: http://kmtoolkit-external.fomin.org/index_esp.html
38. *Biblioteca UJI. Los materiales audiovisuales en la enseñanza y el aprendizaje.* 2015 [citado 7 de julio de 2016]. Disponible en: <http://blogs.uji.es/bibliotecauji/los-materiales-audiovisuales-en-la-ensenanza-y-el-aprendizaje/>
39. Verardo M., Kornblit AL., Beltramino F., Ortiz Z. Medios audiovisuales e investigación social. *Questión.* 2015 [citado 29 de junio de 2016];(48):199-216. Disponible en: <http://hdl.handle.net/10915/50678>
40. Palomares M. La Realidad Aumentada en la comunicación literaria. El caso de los libros interactivos. *Ens Rev Fac Educ Albacete.* 2014;29(2):79-94.
41. Mendoza D., Marín I., Tirado R. Recurso audiovisual PAA enseñar y aprender en el aula: análisis y propuesta de un modelo formativo. *REFCaIE Rev Electrónica Form Calid Educ.* 2015;3(2):33-46.
42. Ambrós A., Breu R. 10 Ideas Clave Educar en medios de comunicación: La



educación mediática. 1ra ed. Barcelona: Grao; 2011. 230 p.

43. Díaz M., Morales R., Díaz W. La música como recurso pedagógico en la edad preescolar. *Infancias Imágenes*. 2014;13(1):102-108.
44. Hidalgo M. La música y la tv a la luz de la neurociencia, aplicadas a la jornada diaria en la etapa preescolar. *UNAVISION Rev Cent Local Carabobo-Univ Nac Abierta-Venezuela*. 2012;1:103-108.
45. Pérez-Aldeguer S. La música como herramienta para desarrollar la competencia intercultural en el aula. *Perfiles Educ*. 2014;36(145):175-187.
46. Hernández JR., Hernández JA., Moya M. Las bandas sonoras como base de la audición activa: experiencias educativas para el desarrollo musical infantil. *Ens Rev Fac Educ Albacete*. 2011;(26):165-78.
47. García E. El cuento motor, el cuento movido. *Rev Digit*. 2011 [citado 30 de junio de 2016];16(155). Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd155/el-cuento-motor-el-cuento-movido.htm>
48. Iglesia J. Los cuentos motores como herramienta pedagógica para la educación infantil y primaria. *Rev ICONO14 Rev Científica Comun Tecnol Emerg*. 2012;6(1):96-111.
49. Otones R., López V. Un programa de cuentos motores para trabajar la motricidad en educación infantil. *Peonza Rev Educ Física para Paz*. 2014;(9):27-44.
50. Camargo Á. Libros pop-ups: vista histórica desde la ilustración infantil en Colombia. 2014 [citado 30 de junio de 2016];12(1):43-48. Disponible en: <http://repositorio.uac.edu.co/handle/11619/1097>
51. Ramos R., Ramos A. Cruce de lecturas y ecoalfabetización en libros pop-up para la infancia. *Ocnos Rev Estud Sobre Lect*. 2014;(12):7-24.
52. Herrera L, Hernández-Candelas M, Lorenzo O, Ropp C. Influencia del entrenamiento musical en el desarrollo cognitivo y lingüístico de niños de 3 a 4 años. *Rev Psicodidáct*. 2014;19(2):367-86.
53. Psicoblogía - Blog de una licenciada en psicología. Clasificación de juegos según Piaget. 2010 [citado 12 de julio de 2016]. Disponible en: <http://psicobloga.blogspot.com/2010/06/clasificacion-de-juegos-segun-piaget.html>
54. Correa F., Salinas J., Vio F. Desafíos para una estrategia participativa de educación en alimentación y nutrición con uso de TICs. *Nuevas Ideas En*



Informática, TISE. 2012;313-319.

55. Shamah-Levy T., Shamah-Levy T., Escalante E., Jiménez A. Validación de material educativo: estrategia sobre alimentación y actividad física en escuelas mexicanas. *Rev Esp Comun en Salud*. 2012;3(2):96-109.
56. Bejarano G. Jugar y contar historias en lenguaje propio. Juguetes artesanales con pertinencia cultural y libros de cuento bilingües. *RELAdEI Rev Latinoam Educ Infant*. 2015;4(3):43-60.
57. Padial R., Sáenz-López P. Los cuentos populares/tradicionales en educación infantil: una propuesta a través del juego. *Rev Educ Mot e Investig*. 2013;(2):32-47.



CAPÍTULO XI

11 ANEXOS

ANEXO 1



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
ESCUELA DE TECNOLOGÍA MÉDICA
CARRERA DE ESTIMULACIÓN TEMPRANA EN SALUD

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Nosotras, Ana Carabajo Sinchi y Karla Olalla egresadas de la carrera de Estimulación Temprana en Salud, estamos realizando nuestro proyecto de investigación con el tema "Estrategias audiovisuales para la promoción de hábitos saludables de alimentación y actividad física en preescolares de los Centros Municipales de Desarrollo Infantil de Cuenca. 2016"

Nosotras, Ana Lucía Carabajo Sinchi con CI 0105362859 y Karla Dennisse Olalla con CI 0105388789 previo a la obtención del título de licenciadas en Estimulación Temprana en Salud, pretendemos crear estrategias audiovisuales que promuevan y faciliten el aprendizaje de hábitos saludables de alimentación y actividad física en preescolares.

Este estudio necesitará la participación de usted educador/a de inicial 2 subnivel 1 (3 a 4 años) de los 9 CMDI de la ciudad de Cuenca. El tiempo requerido para este estudio es de seis meses, de los cuales la intervención y recolección de los datos se realizará en un periodo de un mes.

El estudio consiste en realizar una sesión con una duración máxima de 2 horas de grupo focal con los docentes de los 9 CMDI de inicial 2 subnivel 1, utilizando una guía preestablecida relacionada a las estrategias audiovisuales siendo registrado en grabaciones de audio, para tener información acerca a la elaboración de los materiales requeridos.

Este proyecto de investigación no presentará ningún riesgo físico ni emocional al contrario los resultados que se obtendrán con este estudio serán beneficiosos ya que facilitará el aprendizaje de un estilo de vida saludable además, que los materiales audiovisuales serán un recurso de la guía del proyecto "***Impacto de un plan de intervención en hábitos de alimentación, conducta alimentaria y actividad física, en la prevención de exceso de peso en preescolares***"

Nuestro estudio no tendrá ningún costo para los participantes. La información que usted nos proporcione, será utilizada para obtener los datos necesarios para la investigación propuesta.

Si usted desea ingresar al estudio aceptará voluntariamente este Consentimiento informado

Yo _____ profesional del centro: _____,
de Inicial 2-subnivel 1, libremente y sin ninguna presión acepto participar en este estudio.

Estoy de acuerdo con la información que he recibido.

Firma de el/la profesional

*Contactos en caso de requerir información adicional o sugerencias: Ana Carabajo Cel. 0959208739. Correo electrónico: ana.carabajo@hotmail.com



**UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
ESCUELA DE TECNOLOGÍA MÉDICA
CARRERA DE ESTIMULACIÓN TEMPRANA EN SALUD**

**ESTRATEGIAS AUDIOVISUALES PARA LA PROMOCIÓN DE HÁBITOS
SALUDABLES DE ALIMENTACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA EN
PREESCOLARES DE LOS CENTROS MUNICIPALES DE DESARROLLO
INFANTIL DE CUENCA. 2016**

GUIA PARA GRUPO FOCAL

1. ¿Qué material audiovisual tienen para promover hábitos saludables de alimentación y actividad física (cuentos, canciones)?
2. ¿Qué tiempo y con qué frecuencia utilizan los materiales audiovisuales para promover hábitos saludables de alimentación y actividad física?
3. ¿Qué facilidades (espacio, disponibilidad de material) tienen para utilizar el material audiovisual para promover hábitos saludables de alimentación y actividad física?
4. ¿Qué dificultades (espacio, disponibilidad de material) tienen para utilizar el material audiovisual para promover hábitos saludables de alimentación y actividad física?
5. ¿Con qué materiales audiovisuales les gustaría trabajar idealmente para la promoción de estilos de vida saludable?



ANEXO 3

AUTORIZACIÓN

Cuenca, 01 de Marzo 2016

Dra. Lourdes Huiracocha Tutivén

DECANA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS DE LA UNIVERSIDAD DE CUENCA

CIUDAD

De mi consideración:

Luego de extender un cordial saludo, por medio de la presente comunico a usted que dentro del proyecto ***“Impacto de un plan de intervención en hábitos de alimentación, conducta alimentaria y actividad física, en la prevención de exceso de peso en preescolares”*** que cuenta con el aval académico de la Facultad de Ciencias Médicas y financiado por la Dirección de Investigación de la Universidad de Cuenca (DIUC) participaran cuatro estudiantes de la carrera de Estimulación Temprana en Salud, de la Escuela de Tecnología Médica dentro de la Facultad de Ciencias Médicas a su digno cargo realizando dos tesis que se detalla a continuación su tema:

1. **ESTRATEGIAS EDUCATIVAS LÚDICAS PARA LA PROMOCIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES DE ALIMENTACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA EN PREESCOLARES DE LOS CENTROS MUNICIPALES DE DESARROLLO INFANTIL DE CUENCA 2016.** Que realizara Tania Calle García e Inés Bravo Navarro
2. **ESTRATEGIAS AUDIOVISUALES PARA LA PROMOCIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES DE ALIMENTACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA EN PREESCOLARES DE LOS CENTROS MUNICIPALES DE DESARROLLO INFANTIL DE CUENCA 2016.** Que realizara Ana Carabajo Sinchi y Denisse Olalla Contreras

Por su gentil atención que se dignó a dar a la presente anticipo mi agradecimiento y suscribo de usted.

Atentamente:

Dra. Victoria Abril
Directora del Proyecto

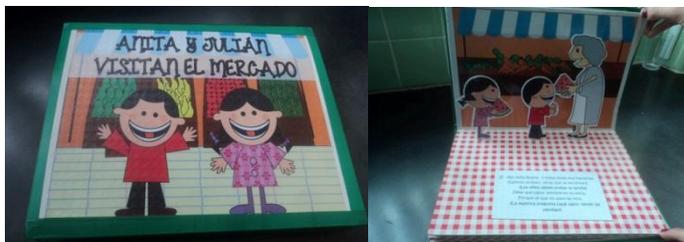
ANEXO 4

FOTOS

- Diseño de los cuentos pop-ups









UNIVERSIDAD DE CUENCA

- Entrega del material diseñado para los CMDI de inicial 2 subnivel 1, dentro del proyecto de la DIUC de la Universidad de Cuenca





UNIVERSIDAD DE CUENCA



TOTORACOCHA



SOL DE TALENTOS



EL CÓNDROR



EL CÓNDROR



EL CÓNDROR



SAN BLAS



SAN BLAS