

Una aventura alimenticia



María Fernanda Castro Jaimés
Proyecto Avanzado de Diseño de
Comunicación Visual

2021





Pontificia Universidad
JAVERIANA
Cali



Proyecto Avanzado de Diseño de Comunicación Visual
María Fernanda Castro Jaimes

Énfasis: Diseño editorial y Diseño de identidad corporativa y marca

Asesora: María del Pilar Alzate Castaño
Diseño de Comunicación Visual
Pontificia Universidad Javeriana Cali

Agradecimientos

Quiero agradecer a mi familia por haberme apoyado desde muy pequeña a cumplir mis aspiraciones y sueños, y por haberme dado la oportunidad de estudiar esta maravillosa carrera.

A mi asesora María del Pilar Alzate por guiarme y ayudarme a lo largo de este proceso, por brindarme su conocimiento, por darme buenos consejos y siempre tener una energía muy positiva.

También quiero agradecer a Juan Carlos Zuleta y a Angélica Arias por ser tan incondicionales, por su constante presencia, por todo lo que han aportado en mi proyecto, en mi carrera y en mi vida. Finalmente, a Santiago Martínez, por trabajar conmigo en la mayoría de la carrera, por haberse convertido en mi compañero y mi amigo.

Índice

Tema

Introducción

Objetivos

Justificación

Planteamiento del problema

Marco de referencia

Usuario

Aliados

Metodología

Aportando energía: El desayuno (Fase Analítica)

Activando el metabolismo: El almuerzo (Fase Creativa)

Concluyendo el día: La cena (Fase Ejecutiva)

Recomendaciones

Referencias

Anexos



Introducción

“Las alteraciones en las conductas alimentarias en los primeros años de vida se pueden traducir en un retraso del crecimiento, aversiones alimentarias y dificultades secundarias en la convivencia familiar” (Domínguez Fermin, 2014, p. 2), es decir, los padres son el modelo a seguir y son los que determinan las reglas, por lo cual, lo que suceda en el núcleo familiar va a intervenir con los diferentes procesos de los niños y los va a afectar o beneficiar.

Según el reportaje documental ¿Niños inteligentes? los niños y los medios digitales realizado por Raphaël Hitier para Deutsche Welle (2021), cuando los niños pequeños aprenden a través de la interacción en el mundo real, la activación de la corteza parietal frontal, área que controla los procesos cognitivos como movimientos, comportamientos y conductas; es mayor que cuando interactúa con un medio tecnológico, por lo tanto, el rendimiento del aprendizaje con una pantalla disminuye aproximadamente un 50 % en comparación con una interacción real, a esta diferencia se le denomina déficit de transferencia.

Dicho de esta forma, un niño menor de dos años no puede trasladar a la vida real lo que observa en una pantalla, puesto que la actividad cerebral durante una actividad con un dispositivo electrónico, no estimula la región cerebral responsable del

aprendizaje de la misma forma que una demostración en vivo.

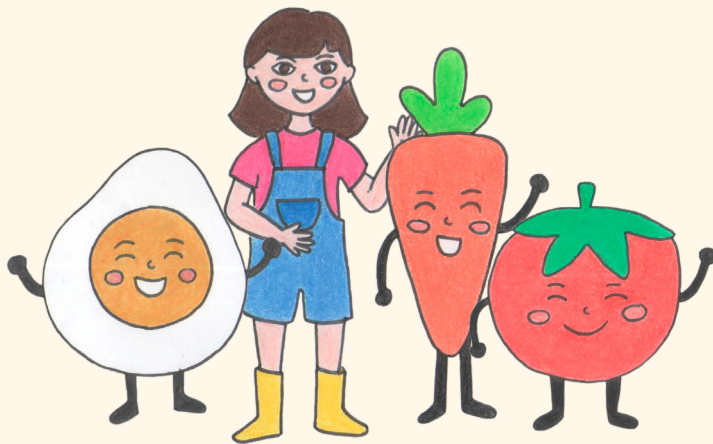
Por consiguiente, el tiempo que los niños pasan delante de una pantalla es tiempo perdido, debido a que está malgastando el poco tiempo que mantiene despierto disminuyendo su aprendizaje cognitivo y provocando alteraciones en su desarrollo posterior. Además de reconocer que la recomendación oficial de la mayoría de las instituciones científicas y médicas de todo el mundo, es que los niños menores de dos o tres años no utilicen pantallas, y desde los 5 o 6 años aconsejan limitar la duración a una hora al día, preferiblemente con un adulto y no durante las comidas, ni antes de dormir.

En vista de esto, Una Aventura Alimenticia es un proyecto de Diseño de Comunicación Visual, que busca generar bienestar físico y psicológico en los niños a través de herramientas pedagógicas, evitando las distracciones tecnológicas, además de tener intenciones de educar a la familia con mejores hábitos en la alimentación.

Este documento contiene información respecto a la alimentación infantil y las consecuencias del uso de dispositivos electrónicos en niños pequeños, hábitos y actos para realizar en familia y para fomentar un buen desarrollo físico y mental de los niños.

Tema

Distracciones tecnológicas durante la alimentación de los niños.



Objetivos



General

Generar bienestar físico y psicológico en los niños a través de herramientas pedagógicas, evitando las distracciones tecnológicas durante su alimentación.

Específicos

- Identificar cuáles son las motivaciones de los cuidadores al utilizar artefactos tecnológicos como distractores durante la alimentación de los niños.
- Sensibilizar a las familias sobre los riesgos del uso de dispositivos electrónicos en el momento de la alimentación de los niños.
- Generar espacios de construcción personal en el entorno familiar con herramientas pedagógicas evitando el uso de los dispositivos electrónicos.



Justificación

La alimentación es un acto vital que consiste en proveerse de alimentos para satisfacer necesidades, obtener nutrientes, conseguir energía, poder desarrollarse y subsistir. Por esto es tan importante para los seres humanos en las primeras etapas del desarrollo, específicamente en la infancia. Una buena alimentación en esta etapa inicial garantiza que el desarrollo físico, mental y social sea óptimo, además repercutirá en su estado de salud futuro. La alimentación del lactante o del niño pequeño es fundamental para mejorar la supervivencia infantil, fomentar un crecimiento y desarrollo saludables; en los dos primeros años de la vida del niño una nutrición óptima durante este periodo reduce la morbilidad, la mortalidad, así como el riesgo de enfermedades crónicas, y mejora el desarrollo general (Organización Mundial de la Salud, 2018).

Debido a esto, para muchos padres es un motivo de angustia y preocupación el hecho de que su hijo tenga conductas que afecten su nutrición, por ende, recurren a diferentes maneras de atraer la atención del niño sobre lo que va a consumir, pero desde una perspectiva adulta que deja de lado lo que podría beneficiarlo o afectarlo. Por ejemplo, el entorno y las ocupaciones de los padres pueden interferir en este proceso, factores como el tiempo delimitan la disposición y la atención, es decir, se busca la manera más rápida para lograr que consuma los alimentos en su totalidad.



Una forma ágil y dinámica de llamar la atención de un niño, independientemente de su edad, son los teléfonos celulares. Estos dispositivos se han hecho presentes y casi necesarios para la comunicación, el trabajo, los negocios, la educación, por esta razón es muy fácil que cualquier persona tenga un celular. A su vez, los niños también se han mostrado muy curiosos sobre diversos dispositivos tecnológicos, tales como el teléfono, televisor, computador, y la cantidad de pantallas que rondan su entorno diario desde su casa hasta el exterior. De esa forma, los padres aprovechan este recurso para que los niños lleven su concentración a la pantalla y puedan consumir los alimentos fácilmente.



Desde una perspectiva personal, se ha evidenciado en el entorno familiar este tipo de comportamientos en la crianza de los niños. Cuando llega el momento de la alimentación, los niños comienzan a desviar su atención, a querer jugar o hacer cualquier cosa menos comer, hasta el punto de hacer rabietas. Allí es donde los padres recurren a prestarles los teléfonos celulares, les ponen sus programas preferidos, música, videos, entre otros; el mismo patrón repetitivo donde el niño queda casi hipnotizado sin saber siquiera qué es lo que está comiendo. Estas son razones por las cuales surgen interrogantes sobre qué debería realizarse para que la alimentación sea un espacio dinámico entre padres/cuidadores y los niños, sin tener que reprenderlos ni hacer un momento desagradable con malas experiencias.

Del mismo modo, según médicos y pediatras no es recomendable que los niños hagan uso de estos dispositivos, ya que pueden afectar la parte conductual, la motricidad, problemas para el lenguaje, el desarrollo cognitivo, generar ansiedad, aislamiento y déficit de atención. “Los teléfonos celulares en operación emiten pulsos de radiofrecuencia electromagnética que afectan la actividad eléctrica cerebral, especialmente durante el desarrollo de actividades cognitivas que inducen cambios en la actividad neuronal” (Prieto-Miranda, 2013, p. 2).

Finalmente, desde el diseño de comunicación visual se busca contribuir con la problemática que se presenta en la alimentación de los niños y su relación con los dispositivos electrónicos, transformando la forma de percibir la situación, potenciando la comunicación, la interacción y el vínculo entre los miembros de una familia.



Planteamiento del problema

La buena alimentación en la edad primaria es determinante para no generar manifestaciones clínicas que afecten el crecimiento físico y las habilidades motoras a largo plazo. Esta correcta alimentación se garantiza según factores que influyen directamente en el proceso, como el apetito, incentivo por comer, saciedad, estímulos externos que refuerzan la motivación, compromiso de los cuidadores, calidad y cantidad del alimento.

Del mismo modo, se debe tener en cuenta que:

La conducta alimentaria se define como el conjunto de acciones que establecen la relación del ser humano con los alimentos. Se acepta generalmente que los comportamientos frente a la alimentación se adquieren a través de la experiencia directa con la comida en el entorno familiar y social, por la imitación de modelos, la disponibilidad de alimentos, el estatus social, los simbolismos afectivos y las tradiciones culturales (Merino, 2016, p. 4)

Por consiguiente, debe resaltarse que los niños imitan los patrones generados por sus padres o por sus cuidadores, son como esponjas a la espera del aprendizaje adaptándose al modo de vida y el entorno en el que se encuentran. De esta forma, si un infante observa que el comportamiento de su

cuidador se basa en utilizar de forma recurrente un dispositivo electrónico, él va a querer imitar estos actos, por lo tanto surgen interrogantes para poder evidenciar y entender mejor la problemática, como por ejemplo: ¿Cómo se comportan las familias de los niños? ¿Qué reglas existen al momento de comer?, ¿Los padres dan ejemplo a sus hijos sobre el uso de dispositivos en la alimentación?, ¿Cómo se comportan los niños al momento de comer?, ¿El lugar para comer está cerca de dichos aparatos?, ¿Cómo reaccionan los niños cuando se les quitan los celulares o se les reemplazan por otras cosas?, ¿Qué otros elementos se pueden utilizar para reemplazar el dispositivo electrónico?

A partir de esta cuestión, se abordará la temática sobre las distracciones tecnológicas en la alimentación de los niños, el cual es dado en los hogares de la ciudad de Santiago de Cali, Colombia. Se trabajará con padres/cuidadores y niños comprendidos en la primera infancia de 2 a 5 años de edad, que se encuentren inscritos en la institución Kinder y Maternal Bam Bam; y se desarrolla en los momentos en el que los niños van a recibir los alimentos como el desayuno, merienda de la mañana, almuerzo, merienda de la tarde y cena. Esta problemática tiene como actores involucrados a los niños, sus padres, familiares, cuidadores, su escuela, los demás niños de su entorno, profesores, psicólogos, pedagogos.

Marco de referencia

La elaboración del proyecto se ha basado en cuatro conceptos claves, los cuales son primordiales para llevar a cabo la investigación y el acercamiento al desarrollo de este, por lo tanto es considerable definirlos.

Alimentación infantil

La alimentación infantil o alimentación en niños puede definirse como un factor fundamental en la etapa temprana de la vida de la persona, además, según la nutricionista Mónica Alexandra Avellaneda Salamanca de la Clínica Universidad de la Sabana afirma que crear hábitos alimentarios adecuados desde niños permitirá crecer de manera equilibrada, adecuada y saludable, previniendo enfermedades que pueden desencadenarse por hábitos alimentarios inapropiados.

Según la organización Healthy Children de la Academia Estadounidense de Pediatría (2016):

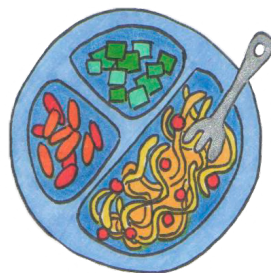
Los niños pequeños y niños en edad preescolar crecen en períodos de crecimiento abrupto y su apetito viene y va en esos períodos, por lo que pueden comerse toda la comida un día y el próximo día casi nada. Esto es normal, y mientras les ofrezca una selección saludable, obtendrán lo que necesitan.

Además de evidenciar que según Kowall-Connelly (2017):

En los 2 primeros años de vida

(cuando el aprendizaje del niño es constante), también se forman las preferencias alimentarias. La mayoría de estas preferencias se aprenden, pero algunas son innatas. Las preferencias alimentarias de un niño tienen un impacto directo en su comportamiento, lo que a su vez se relaciona con la salud general, el bienestar y su peso corporal.

Del mismo modo, es pertinente analizar que la alimentación debe adaptarse al ritmo del crecimiento y desarrollo del niño, así como sus gustos, su apetito, estado de salud, su comportamiento, actividad física que realiza. Es por esto que las comidas deben ser variada, sana, equilibrada, nutritiva, apetecible, divertida, consistente y educativa.



Dispositivos electrónicos como riesgo en la salud

Los aparatos electrónicos o dispositivos móviles consisten en una combinación de circuitos que controlan y utilizan las señales eléctricas para almacenar, transportar o transformar la información. En nuestros hogares se encuentran muchos de estos dispositivos como el teléfono móvil, tabletas, computador portátil o de mesa, cámaras, televisores, microondas, lavadora, aire acondicionado, consolas de videojuegos, equipos de sonido, entre otros.



Según el libro La enfermedad silenciada de la Fundación Vivo Sano de Madrid (2018), los dispositivos móviles contienen conexión a internet, pantallas sensibles al tacto, diseños finos y compactos, en ellos se puede escuchar música, navegación web, mandar emails, reproducir videos, tomar fotos, entre otras actividades de bastante utilidad en nuestro diario vivir.

Desafortunadamente, así como facilitan aspectos de nuestras vidas, también traen consecuencias de salud. Estos dispositivos contienen microondas que provocan aceleración de las células cancerosas y tumores cerebrales:

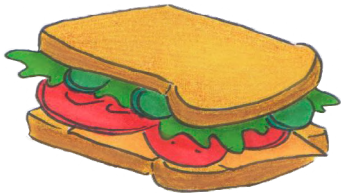
Las personas expuestas a las radiaciones procedentes del wifi suelen padecer en primera instancia mareos, migrañas, arritmias, pérdida de concentración, fatiga, vértigos, insomnio, náuseas, irritabilidad, amnesia o falta de memoria y déficit de atención o de capacidad de la concentración, etc. Los estudios científicos muestran que a largo plazo se pueden producir otros trastornos mayores: daño en el ADN, cáncer, pérdida de espermatozoides, etc. (de la Rosa, 2018)

Algo semejante ocurre en los estudios de los investigadores e ingenieros de telecomunicaciones J. Wiart y N. Kuster donde evidencian que los campos emitidos por los dispositivos móviles penetran el doble de profundidad en el cerebro de los niños que en el de un adulto. Destacando que los efectos más evidentes son trastornos en el sistema nervioso, donde los impulsos nerviosos no se conducen con la suficiente velocidad favoreciendo distintas enfermedades como la esclerosis múltiple.

De acuerdo con José Alfredo Contreras Valdés, psicólogo de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), afirma que el uso persistente de dispositivos móviles es señal de sedentarismo, puede desencadenar problemas en las articulaciones y tendones por el movimiento constante, además de patologías oftalmológicas. Del mismo modo, se evidencia el ciberacoso o cyberbullying originando comportamientos asociados a problemas de autoestima, emocionales y hasta suicidio.

Distracciones en la alimentación

Al momento de comer, los niños empiezan a descubrir el entorno que los rodea y centran su interés en los elementos que están a su alrededor, de esta forma manifiestan que la comida pasa a un segundo plano en su atención con caprichos o rechazo. Por consiguiente, los cuidadores deben aprovechar este momento para guiar al niño de la mejor forma, de modo que adquiera mejores hábitos de alimentación, recordando que ellos se comportan según lo que están observando.



Según la nutricionista Mónica Alexandra Avellaneda Salamanca de la Clínica Universidad de la Sabana (2019):

Es bueno que el niño genere una buena relación con la alimentación, entienda la importancia de comer de manera saludable, coma despacio y en un lugar apropiado para ello, sin confundir la alimentación con un juego, lo que puede ocurrir si el niño come con distracciones.

Así mismo, en el acta pediátrica de México (2017) del Instituto Nacional de Pediatría sobre las actualidades en la alimentación complementaria evidencia que los niños deben tener su propio plato para reforzar la confianza, autonomía y notar si está recibiendo la comida suficiente. Por otro lado, también afirman que “Se deben reducir las distracciones durante las horas de comida y recordar a los padres que los momentos de comer son periodos de aprendizaje y amor, por lo que se debe hablar con los niños y mantener el contacto visual”.

En relación con el querer evitar las distracciones, se recomienda potenciar la motivación de los niños al comer probando diferentes combinaciones de alimentos, sabores y texturas, es normal si el niño en un comienzo quiere rechazarlo, se debe ser insistente pero sin llegar a forzarlos para no generar vínculos negativos.

Teniendo en cuenta las guías alimentarias para mujeres gestantes, madres en período de lactancia y niños y niñas menores de dos años del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, se debe permitir a los niños el contacto con los alimentos mientras comen para que experimente, conozca e identifique sus texturas, olores y sabores. De esta forma se logra que el niño se permita estar interesado por lo que está consumiendo y no desvíe su atención a factores como la televisión, el teléfono u otras distracciones.

Bienestar físico y psicológico

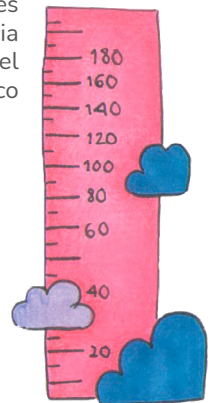
El bienestar se define como un conjunto de percepciones, evaluaciones y aspiraciones que se tiene sobre la vida. Fluctúa en función de muchos factores vinculados con la situación personal, el entorno y el contexto del individuo. Según un estudio realizado por Unicef España junto con un equipo de investigación en infancia, adolescencia, derechos de la infancia y su calidad de vida de la Universidad de Gerona, destaca que los aspectos que más influyen en el bienestar son los factores del entorno socioeconómico y cultural, las características de la población, sus percepciones y preocupaciones. Así mismo, Unicef relaciona el concepto bienestar subjetivo con términos como felicidad, calidad de vida, satisfacción vital, bienestar personal.

El bienestar psicológico según la profesora y psicóloga Carol Ryff, puede definirse como un amplio concepto que se constituye por dimensiones sociales, subjetivas y psicológicas. Ryff desarrolló un modelo de bienestar psicológico conformado por seis dimensiones: Autoaceptación: tener una actitud positiva hacia sí mismo, aceptando aspectos de su personalidad; Relaciones positivas: Tener relaciones de calidad con los demás, apoyo social; Propósito en la vida: La vida tiene un sentido, establecer metas, objetivos y sueños; Crecimiento personal: Sacar provecho de los talentos, habilidades, capacidades y crecer como persona, abrirse a nuevas experiencias; Autonomía: Sensación de poder elegir

por uno mismo, tomar decisiones propias, mantener independencia personal, resistir la presión social, regular mejor el comportamiento, no dejarse dirigir por otros sino por una convicción propia; Dominio del entorno: Manejo de exigencias y oportunidades para satisfacer necesidades y capacidades, sensación de control sobre las situaciones.

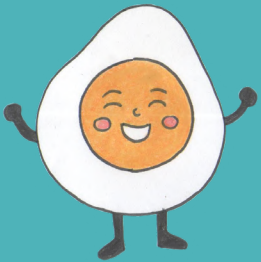
Por otra parte, en la compilación de artículos sobre el bienestar de niños, niñas y adolescentes de Roxanne Castellanos para Unicef, se plantea que un buen comienzo en la vida de los niños depende de un nivel óptimo de bienestar psicológico y físico:

La posibilidad de ver atendidas sus necesidades físicas, biológicas, cognitivas, culturales, afectivas y de participación social, recibir un trato respetuoso de sus derechos y vivenciar experiencias diversas, constituyen condiciones satisfactorias para el desarrollo evolutivo infantil. Por esta razón los padres y madres tienen una influencia fundamental en el bienestar psicológico de sus hijos e hijas.



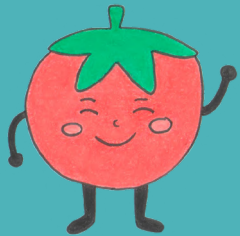
Usuario

Usuario primario



Padres o cuidadores de la ciudad de Santiago de Cali que hayan inscrito a los niños a su cargo en la institución Kinder y Maternal Bam Bam. Estos usuarios son personas adultas que se encuentran en los estratos socioeconómicos 5 y 6. Por medio de los padres o cuidadores se obtendrá la información que se requiere para realizar la investigación, dado que ellos son los que tienen el contacto inmediato con los niños.

Usuario secundario



Niños de la ciudad de Santiago de Cali, comprendidos en la primera infancia 2 a 5 años de edad y matriculados en la institución Kinder y Maternal Bam Bam. Su nivel de escolaridad es de pre kinder, kinder y transición y se encuentran en los estratos socioeconómicos 5 y 6. Los niños son los principales beneficiarios del resultado de este proyecto.

Aliados

María Clemencia Téllez

Licenciada en educación, con maestría en educación y maestría en neuropsicología, directora de la sede Norte de la Institución Kinder y Maternal Bam Bam.

María Cristina Jaimes

Vacunadora, promotora y auxiliar de salud de la institución Red de Salud Del Oriente E.S.E. Cuenta con experiencia en la parte de la salud comunitaria con intervenciones en la familia, escuela para padres y el entorno de los niños.

Julián Andrés Gálvez

Médico asistencial de pediatría en la Clínica de la policía. Cuenta con experiencia en servicios de pediatría de muchas fundaciones y clínicas de la ciudad de Cali.



Metodología

La metodología que se utilizó para llevar a cabo el proyecto fue la de Bruce Archer, busca satisfacer las necesidades tanto funcionales como estéticas dentro de los límites de producción posibles; por consiguiente, se logró realizar una amplia investigación y reconocimiento de los diferentes factores que afectan la problemática.

Aportando energía: El desayuno (Fase Analítica)

Esta primera fase, así como el desayuno, se encarga de aportar toda la energía para iniciar el día, mejorando la concentración, el rendimiento, nutriéndose de investigación e información para empezar el proyecto. En esta fase se llevará a cabo: Recopilación de información, investigación de conceptos, definición del problema, definición de usuario, estructuración y jerarquización.

1

Técnicas/herramientas:
Búsqueda de referencias, análisis del contexto, encuesta al usuario, entrevistas con expertos, mapeo de actores.



Activando el metabolismo: El almuerzo (Fase Creativa)

Esta segunda fase, así como el almuerzo, va en busca de energía para mantener activo el metabolismo y el funcionamiento del cuerpo, sintetizando la información y buscando soluciones. En esta fase se llevará a cabo: Análisis de la investigación, síntesis de información, búsqueda de soluciones, desarrollo de ideas, bocetación.

Técnicas/herramientas:
Brainstorming, moodboard, brief de diseño, benchmarking, bocetación.

2



Concluyendo el día: La cena (Fase Ejecutiva)

Esta última fase, así como la cena, se encarga de ahorrar y recargar la energía que gastamos durante el día por medio del sueño, por eso debe ser simple y concisa, como la solución a la problemática del proyecto. En esta fase se llevará a cabo: Validación de propuestas del proyecto, ajustes de idea, materialización, aprobación, presentación del proyecto.

Técnicas/herramientas:
Validación y aprobación con prueba de usuario.

3



1

Aportando energía: El desayuno (Fase Analítica)

Mapeo de actores

Esta técnica busca reconocer a los actores claves de una investigación, analizando sus intereses, importancia e influencias, comprende el contexto social en el cual se está interviniendo, establece prioridades y permite tener claro con quién se cuenta para apoyar el proyecto de manera que se generen estrategias específicas y guiadas a un resultado más específico.

Identificación y caracterización de actores:

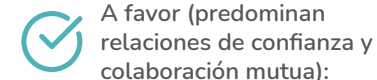
Personas afectadas de manera significativa con la temática. Tienen información, conocimiento y experiencia acerca del tema. Controlan o influyen la implementación de la estrategia:



- Niños de 2 a 5 años
- Padres de familia, cuidadores, nanas.
- Familia.
- Escuela.
- Los demás niños del entorno.
- Aliados (María Clemencia Tellez, María Cristina Jaimes y Julián Andrés Gálvez).

Análisis de actores:

Relaciones predominantes entre los actores, con énfasis en el nivel de interés:



A favor (predominan relaciones de confianza y colaboración mutua):

Niños de 2 a 5 años, padres de familia, cuidadores, nanas, familia, su escuela, psicólogos, médicos, aliados.



Indeciso/indiferente:
Los demás niños de su entorno.



En contra (predominan relaciones de conflicto):
Ninguno.

Niveles de poder o influencia sobre otros actores:



Alto - alta influencia sobre los demás: padres de familia, cuidadores, nanas.



Medio - mediana influencia: su escuela, familia, psicólogos, médicos, aliados.



Bajo - no hay influencia: Niños de 2 a 5 años, los demás niños de su entorno

Mapeo:



A. Actores en quienes deberán invertir menos esfuerzos.

B. Actores que requieren apoyo para movilizarse.

C. Actores que son importantes porque pueden ser útiles como fuentes de información y opiniones o para ayudar a movilizar a otros actores.

D. Objetivos prioritarios y a quienes se deberá procurar traer a bordo de la iniciativa.

Encuesta

Instrumento cuantitativo de investigación.

Objetivo:

Conocer cómo se llevan a cabo los procesos de alimentación de los niños de la primera infancia (2-5 años), y si los padres o cuidadores están familiarizados con los riesgos del uso de los dispositivos electrónicos en dicho momento.

Participantes:

Realizada a padres y cuidadores. Se contó con 23 personas como tamaño de muestra.

Medio:

Se empleó Google Forms como plataforma.

Link para responder la encuesta: <https://forms.gle/TGJ3k8kfVSH5QyoY6>

Hallazgos:

Estrategia para que el niño consuma todo el alimento:

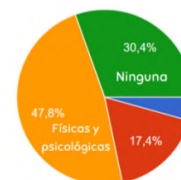
Compañía (17) 73,9 %

Dialogo (15) 65,2 %

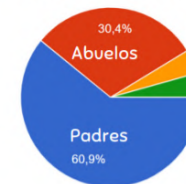
Premios (7) 30,4 %

8 (17,4 %) Televisión y celular

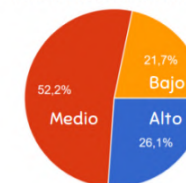
Principal consecuencia de que el niño dependa de un dispositivo:



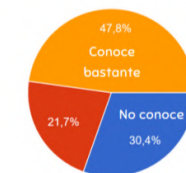
Quién suministra el alimento al niño:



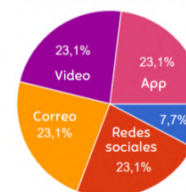
Nivel de concentración de los niños al comer:



¿Conoce los riesgos del uso de dispositivos?



Medio para encontrar info. relacionada:



30,4 % de los padres utilizan dispositivos por las razones:

Distracción (7) 46,7 %

Costumbre (7) 46,7 %

12 (80 %) Lo considera Nada Adecuado

Entrevistas

Instrumento cualitativo de investigación.

Objetivo:

Recopilar información detallada desde sus profesiones, experiencias y conocimientos.

Participantes:

Realizada a los aliados expertos.

Medio:

Se empleó llamada de whatsapp y respuestas enviadas en video.



Entrevista con Julián Andrés Gálvez, por medio de video.

Destacado:

- Hay una mayor influencia de la madre.
- Importancia del trabajo en infantes para su desarrollo posterior.

Hallazgos:

Comportamiento de los padres:

- Usan dispositivos con los niños.
- El momento de alimentación genera estrés.
- Viven con afán por ocupaciones.
- No dedican tiempo suficiente a los niños.

Uso de dispositivos con los niños:

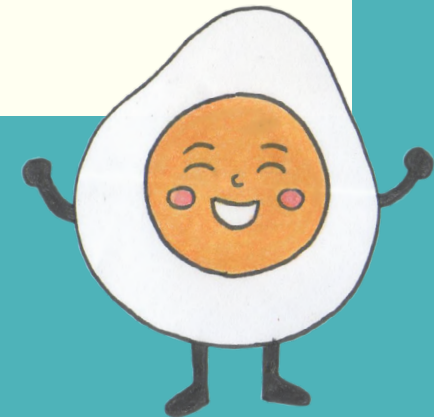
- NO es adecuado.
- Los vuelve "mecánicos".
- Pierden interés y concentración.
- Se pueden usar con supervisión como espacio lúdico.

¿Qué debería realizarse en el momento de la alimentación del niños? :

- Disponer del tiempo necesario.
- Dar apoyo, acompañamiento y motivación.
- Hacer que el niño "se sienta persona".
- Autonomía (propio plato, cubiertos, servilleta).
- Educar con ejemplo (modelo / réplica).
- Explicar sobre el alimento, beneficios, importancia.
- Usar canciones, dibujos, formas, texturas, olores, colores.
- Adoptar hábito o costumbre (tiempo, espacio y lugar).

Conclusiones

- Con las tecnologías actuales han cambiado los hábitos y las rutinas familiares, por lo tanto, es inevitable el uso de dispositivos.
- Se debe educar sobre el uso de las nuevas tecnologías, utilizarlas como espacio lúdico, académico.
- Recalcar que los dispositivos requieren normas de uso.
- Existe la motivación de los padres de desarrollar otro tipo de actividades, pero hay falta de conocimiento sobre el impacto negativo de los dispositivos.
- El proyecto debe ser muy informativo, con uso de elementos gráficos como infografías y fotografías para sintetizar (factor de tiempo).



2

Activando el metabolismo: El almuerzo (Fase Creativa)

Benchmarking

Para el desarrollo del benchmarking se tomaron en cuenta proyectos y referentes bajo los criterios de:



Diseño visual

Composición, atracción visual, armonía, manejo adecuado del color, la tipografía y la información, uso de texturas y formas, uso de simbología, estructuras, jerarquías.



Pedagogía

Impacto en el proceso educativo, nivel de comprensión, instrucción, contextualización, lograr que el niño entienda, método para adquirir y apropiarse del contenido educativo, aprender de una forma eficiente.



Interacción o experiencia

Relación entre las personas y los objetos, sentir, probar algo, práctica que proporciona conocimiento y habilidad, acontecimiento vivido.



Sensibilización

Concienciación e influencia sobre una persona para que perciba la importancia de algo, capacidad de apreciación y reacción hacia algo.

Benchmarking Sectorial



El globo. Restaurante / Taller. Dirigido a un público familiar (niños, bebés y adultos). Se ofrecen servicios como biblioteca, librería, talleres artísticos y de cocina, obras de títeres, teatro, organización de eventos, venta de juguetería. Además de contener un menú centrado y diseñado para atraer la atención de los niños, nombrando los platos como “vamos a cazar un oso”, “monstruo hamburguesa” o “los tres cerditos”.



Spaghetti vermicelli con albóndigas y napolitana natural. Tres chuletones de cerdo en salsa de piña, papas rústicas y ensalada. Carne de hamburguesa, tomate, lechuga, pesto, queso y jamón acompañado de papas rústicas.



¿De dónde vienen los alimentos? Juego de mesa dirigido a niños de 3 a 6 años. El objetivo es de asociación para aprender a clasificar alimentos según su procedencia (raíces o bajo tierra, plantas y arbustos, árboles, mar, animales). Contiene temas de alimentación saludable, se obtiene atención, concentración, razonamiento lógico, vocabulario y fluidez verbal.



Diana come sano. App para móvil. Dirigida a alumnos de educación infantil y cursos iniciales de primaria, niños de 4 a 8 años. La finalidad de esta sencilla app educativa es mostrar a los más pequeños que es importante alimentarse de forma equilibrada y saludable. Contiene rompecabezas, dibujos para colorear, juegos para emparejar alimentos, encontrar diferencias.



La pirámide de Alicia. Juego de mesa dirigido a alumnos de educación primaria. Trabaja la alimentación saludable y actividad física para prevenir la obesidad infantil. Es un juego recortable construido en papel que enseña qué comer para estar sanos y la importancia del deporte. Contiene cuestiones como ¿Qué comes?, ¿Cómo se cocina?, ¿Cómo comes? y ¿Te mueves lo suficiente?

cuento educativo
2015-2016



La casita de los alimentos. Cuento educativo. Iniciativa de la corporación Aramark, proveedor estadounidense de servicios alimenticios o catering. El cuento tiene como objetivo que los alumnos de Educación Infantil conozcan los grupos o familias de alimentos, sus características y los beneficios para la salud. A través de un personaje de cuento, un vaso de agua, van recorriendo la pirámide nutricional, se habla de los hidratos de carbono, de frutas, verduras, del aceite de oliva, de los lácteos, de las proteínas vegetales-animales, de los alimentos grasos-dulces. Además de explicarles, de esta forma lúdica, que su alimentación debe de ser sana y variada.



El gusto de crecer. Página web. Dirigida a padres, madres, cuidadores y docentes. Pretende fomentar los hábitos saludables. Engloba tres proyectos educativos, los cuales son Entorno escolar (educa sobre el espacio del comedor de la escuela como centro de apoyo educativo), Proyecto Vida Saludable (fomenta hábitos saludables con el apoyo de un comité médico experto en nutrición, pediatría y educación física) y Recetas saludables (diversas recetas saludables).



Benchmarking No Sectorial



Aprendiendo a ser PaPaZ. Blog. Dirigido a padres, madres, cuidadores y docentes. Contiene un espacio de preguntas frecuentes en torno a un tema de particular interés para la crianza y/o educación de los hijos, investigaciones, conferencias, circulares, entregables, artículos, multimedia (presentaciones, videos y materiales interactivos relacionados), enlaces recomendados (vínculos, Información y recursos externos) y boletines mensuales y gratuitos.

Proyecto para incentivar la motivación a la lectura en 2º de primaria, Universidad Internacional de La Rioja, Logroño – España. Su objetivo principal es incentivar la lectura, debido a que atendiendo el aspecto motivacional se puede construir un elemento clave en la formación de los niños, se pretende lograr que los alumnos gocen de la lectura en un proceso de enseñanza-aprendizaje. Se llevó a cabo con los alumnos y docentes, por medio de 6 intervenciones didácticas: Lectura de cuentos cortos, juego de biblioteca, compartir mi lectura, las fábulas, la lectura silenciosa y el cuento personalizado.

Caracterización y análisis del proceso de adiestramiento canino, en la región metropolitana, Escuela de Ciencias Veterinarias, Universidad de Chile. El proyecto tiene como objetivo identificar los métodos y tipos de adiestramiento, además de proponer un plan educativo que garantice que los adiestradores tengan las competencias, el conocimiento y las habilidades para llevar a cabo las guías.

Matriz de calificación de Benchmarking

Calificación de 1 a 5, donde 1 es el puntaje más bajo, y 5 es el puntaje más alto.

REFERENTE	DISEÑO VISUAL	PEDAGOGÍA	INTERACCIÓN / EXPERIENCIA	SENSIBILIZACIÓN	
	5	5	5	5	20/20
	4	5	5	4	18/20
	5	4	5	3	17/20
	5	4	5	4	18/20
	5	5	5	5	20/20
	4	5	3	4	16/20
	4	5	3	4	16/20
Proyecto para incentivar la motivación a la lectura en 2º de primaria.	2	5	5	4	16/20
Caracterización y análisis del proceso de adiestramiento canino	1	4	4	4	13/20
TOTAL	35/45	42/45	40/45	37/45	

Conclusiones del Benchmarking

- La mayoría de referentes tienen enoque en el área pedagógica, teniendo mayor puntuación el criterio de aprendizaje.
- Las actividades son direccionadas para el grupo familiar, es decir, para realizar entre padres e hijos, donde los padres funcionan como orientadores.
- Se busca que los niños tengan un papel importante, desarrollen un pensamiento lógico frente a algo, tomen decisiones y tengan una alta interacción con la actividad.
- Los proyectos pretenden educar e informar al orientador (padres o cuidadores), brindándoles alternativas de actividades, información nutricional y hábitos saludables.
- El criterio menos manifestado es el de diseño visual (35/45), destacando que los proyectos no se preocupan tanto por el diseño, restándole importancia.
- El segundo criterio menos manifestado es el de la sensibilización (37/45), por lo tanto, se debe evidenciar más la importancia y el valor de la temática en el proyecto.
- Los referentes El Globo y La Casita de los Alimentos recibieron la puntuación máxima (20/20), debido a que cumplen con las características de los criterios, es decir, su diseño es muy atractivo visualmente, juegan con texturas, formas y colores; tienen un nivel de pedagogía alto ya que se interesan en realizar un impacto en el proceso de aprendizaje tanto de los niños, como de los padres; y finalmente, en cuanto a la interacción y la sensibilización, busca que se relacione la familia (padres e hijos) e intentan concienciar sobre la importancia de la alimentación.
- En cuanto al diseño visual del material dirigido a padres o cuidadores, contiene imágenes y fotografías, el manejo de la información es muy infográfica, clasificada por grupos y sintetizada.
- En cuanto al diseño visual del material dirigido a niños, contiene ilustraciones sencillas y limpias, algunos juegos tienen caracterización de personajes (animales o personas), su narrativa es a modo de historia o cuento.
- Maneja una gama cromática viva y variada.

Requerimientos de diseño Product Design Specification

NECESIDAD	REQUERIMIENTO	TIPO	D / O	DESCRIPCIÓN
Facilidad de comprensión e información sintetizada.	Lenguaje amigable y cercano	Estético Comunicativo	Obligación	Infografías, pictogramas, gráficas simples, jerarquías, retículas, clasificación de la información, gama cromática identificable.
Interacción de los padres o cuidadores y los niños.	Participación de los usuarios con la actividad	Funcional Operativo	Obligación	Orientación, juegos, dibujos, turnos, participación.
Contener información e instrucciones.	Orientación o guías	Estético Comunicativo	Obligación	Señales, pasos a seguir, gráfica explicativa, infografías, flechas, numeración.
Tener una narrativa infantil.	Narración breve y de trama sencilla	Estético Comunicativo	Obligación	Historia, cuento, personificación de animales u objetos, personajes, hilo conductor, escenario, lugares, tiempo, espacio.
Ser atractivo visualmente, llamar la atención del niño.	Elementos dinámicos	Estético Comunicativo	Obligación	Tipografías legibles, gama de color variada y viva, ilustraciones, imágenes.
Transmita un mensaje o aprendizaje.	Moraleja o enseñanza	Estético Comunicativo	Obligación	Canciones infantiles, actividades didácticas, elementos físicos, taller, juegos.
Facilidad de uso.	Funciones indicativas y usabilidad	Funcional Operativo	Obligación	Estímulos, objetos físicos fáciles de tocar/agarrar, manejo de diversas texturas.
Material de buena resistencia por manipulación.	Material resistente	Tecno Productivo	Deseo	Plastificación, cartón grueso, mdf, tela lavable, plástico.

Desarrollo de producto

- Todo en la misma narrativa para lograr que el niño se acostumbre a que el momento de la alimentación es similar todos los días y así desarrolle un hábito.
- Kit con elementos que ayuden a los padres a realizar el momento de la alimentación más ameno y poder llamar la atención de los niños.



OBJETO	DESCRIPCIÓN	CONTENIDO	MATERIAL
Empaque	Kit del momento de alimentación	Objetos y elementos que ayudarán al padre o cuidador.	Caja, maletín, canasta, lonchera Madera, plástico
Títeres	De dedo o guante	Personajes relacionados con el cuento	Lavable, anti fluido o impermeable
Cuento	Pequeño libro 3 historias para desayuno, almuerzo y cena	Los títeres pueden interactuar con el cuento (troquelado)	Cartón, plastificado, tela anti fluido
Plato, vaso y cubiertos	Utensilios para comer	Temático (animal o personaje)	Vajilla de melamina, plástico
Individuales de mesa	De lunes a domingo	Silueta de plato, vaso y cubiertos	Lavable, anti fluido, impermeable, plástico o tela
Babero	Utensilio para comer	Narrativa del cuento	Lavable, anti fluido, impermeable, plástico o tela
Guía para padres	Libro o guía	Menú infantil, consejos, canciones, información importante de expertos	Propalcode

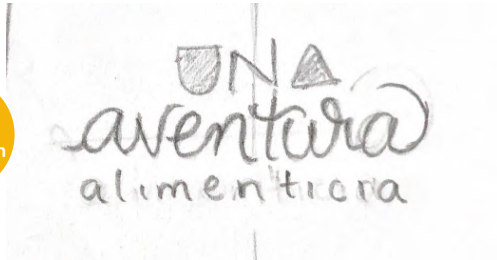
Moodboard



Logo

Desarrollo de lettering.

1
bocetación



2
base

aventura

3
Vector y
ajuste visual



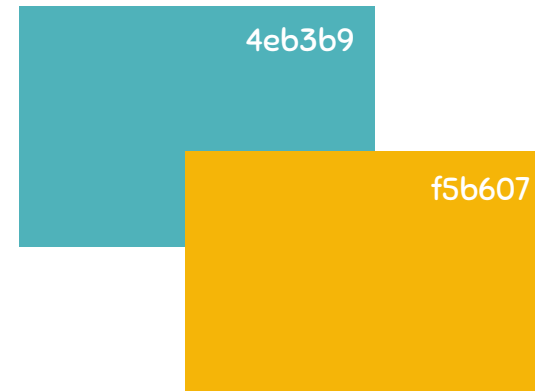
4
Positivo y
Negativo



5
Versión
final

Una
aventura
alimenticia

Gama cromática



Gama de colores principales.



Gama de colores utilizada en el cuento, teniendo en cuenta que los alimentos y los paisajes abarcan entre cálidos y fríos.

Tipografías utilizadas

Tipografías palo seco y con remates redondeados, asemejando una temática infantil. Además, teniendo en cuenta el requerimiento de legibilidad tanto de los padres, como de los niños

Nunito

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz

Sniglet

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz

Quicksand

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ
abcdefghijklmnopqrstuvwxyz

Creación de personajes

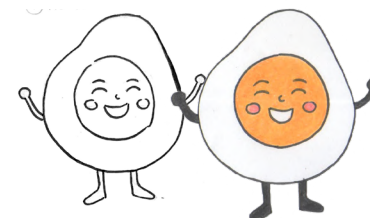
Juana

Personaje orientador
Niña de 5 años
Protagonista



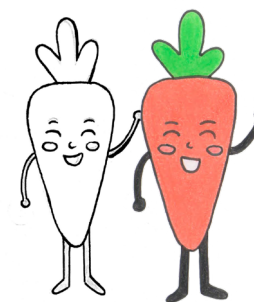
El guía huevo

Personaje orientador
Referencia del desayuno



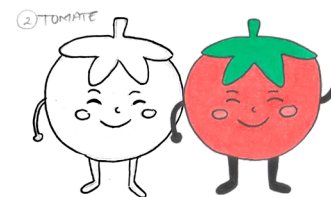
La guía zanahoria

Personaje orientador
Referencia de la cena



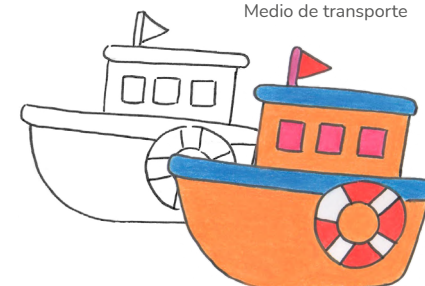
El guía tomate

Personaje orientador
Referencia del almuerzo



El barco

Medio de transporte



Estilo ilustrativo

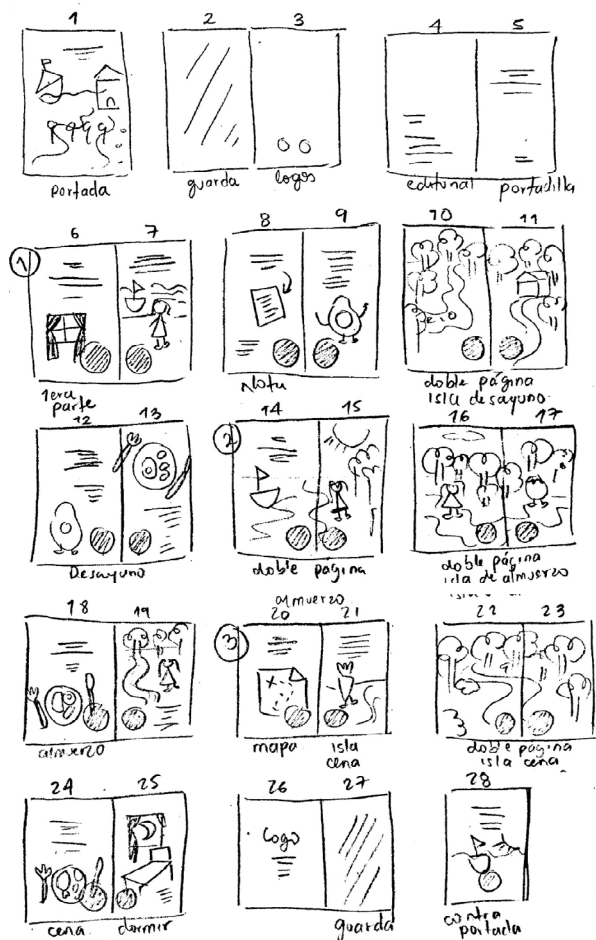


Se manejó un estilo ilustrativo análogo, desarrollado con acuarelas y colores para definir texturas y dimensiones asemejadas a lo real. Después, se le añadieron detalles a las ilustraciones en Adobe Photoshop.



Desarrollo del cuento

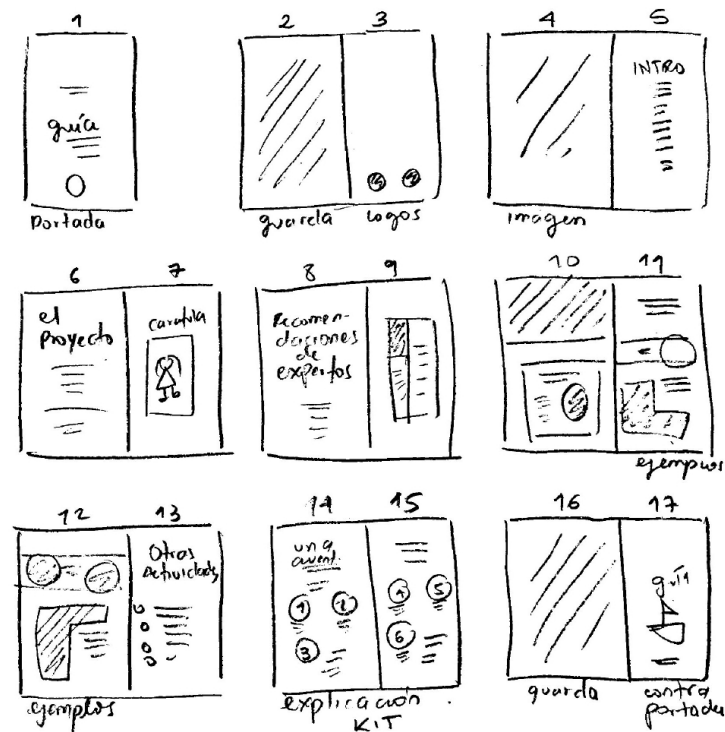
Storyboard del cuento.



El cuento contiene tres etapas, la primera se lee en el momento del desayuno, la segunda en el almuerzo, y la tercera en la cena. Dando una brecha de tiempo para que el niño asimile que son diferentes etapas del día pero siguiendo la misma narrativa.

Desarrollo de la guía para padres

La guía contiene toda la información correspondiente al proyecto, descripción, introducción, recomendaciones y consejos de los expertos, ejemplificación de comidas creativas para niños e instrucciones de uso del producto.





Una aventura alimenticia



Guía para padres

Sobre el proyecto y uso del kit.



¿Qué debería realizarse en el momento de la alimentación de los niños?:

Educar con un buen ejemplo, es decir, no usar dispositivos en la mesa; explicarle al niño los beneficios y la importancia del alimento, hacer del momento una experiencia positiva y de integración familiar, dedicar y disponer del suficiente tiempo para que el niño consuma sus alimentos.

Del mismo modo, establecer el mismo horario, lugar y las mismas rutinas todos los días hacen que el niño haga de este momento un hábito. También, evitar castigar o reprender por ciertos comportamientos.

Y finalmente, servir porciones pequeñas o una porción que sea seguro que el niño la coma en su totalidad; usar canciones, formas, texturas, olores, colores, entre otros elementos llamativos.



Imágenes tomadas de Freepik

10

En la continuación podrás ver ejemplos de formas, texturas y colores en la presentación del menú para los niños.

El desayuno:



Las siguientes ideas fueron tomadas de Pinterest. Se utilizan figuras como trozos de fruta para asemejar la rasgos de un animal o una cara.



11

Imágenes tomadas de Pinterest

Las siguientes ideas fueron tomadas de Pinterest. Para realizar este tipo de presentación no se necesita ser demasiado creativo, simplemente pueden buscar ideas en Pinterest o preguntarle a los niños cuál es su animal o dibujo favorito. Incorporarlo en su alimentación diaria funcionaría como un ejercicio creativo, interactivo y educativo para toda la familia.

El Proyecto

Por estos meses, más que nunca, estamos viviendo un momento histórico. La pandemia de COVID-19 ha cambiado la vida de todos nosotros. En este momento, más que nunca, necesitamos estar unidos y trabajar juntos para superar esta crisis.

El proyecto tiene como objetivo proporcionar información y herramientas para que los padres y cuidadores puedan apoyar el desarrollo de sus hijos en este momento tan difícil. El proyecto está dirigido a los padres y cuidadores de niños de 2 a 5 años de edad.

Busca aprender divertidamente y revolotear en pos de la aventura alimenticia. El proyecto está dirigido a los padres y cuidadores de niños de 2 a 5 años de edad.



Una aventura alimenticia




Introducción

La alimentación en la edad preescolar es fundamental para el desarrollo físico y mental del niño. Durante este periodo, el niño experimenta un crecimiento rápido y necesita una dieta equilibrada y nutritiva para satisfacer sus necesidades energéticas y de nutrientes.

El momento de la alimentación es una oportunidad para establecer hábitos saludables que perdurarán a lo largo de la vida. Los padres y cuidadores deben proporcionar un ambiente positivo y seguro para que el niño disfrute de la comida y aprenda a reconocer los sabores y texturas de los alimentos.

El momento de la alimentación es una oportunidad para establecer hábitos saludables que perdurarán a lo largo de la vida. Los padres y cuidadores deben proporcionar un ambiente positivo y seguro para que el niño disfrute de la comida y aprenda a reconocer los sabores y texturas de los alimentos.



Recomendaciones de Expertos

En la fase inicial del proyecto se realizaron recomendaciones de expertos en nutrición infantil y salud pública. Estas recomendaciones están basadas en evidencia científica y tienen como objetivo garantizar que los niños reciban la alimentación adecuada para su desarrollo físico y mental.

Los expertos tienen un conocimiento profundo de la nutrición infantil y la salud pública. Sus recomendaciones están basadas en evidencia científica y tienen como objetivo garantizar que los niños reciban la alimentación adecuada para su desarrollo físico y mental.

Uso de dispositivos electrónicos en niños de 2 a 5 años

Según el reporte (Comerich, 2018) el uso de dispositivos electrónicos en niños de 2 a 5 años de edad puede tener efectos negativos en su desarrollo cognitivo y emocional. El uso excesivo de dispositivos electrónicos puede interferir con el tiempo que el niño dedica a actividades físicas y de juego, lo que puede afectar su desarrollo físico y mental.

Se recomienda limitar el uso de dispositivos electrónicos en niños de 2 a 5 años de edad. El uso de dispositivos electrónicos debe ser supervisado por los padres y cuidadores, y debe ser limitado a actividades educativas y de entretenimiento de calidad.



El almuerzo y la cena

Las recomendaciones de expertos en nutrición infantil y salud pública indican que los niños deben recibir una alimentación equilibrada y nutritiva durante el almuerzo y la cena. Esto incluye una variedad de alimentos que proporcionen energía y nutrientes para el desarrollo físico y mental.

Además de los tipos y las cantidades de alimentos que se van a consumir, es importante considerar el momento de la alimentación y el ambiente en el que se realiza. El momento de la alimentación debe ser tranquilo y agradable, y el ambiente debe ser seguro y positivo.

Otras Actividades

Además de los tipos y las cantidades de alimentos que se van a consumir, es importante considerar el momento de la alimentación y el ambiente en el que se realiza. El momento de la alimentación debe ser tranquilo y agradable, y el ambiente debe ser seguro y positivo.

- Cantar rondas o canciones.
- Un dibujo que pueda representar el plato de alimento que se va a consumir.
- Inventar una historia o juego.
- Leer un cuento.
- Método baby led weaning.



¿Qué debería realizarse en el momento de la alimentación de los niños?

El momento de la alimentación es una oportunidad para establecer hábitos saludables que perdurarán a lo largo de la vida. Los padres y cuidadores deben proporcionar un ambiente positivo y seguro para que el niño disfrute de la comida y aprenda a reconocer los sabores y texturas de los alimentos.

El momento de la alimentación es una oportunidad para establecer hábitos saludables que perdurarán a lo largo de la vida. Los padres y cuidadores deben proporcionar un ambiente positivo y seguro para que el niño disfrute de la comida y aprenda a reconocer los sabores y texturas de los alimentos.

A continuación podrás ver ejemplos de formas, texturas y colores en la presentación del menú para los niños

El desayuno

Los desayunos deben ser nutritivos y proporcionar energía para el día. El desayuno debe incluir una variedad de alimentos que proporcionen energía y nutrientes para el desarrollo físico y mental.





Una aventura alimenticia

Una aventura alimenticia es un kit que cuenta con 6 elementos, cada uno de ellos tiene una función específica. Estos 6 elementos pueden utilizarse como sigue:

- Plato y cubiertos
- Biberón
- Individuales de mesa
- Individuales de mesa

Estos objetos deben ser manipulados por el niño, debido a que están destinados a utilizarse en el momento de la alimentación.

Se recomienda que estos objetos sean manipulados por el niño, debido a que están destinados a utilizarse en el momento de la alimentación.



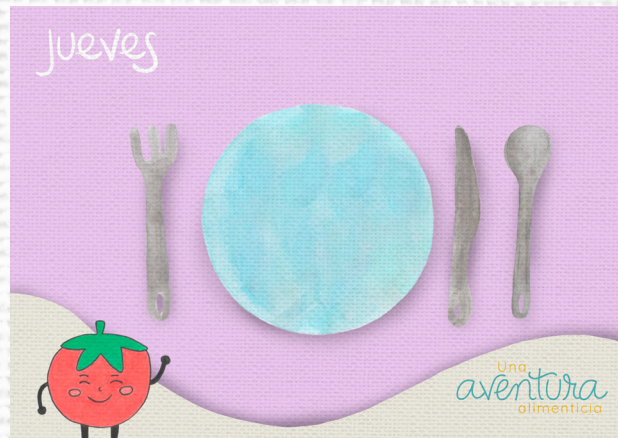





El empaque

El empaque se desarrolló como una lonchera pensando en su doble uso; el primero, como empaque del producto o kit de alimentación; y el segundo, direccionado a generar una apropiación por parte del niño.





Individuales de mesa

Contiene ocho individuales de mesa, uno para cada día de la semana, siguiendo la misma narrativa del cuento, los personajes, estilo ilustrativo.

Las siluetas del plato y cubiertos son una guía para que el niño vaya asimilando los objetos que van en la mesa.

3

Concluyendo el día: La cena (Fase Ejecutiva)

Validación

Objetivo:

Comprobar el funcionamiento y usabilidad entre el cuento, la guía y los títeres, además de verificar si las instrucciones de la guía son claras.

Documentación:

Observación y registro de cada paso.

Ejecución:

Presencial.

Componentes:

Prototipos impresos (guía y cuento) y títere de guante.

Participantes:

- Marcela Lozada, Jerónimo Moncayo, 5 años
- Anthony Trujillo, Paula Loaiza, Sofía Trujillo, 5 años
- Carolina Martínez, Marian Vidal, 4 años
- Sebastián Artistizábal, Marcela Trochez, Cristóbal Aristizábal, 5 años y Salomón Aristizábal, 2 años



Guión:

1. Entrega de los prototipos a los padres.
2. Presentación oral del proyecto.
3. Mostrar la guía para padres.
4. Socializar los pasos para utilizar el cuento y los títeres.
5. Empezar la dinámica.
6. Servir la comida.

Pruebas de usuario



Cuidador: Marcela Lozada
Niño: Jerónimo Moncayo

Prueba realizada en el horario de la cena, se leyó la tercera parte del cuento.



Cuidador: Carolina Martínez
Niña: Marian Vidal

Prueba realizada con la madre y la abuela, en el horario de la cena, se leyó la tercera parte del cuento.



Cuidadores: Anthony Trujillo y Paula Loaiza
Niña: Sofía Trujillo

Prueba realizada en el horario del almuerzo, se leyó el cuento completo.



5 años



Cuidador: Sebastián Artistizábal, Marcela Trochez
Niños: Cristóbal Aristizábal, 5 años
Salomón Aristizábal, 2 años

Prueba realizada en el horario de la cena, se leyó la tercera parte del cuento.



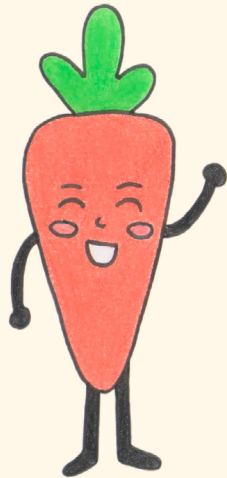
5 años



2 años

Conclusiones

- La guía para padres presenta buena legibilidad, las instrucciones son claras y los íconos funcionan correctamente.
- La narrativa del cuento funciona bien tanto para los niños, como para los padres. Es legible, sencillo, fácil de entender y los diálogos llaman la atención.
- El estilo ilustrativo análogo recibió una correcta apreciación por su acercamiento a lo real, ya que contiene muchas texturas y matices, además que los niños identificaron bien los alimentos ilustrados.
- La gama cromática del cuento es viva y variada, los niños la definieron como “deliciosa o apetitosa”.
- Leer el cuento antes de la comida tiene una mejor recordación y aprendizaje en los niños, en vez de leerlo durante. Además, evita que no coman por ponerse a jugar.
- Se consideró que el guante fue un elemento muy práctico.
- El manejo de texturas llamó mucho la atención.



Recomendaciones

- La ilustración puede integrarse más con los cuadros de texto y la página completa.
- El tamaño del cuento debe ser más grande para que los niños puedan observar correctamente, considerando que estarán a cierta distancia de él. Al igual que el troquel y los títeres.
- Incluir páginas para que los niños puedan pintar.
- Realizar una historia que se pueda leer completa en una sola comida debido a que la narrativa se puede cortar si los niños toman una comida del día fuera de casa o no están con sus padres (jardín).
- Incluir otros personajes en otras historias (niño o niña y alimentos)- títeres.

Referencias

(16 de febrero de 2018). Alimentación del lactante y del niño pequeño. Organización Mundial de la Salud. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>

Merino, K. O., Valladares, M. V., Elizondo, R. B. (2016). Conducta alimentaria en niños. *Nutrición Hospitalaria*, (33), 1-10

Domínguez, F. C., Álvarez M. G. (2014). Modificaciones de conductas alimentarias, hábitos alimentarios y apetito en lactantes con desnutrición. *An Venez Nutr*, (27), 1-11

Prieto, S. M., Gutiérrez, F. O, Jiménez, C. A. (2013). El teléfono celular como distractor de la atención médica en un servicio de Urgencias. *Medicina Interna de México*, (29), 1-10

(2019) Alimentación en niños. Clínica Universidad de la Sabana. Recuperado de <https://www.clinicaunisabana.edu.co/pacientes/educacionalpaciente/articulos-de-educacion/alimentacion-en-ninos/>

(04 de junio de 2016). Nutrición Infantil. Organización Healthy Children. Recuperado de <https://www.healthychildren.org/Spanish/healthy-living/nutrition/Paginas/childhood-nutrition.aspx>

(05 de febrero de 2017). Cómo forman los niños malos hábitos alimentarios. Organización Healthy Children. Recuperado de <https://www.healthychildren.org/Spanish/healthy-living/nutrition/Paginas/how-children-develop-unhealthy-food-preferences.aspx>

(23 de febrero de 2018). Dispositivos electrónicos. Fundación Vivo Sano. Recuperado de <https://www.vivosano.org/dispositivos-electronicos/>

(24 de octubre de 2019). Dispositivos electrónicos, ¿peligro o incentivo?. Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado de <https://www.gaceta.unam.mx/dispositivos-electronicos-peligro-o-incentivo/>

(junio de 2017). Actualidades en alimentación complementaria. Acta pediátrica de México. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0186-23912017000300182

(julio de 2018). Guías alimentarias basadas en alimentos para mujeres gestantes, madres en período de lactancia y niños y niñas menores de 2 años de Colombia. Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. Recuperado de https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/gabasmenor2anos_infografia_2018.pdf

(2012). El bienestar infantil desde el punto de vista de los niños. Unicef. Recuperado de https://www.unicef.es/sites/unicef.es/files/Bienestar_Infantil_Subjetivo.pdf

Bienestar psicológico de niños, niñas y adolescentes. Unicef. Recuperado de https://www.unicef.org/cuba/media/2546/file/Libro%20montado_DIGITAL_bajo%20peso.pdf.pdf

Metodología del diseño. Universidad de Londres. Recuperado de <https://www.guao.org/sites/default/files/biblioteca/Metodologia%20del%20Dise%C3%B1o.pdf>

(17 de enero de 2013). El mapeo de actores como herramienta visual para el diagnóstico de un programa. ZIGLA. Recuperado de <https://zigla.la/blog/el-mapeo-de-actores-como-herramienta-visual-para-el-diagnostico-de-un-programa/#:~:text=El%20Mapeo%20de%20Actores%20es,los%20resultados%20de%20una%20intervenci%C3%B3n>

Información sobre la institución Kinder y Maternal Bam Bam. ¿Quiénes somos?. Recuperado de <http://mibambam.edu.co/>

Aprendiendo a ser papaz. Recuperado de <https://aprendiendoaserpapaz.redpapaz.org/que-encuentra-aca/>

El globo restaurante. Recuperado de <http://www.elgloborestaurant.com/>

¿De dónde vienen los alimentos?. Akros Educational. Recuperado de <https://akroseducational.es/p/de-donde-vienen-los-alimentos/>

¿Cómo enseñar nutrición a los niños?. Hacer Familia. Recuperado de <https://www.hacerfamilia.com/nutricion/noticia-ensenar-nutricion-ninos-20151201134852.html>

Diana come sano. Escuela de alimentación. Fundación Eroski contigo. Recuperado de <https://energiaparacrecer.es/eldealimentacion.es/es/recursos/apps/diana-come-sano#main-content>

Plantilla de la pirámide de Alicia. Recuperado de <https://www.alicia.cat/uploads/news/docs/PIRAMIDE%20CAT.%20CAS.%20ANG-1.pdf>

(16 de noviembre de 2015). Un cuento educativo para concienciar a los alumnos de la alimentación saludable. Antavillaschool. Recuperado de <https://www.antavillaschool.com/un-cuento-educativo-para-concienciar-a-los-alumnos-de-la-alimentacion-saludable/>

El gusto de crecer. Aramark. Recuperado de <https://www.elgustodecrecer.es/>

(20 de enero de 2017). Proyecto para incentivar la motivación en la lectura en 2º de primaria. Universidad Internacional de La Rioja. Facultad de Educación. Recuperado de <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/6105/HOSPITAL%20FORTES%2C%20CARLA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

(2008). Caracterización y análisis del proceso de adiestramiento canino, en la región metropolitana. Universidad de Chile. Recuperado de <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/131184/Caracterizaci%C3%B3n-y-an%C3%A1lisis-del-proceso-de-adiestramiento-canino%2C-en-la-Regi%C3%B3n-%20Metropolitana.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

(2021). ¿Niños inteligentes? los niños y los medios digitales. Deutsche Welle. Youtube. Recuperado de https://youtu.be/_5aKUcD5swk / <https://www.youtube.com/watch?v=xMZ8Seh1BME>

Anexos

Entrevistas

Entrevista #1 María Clemencia Tellez

¿Qué formación académica tienes?

Soy licenciada en educación, tengo una maestría en educación de la Javeriana y tengo una maestría en neuropsicología.

¿Cuál es tu profesión? / ¿En qué te desempeñas?

Soy educadora y soy la directora del kinder Bam Bam.

¿Por qué te interesó trabajar con infantes?

No es que a uno le gusten los niños, yo empecé a trabajar con niños pequeños porque me di cuenta de la importancia de esta etapa para el desarrollo posterior, básicamente es eso. Y realmente no podría decirte que me gustaban los niños o no, me gustaba era la profesión como tal y me parecía mucho más amigable hacia los niños pequeños, esa es la realidad.

En tu práctica profesional, ¿has tenido la oportunidad de interactuar con padres o cuidadores de niños de 2 a 5 años?

Claro, ese es mi trabajo, menores de 5 años para abajo.

¿Que frecuentan los padres o cuidadores para enfocar la atención y motivar a los niños en su alimentación?

Los padres normalmente usan muchísimo la tablet. Hay algo muy importante ahí, y es que a los papás, y a las mamás sobretodo, la alimentación les crea demasiado estrés, entonces ellos lo que piensan es que los niños deben comer cualquier cosa y esa es la realidad de los papas.

¿Consideras que es adecuado el uso de dispositivos electrónicos en niños de 2 a 5 años? ¿Pueden afectar su desarrollo, y si es así, de qué forma?

No, a esa edad, no. A mi me parece que sí, no solamente su desarrollo, sino que se vuelven niños mecánicos. El Bam Bam ofrece alimentación, tiene almuerzos y nosotros nunca, jamás de los jamases, le

ponemos al niño un celular para que coma. Y ese momento de la alimentación es una demora, puede demorar 20 minutos, media hora, 40 minutos, 50 minutos, y siempre estamos en el plan de apoyar a ese niño pequeño y enseñarle a probar diferentes alimentos, a que aprenda a coger los cubiertos. Aquí hay un término en Cali que se llama cucharear, en el Bam Bam no, aquí los niños no cucharean, aquí se les apoya.

¿Cómo se podría intervenir ese comportamiento de los padres con sus hijos?

Nosotros hemos abordado a los padres mediante talleres, técnicas y estrategias para que lo logren. Esto está muy ligado a la parte afectiva de la mamá, de la angustia de que no come y hay una cosa que yo siempre he rescatado y le he dicho a los padres y es que cuando los papás iban a un restaurante, ¿Qué hacían? En anteriores épocas no habían tablets ni estas cosas, entonces los papás lo que hacían eran sentarse con sus hijos a darle el almuerzo, a disfrutar de ese almuerzo y le enseñaban las normas de alimentación: No poner los codos en la mesa, utilizar la servilleta, usa los cubiertos. Hoy se perdió mucho eso, con base en eso, hemos trabajado mucho en los papás, entonces la idea es apoyar a los padres en el aspecto de brindarles las estrategias. Por ejemplo, demostrarles la importancia de estar sentado en la mesa del comedor o en un restaurante con los niños, ese es el momento oportuno para poder disfrutar de una compañía en familia, para aprender las reglas sociales, de probar diferentes alimentos, de enseñar a masticar.

¿Qué técnica, actividad o material recomiendas para enfocar la atención y motivar a los niños durante su alimentación? La técnica que utilizamos en el jardín infantil es entender que estamos sentados frente a una persona, no es un bebé, ni un niño pequeñito, no, es frente a una persona y lo importante es incluirlo en eso. Entonces, ¿Qué hacemos nosotros para que el niño se sienta incluido? y sepa también

autorregularse, que tome consciencia de su formación y de su alimentación, porque es que tú puedes enseñarle un niño a lavarse las manos, y si tu lo llevas a lavarse y el niño no aprende porque el adulto se las está lavando, entonces ahí no estamos avanzando en su desarrollo. Entonces yo lo que diría es que la estrategia que nosotros usamos es que el niño se sienta persona, cuando el niño va a almorzar en el Bam Bam tiene su mesa puesta, su servilleta, sus cubiertos, ¿y su cubierto en qué consiste? en una cuchara, un tenedor para niños pequeños y un cuchillo para niños más grandes (3 años en adelante), porque esos niños de 3 años empiezan a darse cuenta que hay distintos utensilios para comer y él tiene que aprender a comer y a respetar ese instrumento que tiene. Eso por un lado, que la mesa esté puesta y cuando los niños llegan la profesora les presenta el menú, ¿por qué?, los niños no pueden llegar y uno decir “Siéntate a comer, mira ya está el almuerzo”. No, uno debe decir “mira que rico, hoy vamos a comer sopa de acelgas, mira es de color verde, y también vamos a comer esto y lo otro”, para que el niño se sienta incluido y tenido en cuenta. El acompañamiento, definitivamente el acompañamiento es muy importante y también de la motivación, lo importante que es comer para estar saludable y crecer bien, desde ahí esa motivación permanente, de hablarles de que van a crecer bien, de que sus dientes se van a formar y no decirles “no eres capaz, tú debes comer a través de un iPad, de una tablet”.

Entrevista #2 María Cristina Jaimes

¿Qué formación académica tienes?

¿Cuál es tu profesión? / ¿En qué te desempeñas?

En tu práctica profesional, ¿has tenido la oportunidad de interactuar con padres o cuidadores de niños de 2 a 5 años?

Soy promotora y auxiliar en el área de la salud, me desempeño como vacunadora, también en la parte de la salud comunitaria hacemos intervenciones en lo que es la familia y el entorno de los niños.

¿Cómo es el momento del proceso de alimentación entre los niños y sus cuidadores?

En la actualidad el comportamiento del

niño ha cambiado demasiado porque está influenciado por una cantidad de factores externos como son los medios de comunicación, los aparatos electrónicos, y los padres viven ahorita en un afán, en una carrera porque trabajan, estudian o hacen otras cosas que no les permiten tener el tiempo suficiente para dedicarse al niño en el momento de comer, entonces es ahí cuando vemos que los padres lo que quieren es que el niño coma rápido, así el niño no esté consciente de que va a recibir un alimento para su propio bienestar, sino que simplemente es una tarea más del día. ¿Y qué es lo más fácil ahora? Que el niño se entretenga con un celular, con una pantalla, una tablet y esto hace que el niño coma de una forma mecánica y no sea consciente del acto en sí de la alimentación.

De la misma manera como han cambiado las prioridades en el ámbito familiar, también han cambiado los hábitos alimenticios en la familia. Ahora es mucho más fácil hacer una comida rápida, preparar algo precocido para la comida de todos, inclusive para los niños pequeños, estas son comidas procesadas que para el niño son más fáciles de tomar y digerir, y para la mamá mucho más rápidas de preparar y de suministrarle al niño. Entonces el niño se ve inmerso en qué va a comer algo que es fácil, porque es comida blanda y líquida que no tiene ni que masticar, como el niño se entretiene y le pierde el interés a la hora de comer, los niños pierden la concentración muy rápido, entre más pequeños menos tiempo de concentración, entre más grandes mayor tiempo de concentración. La mamá o la persona que le suministra el alimento quiere que el niño consuma lo que le sirvieron, y si se encontró en que por medio de un dispositivo electrónico el niño se entretiene y come, sin molestar, sin botar, sin escupir, por esto es que en este momento se están utilizando tanto los aparatos a la hora de comer, es para que el niño no rechace el alimento, no lo bote, no se lo unte por todo el cuerpo, porque eso es lo que pasa, y entonces es por eso que ahora se ve mucho que se usan pero no es por el mismo hecho del alimento sino por la rapidez, los papás viven en unas tareas mucho más rápidas que antes. Antes la mamá o la persona que cuidaba al niño, solo se dedicaba a eso, ahora no, ahora hay que estar pendientes

del trabajo, las llamadas, las redes sociales, entonces el tiempo ahora que se dedica al niño o a la misma familia es muy corto.

¿Considera que en el ámbito de educación para padres es necesario introducir el tema del uso de dispositivos electrónicos en casa? Sí, claro. Ningún padre tiene un hijo con una cartilla de instrucciones, los padres se hacen padres por la experiencia, entonces hay que aprovechar estos espacios donde puedan educarse para ser padres y que este tema de los aparatos y dispositivos sea importante, porque ya vimos de que es algo que está siempre presente en la familia, no solamente con los niños pequeños, también los adolescentes y los mismos adultos.

Los adultos le exigen a los hijos que no usen el celular para comer pero usted los ve sentados en la mesa con el celular recibiendo la llamada de la oficina, mirando un video, entonces el ejemplo es lo que educa, y si los padres no aprenden a educar con el ejemplo, con el modelo, y a saber por qué no se debe hacer algún tipo de cosas frente a los niños, entonces siempre van a seguir en el mismo error. Si usted a un niño le prohíbe algo, usted es el que sabe por qué se lo prohibió, porque sabe que le está haciendo algún mal al niño, el niño simplemente lo ve como un castigo.

Primero que todo, hay que enseñarle a los padres a explicarle a los hijos el por qué de la norma, el por qué de la prohibición; y segundo, que los padres también asuman ese cumplimiento de la norma, sobretodo cuando se la aplican a los hijos, porque el niño aprende por el modelo, por la réplica de lo que hacen los padres.

¿Cómo se podría hacer del uso de estos dispositivos algo positivo o beneficioso para las familias?

Buscar espacios comunes, donde todos los miembros de la familia o la mayoría, participen del uso de estos aparatos y que no interfiera con otras tareas habituales de la familia como la hora de comer, la hora de dormir, como la hora de hacer las tareas, sino que sea un espacio más bien lúdico, donde todos puedan participar y se vea como algo sano. puede ser ver una película, escuchar un audio o música, ver un video, pero como decía, en un momento donde no interfiera con las tareas esenciales de la vida como

la comida, el sueño o la elaboración de las tareas.

¿Qué técnica, actividad o material recomienda para enfocar la atención y motivar a los niños durante su alimentación? Pues yo pienso que como volver un poco como a las actividades pasadas, el niño se puede entretener o puede concentrar su atención en una canción que la puede cantar la misma mamá, con un dibujo que pueda representar el plato de alimento que él va a comer, repitiéndole al niño que lo que él va a recibir como alimento le va a favorecer, siempre con frases muy positivas y centrar al niño en la comida. La comida para el niño debe ser consciente, que sepa que va a recibir un alimento, no que está haciendo algo mecánico. Hay muchas formas de que el niño se centre en la comida cuando le ponemos colores, formas, siempre deben ser porciones pequeñas, si el niño no come la cantidad que era necesaria entonces partir esa porción en dos y repetirla en un tiempo corto, cosas así que el niño no sienta que está siendo castigado, ni que la comida es un castigo. Por la vista, por el olor también, al niño le agradan las cosas que huelen a frutas, que huelen como a dulce, sin necesidad de que sean dulces, y dedicarle al niño el tiempo necesario, así sea bastante prolongado para que tome sus alimentos, con sus papás participando de la actividad y no que estén haciendo otras cosas, que la hora de la comida del niño sea más formal, que esté establecido, que se respete en el mismo lugar, a la misma hora y casi siempre con las mismas rutinas para que el niño aprenda con la repetición.

Entrevista #3 Julián Andrés Gálvez

¿Qué formación académica tienes?

Soy médico general de la universidad Santiago de Cali, a mucho honor.

¿Cuál es tu profesión? / ¿En qué te desempeñas?

Me desempeño actualmente en la clínica de la policía en el área de médico asistencial de pediatría. He tenido la experiencia de trabajar en servicios de pediatría de muchas fundaciones y clínicas de la Ciudad de Cali. Me encantan los niños, me encanta atenderlos, sentir su empatía, también la empatía de los papás porque prácticamente durante la consulta médica pediátrica

el papá es quien enfoca los síntomas y las dolencias del pequeño dentro de lo particular y también específico.

En tu práctica profesional, ¿has tenido la oportunidad de interactuar con padres o cuidadores de niños de 2 a 5 años? Claro que sí.

¿Consideras que es adecuado el uso de dispositivos electrónicos en niños de 2 a 5 años? ¿Pueden afectar su desarrollo, y si es así, de qué forma?

Hoy en día estamos en una sociedad, así como nosotros éramos una sociedad millennial, la sociedad que hoy en día llega a la fuerza presión social y por desarrollo humano es necesario la tecnología y si no solamente la hemos visto influenciada en los temas de covid, en los temas del teletrabajo, en la importancia de cómo la tecnología ha recuperado y ha levantado muchas empresas que se daban por pérdidas totales y como también a recuperar el empleo en muchas de las personas. Así también, pienso que es muy importante el desarrollo de la tecnología y de una buena tecnología en los niños, Por supuesto, guiada por los padres.

¿Que sí pueden afectar su desarrollo? bueno, todo es un riesgo, ya sea positivo o negativo, de ese camino positivo o negativo es donde los padres se van a encaminar a dirigir al niño a ese tipo de situaciones.

¿Cómo puede afectar al niño de una manera positiva? Infundiéndole tecnología adecuada para su educación, por ejemplo, con programas educativos, lecturas en inglés o en múltiples idiomas, ya sabemos que hoy en día el mundo es muy exigente y eso hace que los niños desarrollen más su cerebro. En particular en niños de esta edad, donde su cerebro absorbe toda la información y es donde se debe aprovechar para que tengan un excelente desempeño académico.

¿Consideras que pueden usarse en el momento de la alimentación?

Yo considero que no. La alimentación es un proceso sagrado, es un proceso de vínculo familiar y por lo tanto, el niño debe concentrarse en su alimentación para que ese hábito se convierta en una costumbre, y esa costumbre se convierta ya en una forma cultural de cómo el niño ve reflejada

su alimentación. De hecho, precisamente es uno de los temas más difíciles de la pediatría, y es que las madres dicen “mi niño no come, mi niño no come ensaladas, mi niño no toma sopas, mi niño no consume carnes”, pero la pregunta es ¿Se han sentado los padres con los niños a comer en la mesa, los tres y los tres momentos del día? Si esa respuesta es sí, la dudo, porque los padres o están trabajando, o el niño está con un cuidador diferente a sus padres y eso repercute mucho en sus déficit nutricionales proteicos calóricos, en su buena ingesta alimenticia, ya que de hecho hay un método que se llama baby led weaning, en donde se encamina a que el niño tenga un excelente método de nutrición y una de las primeras razones es que el niño coma con los papás y que los papás coman lo mismo que el niño están comiendo, pues porque si el papá se come una hamburguesa y al niño le dan un plato de proteína: pollo desmechado con ensalada, ¿creen que el niño se va comer el plato de pollito con ensalada y la frutica? Es cuestionable.

¿Puede derivarse alguna enfermedad o afectación por el uso de dispositivos electrónicos en niños de 2 a 5 años?

Se pueden generar enfermedades y afecciones, sí claro, porque los dispositivos tienen luces UV que pueden afectar la piel. La luz del dispositivo celular en ciertas horas nocturnas puede afectar la capacidad de que el niño tenga un sueño reparador y que repercuta en su descontrol del horario con su ritmo circadiano. Entonces sí, muchas enfermedades afecciones y también están las emocionales, porque así como la tecnología se manipula de buena manera, también se puede manipular por el uso de redes, por ejemplo Instagram, Facebook, ahorita está esa red Tik Tok, en donde los niños ya a muy temprana quieren hacer videos de tiktok y bueno, yo pienso que eso es un tema bastante delicado y con mucha complejidad que hay que saber manejar y en especial en compañía de los padres.

¿Has encontrado esta temática como causa o motivo de consulta? Por ejemplo, “mi hijo no quiere comer porque está viendo el celular o la televisión”.

Por supuesto, es pan de cada día y de hecho es porque los niños hoy en día (como nuestra sociedad es milenial) ellos son una sociedad

más encaminada a la tecnología, su cerebro viene con un chip programado pero es por por evolución genética, y eso hace que ellos estén los dispositivos todo el tiempo. Si nosotros los adultos estamos el 70 o el 80% del día utilizando un dispositivo, ¿ahora los niños? Así que mucho cuidado.

¿Qué técnica, actividad o material recomienda para enfocar la atención y motivar a los niños durante su alimentación? La técnica de baby led weaning, en donde los tres (padre, madre e hijo) se tienen que sentar en la mesa en una hora adecuada, siempre regularmente. Si es desayunar a las 6 de la mañana, almorzar a la 1 de la tarde o 12:30 del día, consumir el snack a las 3 o 4 de la tarde y cenar a las 7 o 8 de la noche. Brindarle al niño una motivación por comer, por ejemplo, que sea un plato bien organizado y éste ordenado, que se utilicen animalitos, por ejemplo, que se haga una bolita de arroz en forma de osito, que la fruta esté bien picadita, que salmón este color adecuado, para que el cerebro por desarrollo neuroendocrino ve que el plato está de una forma y un aspecto agradable y que a pesar de que algunos alimentos no tengan una buena consistencia o un buen sabor, y si los padres comen ese mismo alimento, el niño crea un hábito y por lo tanto, crea una costumbre alimenticia.

Encuesta

Preguntas de clasificación:

Garantizar que el encuestado haga parte de la población objetiva.

1. Género: Masculino / Femenino / Otro
2. Nivel de escolaridad: Básica / Media / Superior
3. ¿Qué edad tiene su hijo?: 2 / 3 / 4 / 5

Preguntas con objetivo de investigación: Conocer hábitos y comportamientos de los padres/cuidadores que pueden influir en el comportamiento de los niños.

1. ¿Usted utiliza algún dispositivo en el momento de su alimentación?: Sí, casi siempre / A veces / No, nunca.
2. Indique cuáles son los dispositivos que utiliza en el momento de comer. Puede marcar varias respuestas: Celular /

Televisor / Computador / Tablet o ipad / Consola de videojuegos / Otra

3. ¿Cuál considera que sea la razón de utilizar dispositivos electrónicos al momento de comer?: Necesidad / Trabajo / Distracción / Costumbre / Compañía / No sabe / Otra razón (respuesta abierta)
4. ¿Considera que es adecuado que usted utilice el dispositivo electrónico en el momento de comer? Marque su respuesta en la escala de 1 a 5, donde 1 es Nada adecuado y 5 es Muy adecuado.
5. En una respuesta breve, ¿Podría explicar el por qué de su anterior respuesta?: Respuesta abierta.

Preguntas con objetivo de investigación: Conocer el proceso de alimentación entre los niños y los padres/cuidadores (dificultad y solución que le dan).

1. ¿Quién con mayor frecuencia le suministra los alimentos a sus hijos?: Papá y/o mamá / Abuelos / Otro (familiar) / Otro (no familiar)
2. ¿Cuál es el nivel de concentración que presenta el niño en el momento de su alimentación?: Alto / Medio / Bajo
3. ¿Qué tan complejo es lograr que el niño reciba todos los alimentos que se suministran en una sola comida? Marque su respuesta en la escala de 1 a 5, donde 1 es muy fácil y 5 es muy complejo.
4. ¿De qué forma usted logra que el niño reciba todo el alimento? Puede marcar varias respuestas.: Televisión / Celular / Libros / Canciones o juegos / Compañía / Castigos / Demostración / Insistencia / Diálogo / Premios / Ninguna / Otra (respuesta abierta)
5. ¿Qué estrategia, actividad o herramienta utiliza para lograr enfocar la atención y motivar al niño a consumir los alimentos? ¿Por qué?: Respuesta abierta.

Preguntas con objetivo de investigación: Evidenciar el conocimiento que tienen los cuidadores y/o padres sobre los riesgos del uso de dispositivos electrónicos en el momento de la alimentación.

1. ¿Conoce los riesgos que corren los niños al utilizar dispositivos electrónicos a la hora de comer?: No conozco / Conozco muy poco / Conozco bastante
2. ¿Cuál considera que sería la principal

consecuencia de que su hijo dependa de un dispositivo electrónico al momento de comer?: Problemas físicos (Enfermedad Gástrica, desarrollo adecuado de la motricidad, desarrollo del lenguaje, alteraciones en la nutrición) / Problemas psicológicos (Ansiedad, aislamiento, déficit de atención, dependencia, alteraciones en el aprendizaje) / Las dos respuestas anteriores / Ninguna consecuencia

3. ¿Estaría dispuesto a utilizar otra estrategia para el momento de la alimentación del niño?: Sí, estaría dispuesto a experimentar otro tipo de actividades. / No, no lo considero necesario.
4. Conocer el medio por el cual los padres o cuidadores les gustaría recibir información relacionada con la temática:
5. ¿En qué medio le gustaría encontrar información relacionada con diferentes actividades para realizar con su hijo al momento de comer?: Página web / Redes sociales (Instagram, Whatsapp, Facebook) / Correo electrónico / Libros / Videos / Folletos / App / Otra (respuesta abierta)



Una
aventura
alimenticia

