



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA EDUCACIÓN PARVULARIA

Informe final del trabajo de titulación previo a la obtención del título de
Licenciada en Ciencias de la Educación
Mención: Educación Parvularia.

TEMA:

LA CREATIVIDAD EN LA COCINA INFANTIL COMO MEDIO DE
DESARROLLO DE LAS EMOCIONES

AUTORA: Michelle Dennisse Espín Pozo

TUTORA: Ing. María Cristina Páez Quinde

Ambato – Ecuador

2019-2020

APROBACIÓN DE LA TUTORA DEL TRABAJO DE GRADO O TITULACIÓN

CERTIFICA:

Yo, Ing. Mg. María Cristina Páez Quinde con C.c. 1803091428 en mi calidad de Tutora del Trabajo de Graduación o Titulación, sobre el tema: “LA CREATIVIDAD EN LA COCINA INFANTIL COMO MEDIO DE DESARROLLO DE LAS EMOCIONES”, desarrollado por la egresada Michelle Dennisse Espín Pozo, previo a la obtención del título de Ciencias de la Educación, mención Educación Parvularia, considero que dicho informe investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el H. Consejo Directivo.



Ing. Mg. María Cristina Páez Quinde

C.c. 1803091428

TUTORA

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Dejo constancia que el presente informe es el resultado de la investigación de la autora, quien, basada en la experiencia profesional, en los estudios realizados durante la carrera, en la revisión bibliográfica e investigación de campo, he llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación.

Las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad de la autora.



Michelle Dennisse Espín Pozo

C.C. 1803673431

AUTORA

**AL H. CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS
HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN:**

El Tribunal receptor del Trabajo de Titulación presidido por el Doctor Segundo Víctor Hernández Saltos, Magíster, e integrado por los señores Doctora Daniela Benalcázar Chicaiza, Magíster; Licenciada Irellys Sánchez, Magíster, designados por la Unidad Académica de Titulación de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación de la Universidad Técnica de Ambato, para receptor el Trabajo de Titulación con el tema: “LA CREATIVIDAD EN LA COCINA INFANTIL COMO MEDIO DE DESARROLLO DE LAS EMOCIONES”, elaborado y presentado por la estudiante Michelle Dennisse Espín Pozo, para optar por el Grado Académico de Licenciatura en Educación Parvularia; una vez escuchada la defensa oral del Trabajo de Titulación el Tribunal aprueba y remite el trabajo para uso y custodia en las bibliotecas de la UTA.



.....
Daniela Benalcázar Chicaiza, PhD.

Miembro del tribunal

C.C. 0502125123



.....
Lcda. Irellys Sánchez, Mg.

Miembro del tribunal

C.C. 1756925952

DEDICATORIA

Esta investigación es el resultado del esfuerzo y dedicación, no solo de mi parte, sino de varias personas que han estado apoyándome para poder culminar satisfactoriamente mi carrera universitaria, es por eso que dedico este trabajo investigativo a mi padres, María Pozo y Enrique Espín, quienes siempre me han apoyado incondicionalmente en todos mis sueños y metas que he cumplido hasta el momento, quienes nunca me han dejado desistir y que cada día me alientan a seguir luchando por mis ideales, a mis hermanos Luis y Marie que me han ayudado cuando más lo he necesitado; gracias por siempre creer en mis capacidades y brindarme las armas necesarias para sortear con éxito todos los obstáculos que se me han atravesado en este camino tan corto y difícil llamado vida.

Michelle Dennisse

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por permitirme culminar esta etapa de mi vida estudiantil, agradezco a toda mi familia por el amor y apoyo absoluto con el que siempre me motivan a seguir por más difícil que sea el camino, especialmente a mi mamá María Pozo, quien nunca deja de sorprenderme con toda su sabiduría y es el motor que guía mi accionar, mi papá Enrique Espín, que ha estado incondicionalmente junto a mí, aunando esfuerzos para lograr todos mis sueños y metas anheladas. A mi hermano Luis y mi hermana Marie, que a lo largo de mi vida estudiantil me han colaborado con todo lo que he necesitado en los momentos más oportunos.

Manifiesto mis agradecimientos a mi tutora, Mg, María Cristina Páez, que con sus amplios conocimientos me ha guiado de la mejor manera para poder culminar con la investigación.

Agradezco a la Universidad Técnica de Ambato por ser un espacio que me ha permitido tener las mejores experiencias educativas, con docentes que más que educadoras han sido un ejemplo y consejeras, además esta institución me dio la oportunidad de compartir con mis amigas que estarán por siempre en mi corazón, gracias a Paulina, Thalía y Marjorie por ayudarme en mi vida académica y también en lo personal. Agradezco a Diego por siempre apoyarme emocionalmente y también con sus conocimientos para poder concluir con mi proyecto.

Finalmente agradezco a la vida y a todas las personas que de alguna u otra forma me ayudaron a concluir mi proyecto de investigación.

Michelle Espín

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

Aprobación de la tutora del trabajo de grado o titulación	ii
Autoría del trabajo de titulación	iii
Consejo directivo de la facultad de ciencias humanas y de la educación.....	iv
Dedicatoria.....	v
Agradecimiento	vi
Resumen ejecutivo.....	xiii
Abstract.....	xiv
CAPÍTULO I	
MARCO TEÓRICO	1
1.1 Antecedentes Investigativos.....	1
1.2 Descripción de los Objetivos	6
CAPÍTULO II	
METODOLOGÍA.....	43
2.1 Materiales.....	43
Instrumento de Percepción Organoléptica	43
Instrumento de Medición Emocional - The Geneva Emotion Wheel (GEW)	43
Cuestionario estructurado en Escala de Likert.....	43
Materiales y productos para la elaboración de los platos.....	44
2.2 Métodos.....	44
CAPÍTULO III	
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	48
3.1. Análisis y Discusión de los Resultados	48
Instrumento de Percepción Organoléptica Pre-Test.....	49
Instrumento de Percepción Organoléptica Post-Test	52
Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Percepción Organoléptica ...	55

Instrumento de Medición Emocional - The Geneva Emotion Wheel (GEW) Pre-Test.....	66
Instrumento de Medición Emocional - The Geneva Emotion Wheel (GEW) Post-Test.....	68
Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Medición Emocional - The Geneva Emotion Wheel (GEW).....	70
Encuesta a Docentes-Escala de Likert	82
3.2. Verificación de la hipótesis.....	87
CAPITULO IV	
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	88
4.1 Conclusiones	88
4.2 Recomendaciones	89
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	91
ANEXOS	95
Anexo 1	95
Anexo 2	96
Anexo 3.....	97

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Tabla comparativa de la alimentación ecuatoriana (ancestral y actual)	8
Tabla 2: Listado de alimentos y utensilios utilizados en la producción de los platos infantiles.....	42
Tabla N°3: Percepción Organoléptica Pre-Test	49
Tabla N°4: Percepción Organoléptica Post-Test.....	52
Tabla N°5: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Papas fritas con pollo).....	55
Tabla N°6: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Macarrones con Atún)	56
Tabla N°7: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Avena).....	57
Tabla N°8: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Tortillas de papa)	58
Tabla N°9: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Menestra de Fréjol).....	59
Tabla N°10: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Tallarín con pollo).....	60
Tabla N°11: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Guacamole) .	61
Tabla N°12: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Volovanes de Pollo).....	62
Tabla N°13: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Zanahoria cruda rallada).....	63
Tabla N°14: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Pasta con salsa cremosa de queso y brócoli).....	64
Tabla N°15: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Pre-Test	66
Tabla N°16: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Post-Test.....	68
Tabla N°17: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-	71

Tabla N°18: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Macarrones con Atún)	72
Tabla N°19: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Avena)	73
Tabla N°20: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Tortillas de papa)	74
Tabla N°21: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Menestra de Fréjol).....	75
Tabla N°22: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Tallarín con pollo)	76
Tabla N°23: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Guacamole).....	77
Tabla N°24: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Volovanes de pollo).....	78
Tabla N°25: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Zanahoria cruda rallada).....	79
Tabla N°26: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Pasta con salsa cremosa de queso y brócoli)	80
Tabla N°27: Escala de Likert (Docentes).....	82
Tabla N°28: Estadísticos de prueba.....	87

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Categorización de alimentos saludables y no saludables.....	10
Gráfico 2: Tabla nutricional para niños de 3 a 5 años.....	12
Gráfico N°3: Percepción Organoléptica Pre-Test	49
Gráfico N°4: Percepción Organoléptica Post-Test.....	52
Gráfico N°5: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Papas fritas con pollo)	55
Gráfico N°6: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Macarrones con Atún)	56
Gráfico N°7: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Avena).....	57
Gráfico N°8: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Tortillas de papa).....	58
Gráfico N°9: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Menestra de Fréjol).....	59
Gráfico N°10: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Tallarín con pollo)	60
Gráfico N°11: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Guacamole).....	61
Gráfico N°12: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Volovanes de Pollo).....	62
Gráfico bla N°13: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Zanahoria cruda rallada).....	63
Gráfico N°14: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Pasta con salsa cremosa de queso y brócoli).....	64
Gráfico N°15: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Pre-Test	66
Gráfico N°16: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Post-Test.....	68
Gráfico N°17: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-	71

Gráfico N°18: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Macarrones con Atún)	72
Gráfico N°19: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Avena).....	73
Gráfico N°20: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Tortillas de papa)	74
Gráfico N°21: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Menestra de Fréjol).....	75
Gráfico N°22: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Tallarín con pollo)	76
Gráfico N°23: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Guacamole).....	77
Gráfico N°24: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Volovanes de pollo).....	78
Gráfico N°25: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Zanahoria cruda rallada)	79
Gráfico N°26: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Pasta con salsa cremosa de queso y brócoli)	80
Gráfico N°27: Escala de Likert (Docentes).....	84
Gráfico N°28: Resumen de Prueba de Hipótesis.....	87

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA EDUCACIÓN PARVULARIA
MODALIDAD PRESENCIAL

Tema: “LA CREATIVIDAD EN LA COCINA INFANTIL COMO MEDIO DE DESARROLLO DE LAS EMOCIONES”.

Autora: Michelle Dennisse Espín Pozo

Tutora: Ing. María Cristina Páez Quinde

RESUMEN EJECUTIVO

El proyecto investigativo tuvo como objetivo indagar la relación entre la creatividad dentro de la cocina infantil y como esta afecta a las emociones de los niños, además la investigación estuvo enmarcada en experimentar con diferentes tipos de alimentos a una población concreta de 25 niños de 3 a 4 años del Centro de Desarrollo Infantil English Garden, para conocer la relación que tiene presentar una comida creativa sobre las emociones que pudieran llegar a experimentar los infantes.

En base al lunch que el CDI oferta a los niños, se experimentó manipulando intencionalmente la comida para demostrar la influencia que tiene el presentar un plato creativo sobre el desarrollo de las emociones. Se utilizó 2 instrumentos para la recolección de datos, primero se recogió información en una ficha organoléptica sobre el gusto y disgusto de los niños por determinado alimento, después se procedió a averiguar qué emoción sintieron con el plato específico que se les presentó.

En segunda instancia se procedió a realizar el mencionado experimento, el cual consistió en ofrecer a los sujetos de investigación los mismos platos antes descritos, pero esta vez de manera creativa, entonces se volvió a tomar datos en los dos instrumentos de la investigación y para mayor veracidad de la información recolectada, también se realizó una encuesta a las docentes del centro educativo.

En base a los resultados investigativos se propuso la elaboración de un recetario, que contiene recetas con alimentos saludables que aportan los nutrientes que los preescolares necesitan en esta etapa, lo más importantes que los alimentos donde la creatividad prevalece; dirigido a padres de familia y docentes, con la finalidad de que desde la alimentación se comience a adquirir hábitos alimenticios saludables, además de la potencialización de las tan citadas variables, creatividad y emociones infantiles.

Palabras claves: creatividad, emociones, educación inicial, cocina infantil, alimentos saludables.

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA EDUCACIÓN PARVULARIA
MODALIDAD PRESENCIAL

Tema: “LA CREATIVIDAD EN LA COCINA INFANTIL COMO MEDIO DE DESARROLLO DE LAS EMOCIONES”.

Autora: Michelle Dennisse Espín Pozo

Tutora: Ing. María Cristina Páez Quinde

ABSTRACT

The research project aimed to investigate the relationship between creativity in children's cooking and how it affects children's emotions, in addition the research was framed in experimenting with different types of food to a specific population of 25 children from 3 to 4 years of the English Garden Child Development Center, to know the relationship of presenting a creative meal about the emotions that infants might experience.

Based on the lunch that the Child Development Center offers to children, it was experienced by intentionally manipulating food to demonstrate the influence of presenting a creative dish on the development of emotions. Two instruments were used for data collection, information was first collected in an organoleptic test about the like and dislike of children for a certain food, then the experiment proceeded to find out what emotion children felt, with a specific dish that was presented to them.

In the second instance, the aforementioned experiment was carried out, which consisted in offering to research subjects the same dishes described above, but this time in a creative way, then data were taken again in the two instruments of the investigation and for greater accuracy of the information collected, a survey was also carried out to teachers of the educational center.

Based on the research results, it was proposed to prepare a recipe book, which contains recipes with healthy foods, which provides the nutrients that preschoolers need at this stage, and most importantly, foods where creativity prevails; aimed at parents and teachers, with the purpose of acquire healthy eating habits from the diet, in addition to the potentializing of the aforementioned variables, creativity and children's emotions.

Key words: creativity, emotions, initial education, experiment, childish, healthy food

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1.1 Antecedentes Investigativos

Al respecto de la variable creatividad, hay que considerar que ésta ha sido acuñada por diversos autores desde hace varios años atrás, es por esto, que existen diferentes perspectivas desde donde el término ha ido adquiriendo nuevas conceptualizaciones con el paso de los años, y en la actualidad es muy común inmiscuir a este término en varios ámbitos. Por lo cual buscar investigaciones para lograr relacionar a la creatividad con la cocina infantil es una necesidad, y se debe indagar en investigaciones previas para encontrar la verdadera importancia de esta asociación.

De acuerdo a (Summo, Voisin, & Téllez, 2016) en la investigación de la creatividad: eje de la educación del siglo XXI, proponen la acepción de que la creatividad es un proceso en el cual se intenta mejorar lo existente; y desde el ámbito pedagógico se discurre en el hecho de que la educación debe tener un mejoramiento continuo, por esto las instituciones educativas deberían tener la misión transformadora de innovar constantemente en los procesos educativos, y que mejor que partir desde las fortalezas de los estudiantes, en este caso desde la creatividad, para lograr el tan ansiado desarrollo integral del cual se habla actualmente.

En educación inicial es donde la palabra creatividad se encuentra latente y dado que los niños están en la etapa de exploración del mundo, ellos no ven las cosas de la misma manera que los adultos y cada acción que realizan supone un juego, y los docentes deben aprovechar esto como un espacio de aprendizaje, cada idea que surge de los infantes durante las clases, se lo debe tomar como una oportunidad para involucrarlos en el proceso enseñanza-aprendizaje, e intentar que se sientan como parte activa de este.

Hay varias ventajas de la cocina infantil y según (Clemente, 2018) este término permite a los niños percibir los primeros juegos simbólicos de la infancia, también abre oportunidades de estar en contacto directo con texturas, olores y sabores que estimulan el hemisferio derecho cerebral. Entonces se razona que la cocina infantil es zona de experimentación sensorial, un espacio de aprendizaje significativo fundado desde la realidad, además es un centro de indagación, experimentación, manipulación y aprendizaje.

Dentro del ámbito gastronómico a la cocina se la considera un arte y de acuerdo a (Sánchez & Morales, 2017) en su investigación bajo el tema de fortalecimiento de la creatividad en la educación preescolar orientado por estrategias pedagógicas basadas en el arte y la literatura infantil, se pudo concluir mediante experimentos pedagógicos, que la ejecución de actividades interactivas influidas por el arte permite a los niños afianzar la flexibilidad del pensamiento, imaginación, curiosidad, los cuales son elementos imprescindibles de la mente creativa.

A la creatividad en la cocina infantil, además se le vincula con el arte sensorial porque este último término se caracteriza por la capacidad de experimentar varias sensaciones por medio del oído, vista, tacto, gusto y olfato; datos encontrados en la investigación de (Rodríguez, 2017) con el tema de imaginación, creatividad y aprendizaje por descubrimiento a través del arte en educación infantil. Por esta razón es que los niños necesitan tener un buen estímulo alimentario para que puedan experimentar el arte sensorial a través de la comida, además de las percepciones sensoriales que involucren a los cinco sentidos es importante relacionarla con los alimentos, porque los niños son sumamente visuales y si tienen un plato de verduras presentado de manera creativa, ellos lo comerán sin ninguna objeción.

Por otro lado está el hiperconsumo y los problemas que esto acarrea, y citando a (Zapata, Roviro, & Carmuega, 2016) quienes en su investigación de los cambios en el patrón de consumo de alimentos y bebidas, sintetizan que la alimentación evoluciona a través del tiempo, y que los niños ya no consumen alimentos sanos; es necesario tener consciencia que el consumo de los alimentos ha cambiado notoriamente, además es innegable que el capitalismo del hiperconsumo ha logrado articular la esfera productiva y la cultural; y en el caso de la gastronomía se discurre que en la actualidad existen cursos para convertir las comidas en un verdadero performance, la necesidad de escenificar la alimentación ha hecho que la industria creativa de los restaurantes deje atrás la idea de que los alimentos son puramente funcionales, para pasar a considerarlos un objeto de deseo, que se encuentre estéticamente armonizado con las demandas sociales actuales.

Entonces se tiene que la comida que se consume actualmente es el resultado de un proceso social, en el cual las industrias en su afán de vender productos han ido metiendo en la ideología de las personas que deben comer no solo para saciar esta necesidad fisiológica, sino que más bien incitan al hiperconsumo de alimentos y no precisamente saludables. Y por otro lado se tiene a las nuevas tendencias de alimentación, en las que se propone un estilo de vida más sano comiendo alimentos que sean naturales y no tan procesados.

Asociando todo lo mencionado anteriormente como la fortaleza de que en la etapa preescolar hay grandes niveles de creatividad en los estudiantes, el hecho de que la publicidad de las marcas de consumo masivo de alimentos ultra procesados ha acaparado la atención de los niños haciéndoles desear comida con altos niveles de carbohidratos y grasas, el factor de que la educación siempre debe estar en constante cambio, con la intencionalidad de estar a la vanguardia con estrategias que respondan a las necesidades y dificultades que puedan tener los estudiantes, y por último que la alimentación es un ámbito en el cual los encargados de la educación pueden ayudar a mejorarla, entonces se infiere que relacionar a la creatividad con la cocina infantil es un hecho del cual se pueden desprender varias ventajas durante la etapa de la niñez.

La variable emociones dentro de la investigación es tomada como dependiente, debido a que depende de la creatividad en la cocina infantil para poder desarrollarla, y según la investigación de (Rojas & García, 2017), construcción de una Escala de Alimentación Emocional, en la cual se elaboró una escala para medir la alimentación emocional, se tuvo como conclusión que la alimentación no sólo aporta nutrientes, sino también forma parte fundamental del sistema emocional; asimismo es indiscutible las reacciones que ocurren internamente en el cuerpo debido a las propiedades químicas que producen los neurotransmisores, y es imperiosa la necesidad de investigar estas respuestas del cuerpo frente al estímulo de los alimentos, que a su vez generan las emociones en los niños, para poder irlas regulando desde la infancia con el fin de asegurar una vida plena.

En el artículo psicológico las emociones en el proceso de enseñanza-aprendizaje; se ratifica que las emociones son el resultado de un proceso psicológico adaptativo, que tiene el propósito de recoger y coordinar el resto de procesos psicológicos, en especial cuando ciertas situaciones requieren una respuesta rápida y efectiva que se ajuste a los cambios en el medio ambiente, entonces es necesario resaltar la relación entre los alimentos y las emociones que los niños puedan experimentar a partir de estos, por ejemplo exponiendo al niño a un estímulo alimentario determinado, este va a tener repercusión en las emociones que pueda llegar a presentar a partir de la alimentación (Rodríguez Y. , 2016).

Según la investigación de (Barcia, Pico, Reyna, & Vélez, 2019) en las emociones y su impacto en la alimentación, se concluyó que el deber profesional de los docentes es de gran importancia para el correcto manejo de las emociones, desde la promoción de la inteligencia emocional se puede llegar a adquirir buenos hábitos alimenticios. El quehacer profesional dentro de la educación invita a los docentes a tomar responsabilidad por el buen desarrollo de las emociones durante la infancia, ya que de esto dependen varios factores relacionados con la posible personalidad que puedan tener los niños en el futuro.

La alimentación influye en las emociones y al mismo tiempo las emociones tienen resultados en la elección de alimentos y hábitos alimenticios, sustancialmente en alimentos que puedan reponer los niveles de energía y los que puedan inducir una sensación de bienestar, reconociéndose por la capacidad de producir efectos reconfortantes, por eso la ingesta controlada de alimentos puede ayudar a que los niños experimenten emociones positivas y negativas, acorde con la investigación sobre la validación del Cuestionario de Comedor Emocional, realizada por (González, 2018).

La atención, conciencia, claridad, comprensión, y aceptación, control de conductas impulsivas, emociones negativas y el uso de estrategias emocionales en situaciones sociales, es lo que significa tener una regulación emocional; y consecuente con la investigación, perfiles de regulación emocional y estrés académico en estudiantes de fisioterapia, presentado por (González, Souto, & Fernández, 2017) si los estudiantes tienen control y aceptación de sus estados emocionales, la parte académica será más fácil de desarrollarla y la mente de los alumnos estará más adaptativa y tendrán menos respuestas de estrés académico.

Según la investigación, la alimentación en educación inicial como un campo de experiencia pedagógica, realizada en Bogotá, se halló que la integración de platos creativos en la ingesta de los niños de educación inicial tiene gran relación con el estado de ánimo y vínculos afectivos (Pulido, 2017). En tal caso, se concluye que al presentar platos creativos a los niños, las emociones y afectividad mejorarán, lo cual ayuda a justificar la importancia de la presente investigación.

Actualmente, se promulga mucho la importancia de desarrollar emocionalmente a los niños en la etapa preescolar para así evitar problemas psicológicos en la adultez, pero el escaso conocimiento que las maestras tienen sobre la relación entre la comida y las emociones, provocan que los niños estén alimentados netamente en lo académico, pero en su parte emocional se encuentran carentes de la atención que precisan para lograr el tan anhelado desarrollo infantil integral.

1.2 Descripción de los Objetivos

Objetivo Específico 1: Argumentar científicamente la relación entre la creatividad en la cocina infantil y los hábitos alimenticios de los niños para lograr una alimentación balanceada.

Para el cumplimiento de este objetivo fue necesario indagar información actualizada, para conocer desde un punto de vista científico, la relación entre la creatividad y la cocina infantil para la adquisición de buenos hábitos alimenticios desde la niñez y poder tener una dieta balanceada que cuente con todos los requerimientos nutricionales que los párvulos necesitan en su desarrollo.

Entonces varios autores han definido que la creatividad es uno de los componentes esenciales del pensamiento y un gran coadyuvante para el desarrollo personal y social de los niños, pero pese a todas estas ventajas algunos docentes tradicionalmente han tratado de frenar e impedir el desarrollo de la creatividad, limitando las actividades escolares, esto fue encontrado en la investigación de (Albornoz, 2019).

Un claro ejemplo de esto es que la mayoría de las acciones académicas que realizan los docentes, las planifican poniendo especial énfasis en el hemisferio cerebral izquierdo, que se encarga de las capacidades analíticas de la persona. Esto se debe a la falta de conocimiento que se tiene de la creatividad o las escasas nociones de metodologías que se tiene para desarrollarla.

Se deja entre abierto el tema de que las actividades donde la creatividad debe surgir espontáneamente, actualmente son manipuladas por el docente; cortando así la libertad de los niños para expresarse por medio del arte, sino que más bien se los impone a realizar actividades previamente diseñadas, sin tomar en cuenta si lo desean hacer o no, coartando la creatividad, libertad y autonomía de los estudiantes.

La creatividad implica que los componentes cognitivo y afectivo estén relacionados entre sí, y cuando este proceso sucede se pone en práctica en actividades relacionadas con el hemisferio derecho del cerebro, entonces se considera que la creatividad debe ser desarrollada desde tempranas edades para activar todas las nociones en conjunto, como un todo significativo (Medina, Velázquez, Alhuay, & Aguirre, 2017).

Relacionando lo anterior, y en razón de que la creatividad es tan importante desarrollarla desde actividades que produzcan asombro en los infantes, la palabra cocinar entra en juego desde la acepción de que la cocina y la creatividad supone un proceso combinatorio, y se establece por varios investigadores que la mezcla entre estos dos términos trae grandes ventajas en la etapa escolar.

Debido a la anterior se tiene que la cocina creativa representa el experimento de combinar diferentes sabores, olores, texturas y temperaturas para el deleite de los comensales, esto fue encontrado a partir de la investigación *applying creativity research to cooking* de los autores (Beghetto, Kaufman, & Hatcher, 2015). Pero en términos de la infancia el deleite es lo de menos, porque las ventajas que esto tiene en los niños son varias, como por ejemplo, lograr que los niños coman todos los alimentos del plato, y que estén inmersos en el proceso de cocción y emplatado, hace que se despierte el interés de los infantes por aprender y a su vez lo más importante, desde una actividad creativa se favorece la adquisición de hábitos alimenticios saludables.

Se sabe que los hábitos alimentarios están determinados por las costumbres y en gran parte por la intervención de la familia, quienes son los proveedores de la comida que los niños consumen diariamente, y en una tercera parte está la escuela que es responsable del lunch que brinda a los infantes, entonces es necesario que haya total concordancia y se trabaje a la par para conseguir que los niños se nutran de acuerdo a todos los requerimientos nutricionales y según la edad correspondiente.

Para argumentar la manera en la que la creatividad en la cocina puede influenciar en los hábitos alimenticios infantiles, es necesario conocer como era el tipo de alimentación que se llevaba antiguamente en el Ecuador y la alimentación que se tiene actualmente; con la finalidad de profundizar en los conocimientos de los ingredientes utilizados ancestralmente y poder rescatar los que aportan valores nutricionales significativos, para de esta manera buscar estrategias creativas de cocina infantil que permitan que los niños aprovechen todas las bondades de los alimentos.

Tabla 1: Tabla comparativa de la alimentación ecuatoriana (ancestral y actual)

Alimentos	
Alimentación Ancestral	Maíz, papa, papa china, camote, palma de chonta, maní, yuca, plátano, aves, tilapia, sardina, atún, pargo, corvina, cuy, mono, guanta, guatusa
Alimentación Actual	Pan, arroz blanco, gaseosas, aceites refinados, mantequilla, azúcares, harinas, alimentos con transgénicos, hamburguesas, pizzas, sushi, crepes, postres, carne de cerdo, carne de res, alimentos alterados químicamente, embutidos, lácteos, comida rápida

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: (Enríquez, 2017)

Es indiscutible que el tipo de alimentación que se ha tenido históricamente en el Ecuador ha sido una dieta basada en carbohidratos, y la falta de conocimiento para balancear la alimentación ha sido un verdadero problema; porque con tal de complacer la necesidad de comer, las personas mezclaban cualquier tipo de comida con altos índices de carbohidratos y grasas.

La historia se remonta a la época de la llegada de los españoles, en la cual los habitantes no consumían proteína animal, de acuerdo a esto la comida que se ingiere tiene que ver con un aspecto cultural, religioso y situación demográfica. La globalización ha hecho que la alimentación oferte comida rápida, ultraprocesada, con altos índices de grasas saturadas, y es por esta razón que el Ministerio de Salud Pública (MSP) lanzó el Plan Intersectorial de Nutrición 2018-2022, con el objetivo de regresar a la cocina tradicional ecuatoriana, donde se garantiza una educación saludable para prevenir la

mala alimentación y además existe una guía alimenticia para que la dieta se adapte a la edad, peso, sexo y demás factores necesarios para asegurar una dieta balanceada (Acosta, 2018).

En relación a todo lo anterior, la educación inicial tiene que ser un espacio en el cual se respete a los niños por todas las habilidades, capacidades y necesidades que puedan presentar, puesto que los preescolares tienen un agudo pensamiento intuitivo, la educación infantil debe cultivar esto desde el contacto directo con el arte en todas sus manifestaciones.

Entonces el Ministerio de Educación establece los denominados rincones con una metodología flexible que pretende atender la diversidad del aula, a la vez que busca potencializar las capacidades e intereses de los niños (Ministerio de Educación, 2015). Y en el rincón del hogar los párvulos dan rienda suelta a las primeras experiencias con el juego simbólico al recrear actividades de la casa, además se desarrolla la imaginación, socialización, motricidad, lenguaje, percepción sensorial, esquema corporal y otros beneficios que se supone brindan estos rincones.

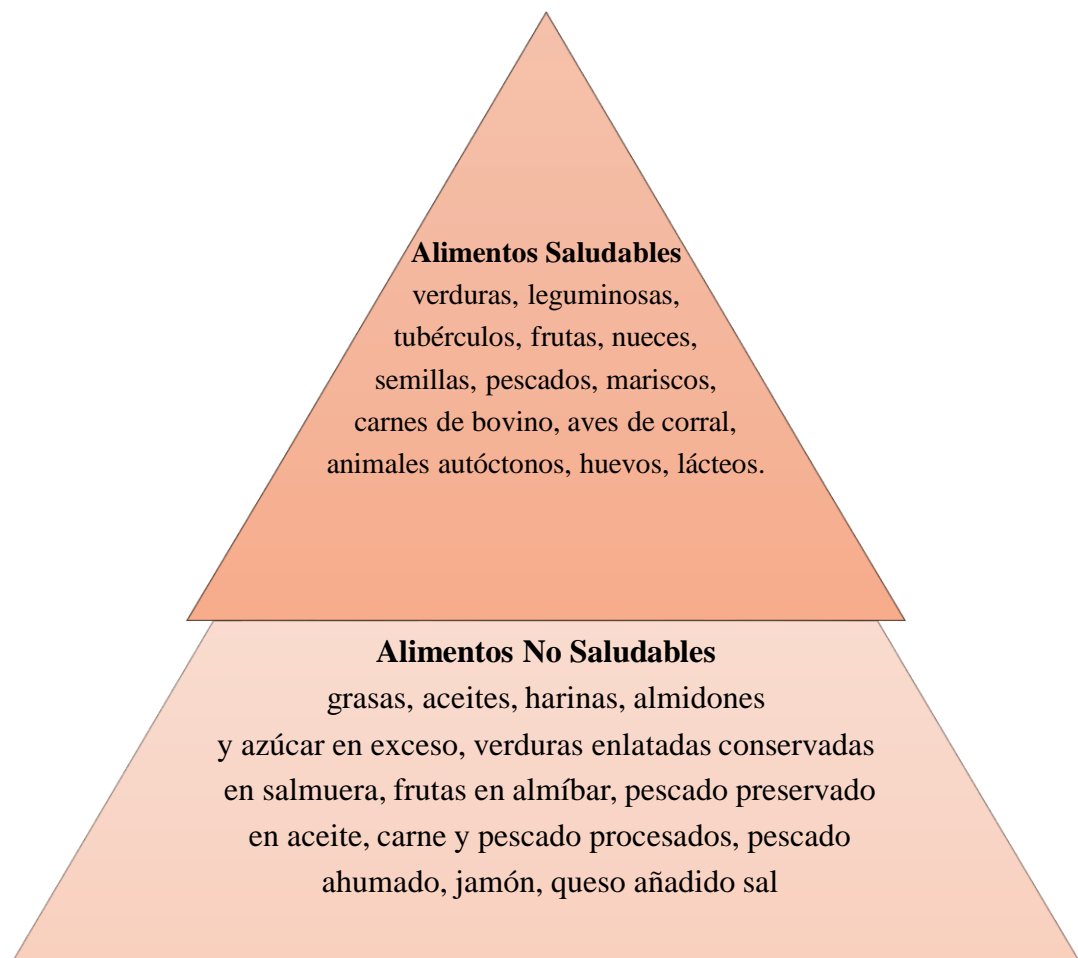
De la teoría a la práctica el camino a recorrer es muy largo y en varias ocasiones las instituciones educativas no cumplen con lo expuesto por el ministerio y el currículo de educación inicial, y es entonces donde se pierde la verdadera esencia de los rincones de aprendizaje, por ejemplo los niños suelen ir al rincón de la cocina a jugar y a tener juegos simbólicos pero el afán de los docentes por evitar accidentes y que se ensucien, limita la oportunidad de aprender y de poder aprovechar todos los beneficios descritos.

Con lo expuesto anteriormente se ratifica la relación entre la creatividad y la cocina infantil, todos los beneficios nombrados se traducen en una infancia plena, y con el accionar articulado entre la familia y la escuela, se asegura la educación que el Ministerio de educación promulga para los niños preescolares.

Objetivo Específico 2: Categorizar los alimentos saludables y no saludables para los niños con la finalidad de conocer cómo la comida favorece al desarrollo de emociones en la etapa preescolar.

Para el desarrollo de este objetivo es preciso definir los alimentos saludables y no saludables desde los argumentos de autores entendidos en el tema de nutrición, además al contar con la información necesaria del tipo de comida que se debe ingerir para estar saludables, también se debe indagar los alimentos que ayudan a desarrollar las emociones infantiles, teniendo en cuenta las sustancias químicas que cada uno de estos alimentos contienen y lo que pueden provocar en el cuerpo.

Gráfico 1: Categorización de alimentos saludables y no saludables



Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: (Turbiani, 2019)














La categorización de los alimentos tiene como propósito saber cuáles son los grupos de alimentos que son considerados como saludables y cuáles no, para de esta manera poder incluir en la alimentación infantil los alimentos que aporten más nutrientes a los niños, y a su vez conocer la alimentación necesaria para el desarrollo emocional de los infantes.

Para tener conocimiento de lo que un niño necesita en su dieta diaria se debe investigar en varias fuentes para tener la certeza de que los valores nutricionales son los adecuados para los niños, y según la Organización Mundial de la Salud que actualiza constantemente la pirámide nutricional en donde se especifica los alimentos que los niños deben consumir para que la ingesta sea variada y adecuada para cada edad, se establece una pirámide con ciertos parámetros que los adultos deben conocer para proporcionar una alimentación adecuada a los niños.

Dicha pirámide tiene cinco niveles, en el primer nivel se encuentran alimentos con altas concentraciones de carbohidratos, como pastas, granos, cereales, arroz, aceites, harinas, agua y sal; se recomienda entre 4 o más raciones al día en los platos de los niños; en el segundo nivel están los nutrientes con alto contenido de fibra dietética, minerales y vitaminas A, C y E, se debe incluir 2 o 3 piezas de frutas y verduras en el menú diario, en el tercer nivel están los lácteos, frutos secos y huevos proporcionan hierro y calcio al organismo y se los come de 2 a 3 veces al día; en el cuarto nivel están la carne y pescado que se debe consumir una vez al día en la semana y finalmente en el quinto nivel las grasas y azúcares que poseen alto contenido de calorías (Grupo Colaborativo de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC), 2016).

Para mayor veracidad en los datos nutricionales, se ha investigado desde varias fuentes bibliográficas, con la finalidad de tener una amplia fuente de información confiable para la continuación del proyecto investigativo.

Gráfico 2: Tabla nutricional para niños de 3 a 5 años

Alimentos	Frecuencia	Cantidad Sugerida	
		Niños	Niñas
Lácteos bajos en grasa	diaria	3 tazas 	
Verduras	diaria	2 platos chicos crudas o cocidas 	
Frutas	diaria	3 unidades 	
Pescado	2 veces por semana	1 presa chica 	
Pollo, pavo o carnes sin grasa	2 veces por semana	1 presa chica 	
Legumbres	2 veces por semana	1 plato chico 	
Huevos	2 ó 3 veces por semana	1/2 a 1 unidad 	
Cereales o pastas o papas cocidas	4 ó 5 veces por semana	1 plato chico 	
Panes	diaria	1 unidad 	1/2 unidad 
Aceite y otras grasas	diaria	 Poca cantidad	
Azúcar	diaria	Poca cantidad máximo 4 cucharadas 	
Agua	diaria		1,2 a 1,5 litros (5 a 6 vasos)
Aporte calórico aproximado		1.400 kcal	1.250 kcal

Fuente: (Clínica Alemana, 2018)

A partir de los requerimientos nutricionales de los niños, se pueden entonces relacionar los componentes químicos de los alimentos con las emociones que producen en el cuerpo humano. La data sobre la relación entre la ingesta alimentaria y las emociones ha sido abarcada desde hace mucho tiempo atrás, y en el siglo V, Hipócrates relacionó la personalidad con cuatro humores orgánicos; bilis negra, bilis amarilla, sangre y linfa, además definió a las personas como linfáticos, coléricos, sanguíneos y melancólicos, según la predominancia de uno u otro de estos fluidos corporales; entonces a través de la administración de una sustancia química con una acción en el cerebro, se puede convertir a alguien de serio a alegre (López, Pérez, & Guzmán, 2017).

La sinapsis controla todas las acciones del cerebro como las funciones que originan, controlan y modulan las emociones por medio de circuitos, se conoce que los circuitos que producen las emociones están en el sistema límbico, específicamente en el circuito mesolímbico cortical también asociado al hipotálamo que tiene a su cargo la regulación de conductas emocionales y funcionales como el apetito (Pasantes, 2017).

Siguiendo la línea científica para determinar el origen de las sustancias que producen las emociones, cabe destacar que se asocia a la dopamina como un neurotransmisor de emociones positivas y a la serotonina con las emociones negativas; se entiende como neurotransmisores a las sustancias químicas responsables del traspaso de señales de una neurona a otra por medio de la sinapsis; conjuntamente el funcionamiento de esta estructura es afectada por la serotonina, entonces se aduce que si no existiera esa sustancia en el cuerpo, las personas tendrían numerosos desequilibrios emocionales (Aedo, 2017).

Según (Herrera, 2017) los neurotransmisores son la acetilcolina (ACh), dopamina (DA), noradrenalina (NE), serotonina (5-HT), glutamato (Glu), (GABA), glicina (Gly), histamina, que son sustancias que tienen los alimentos y al ser ingeridos son segregados al cerebro y provoca todo un proceso hasta poder llegar a la expresión de las emociones, cada neurotransmisor es el encargado del desarrollo de una emoción específica, por ello el rol que cada uno desempeña en el cuerpo es muy importante.

Se tiene evidencias que vinculan a la depresión con ácidos grasos, y la asociación del nivel de ácido fólico y algunos aminoácidos como una forma efectiva de tratar la depresión. Además, los antioxidantes y los oligoelementos tienen gran posibilidad biológica de afectar la función normal cerebral y el estado anímico; la evidencia del rol de la nutrición en la salud mental parte de trabajos documentados sobre las secuelas psicológicas y neurológicas de deficiencias francas de nutrientes, por ejemplo, la falta severa de vitamina B12 resulta en la pérdida de la memoria, disfunción mental y

depresión, la deficiencia de folatos puede causar fatiga, confusión, demencia, irritabilidad (Marrero, 2017)

Dada la relación de la ingesta alimentaria en las emociones es imperioso cuidar de lo que consumen los niños en la etapa preescolar, y los docentes en las aulas de clase deben estar al pendiente de la comida en las loncheras escolares, que suelen contener gran cantidad de comida no saludable y con altos niveles de azúcar, que no favorecen en nada a los preescolares.

Con la ingesta de comidas con altos niveles energético, ricos en grasa saturadas, azúcares refinados, alimentos ultraprocesados y bebidas azucaradas que se refieren a concentrados de frutas y bebidas carbonatadas de alto índice energético, alto contenido glucémico y bajo nivel de saciedad, que a su vez induce a un mayor consumo de alimentos después de su consumo, habrá una gran probabilidad de que los niños tengan obesidad infantil además de varios problemas de salud, desencadenantes en un deficiente desarrollo infantil debido a la falta de nutrientes y una mala regulación de emociones según la investigación de (Ramírez, Fuerte, Martínez, & Correa, 2017).

Los colores de los alimentos también son un factor que consiguen modificar el estado de ánimo de las personas, y pueden influir en su decisión a la hora de comer, los colores vivos se los relacionan con una dieta óptima y saludable; los expertos en gastronomía nutritiva elaboran platillos con productos con tonos rojo, verde, naranja, amarillo. Por otro lado los alimentos con tonos grises y el color azul, generan rechazo para quien los consume (Gavilanes, 2016).

Objetivo Específico 3: Elaborar un recetario infantil detallando una dieta nutritiva, por medio de recetas saludables presentadas de manera creativa para que los niños puedan aprovechar todos los nutrientes de los alimentos durante la infancia.

El conjunto de recetas creadas exclusivamente para niños de manera creativa es el recetario establecido en el objetivo, después de haber revisado información de la creatividad, de los alimentos y su influencia en las emociones infantiles, es justo el desarrollo de recetas con platos presentados creativamente, además del hecho que deben contener todos los nutrientes que los niños necesitan en esta etapa.

La creación del recetario se sustenta en las destrezas de manifestar emociones y sentimientos con mayor intencionalidad mediante expresiones orales y gestuales dentro del ámbito de identidad y autonomía y en el ámbito relaciones con el medio natural y cultural, además la destreza de identificar los alimentos nutritivos reconociendo la importancia de éstos en el crecimiento; estas destrezas acorde el currículo de educación inicial deben ser adquiridas en los niños de 3 a 4 años (Ministerio de Educación, 2014).

El objetivo del proyecto investigativo es la creación de un recetario infantil con recetas sanas y creativas partiendo de la información de la pirámide nutricional y de la exploración sobre la relación de los alimentos y las emociones, el recetario se adapta a las necesidades y demandas nutricionales de los niños en base al levantamiento de la información obtenida con los instrumentos adecuados.

El recetario está elaborado en base la información de los niños pertenecientes a la institución educativa en donde se realizó la investigación, debido a esto, dicho recetario reposará en esa institución y también en la Universidad Técnica de Ambato para fines educativos concernientes a los tópicos de los niños en educación inicial, a la creatividad, cocina infantil y emociones; las recetas podrán ser replicadas con la seguridad de que cada una de ellas posee nutrientes y además un emplatado creativo que a los niños les gustará comer.

El recetario está compuesto de 15 menús para las tres principales comidas del día (desayuno, almuerzo, merienda) con su valor nutricional cada uno, es decir se detallará el porcentaje de calorías, grasas, proteínas y carbohidratos de cada menú; además cada menú tiene una imagen ejemplo de cómo decorar el plato para hacerlo creativo y que sea visualmente agradable para los niños, también se describe los ingredientes utilizados para cada receta y la preparación; la creatividad prepondera en el recetario y también la presentación de porciones pequeñas pero llamativas que tienen variedad de color y texturas y formas, preparando los alimentos con técnicas culinarias diferentes a las que están acostumbrados.

Los resultados esperados con la investigación y la creación del recetario es mejorar la alimentación de los niños que no les gusta comer las verduras y también ayudar a docentes y padres de familia que sepan acerca de los alimentos que pueden preparar a los párvulos para asegurar un desarrollo emocional y a la vez integral, debido a que la presentación de un plato creativo aporta oportunidades de aprendizaje.

Las recetas están basadas en los alimentos descritos en los instrumentos con los cuales se hizo el levantamiento de la información de la investigación, y los datos de los valores nutricionales se los obtuvo por medio de una página confiable que analiza los porcentajes en base a cada plato que se inquiera, la organización y diseño estuvieron a cargo de profesionales, para que el recetario esté completo y se lo pueda aplicar correctamente a los preescolares.

Una dieta nutritiva implica ingerir alimentos saludables que ayudan al ser humano a tener un balance nutritivo de manera equilibrada, esto implica ingerir porciones adecuadas con la estatura, contextura, sexo, edad y factores demográficos de las personas. En los niños se debe procurar una alimentación completa, equilibrada, suficiente y adecuada a los requerimientos que los infantes necesitan (Galgani, 2018).

El recetario cuenta con platos especialmente creados para los niños del centro educativo donde se realizó la investigación, es una respuesta en cuanto a las necesidades nutricionales de los preescolares, las porciones están basadas de acuerdo a la edad de los investigados y los platos creativos corresponden al medio en el cual los infantes se desenvuelven en la cotidianidad.



El

Recetario



*La creatividad en la cocina infantil como medio de
desarrollo de las emociones*





Autora:

Michelle Espín

Tutora:

Ing. María Cristina Páez

Fotografías:

Autora

Diseño:

Diego Santamaría

Datos de la Autora:

Michelle Dennisse Espín Pozo

Teléfono: 0999940726

Email: michelle_espin0609@hotmail.com

Ambato – Ecuador
2020

Introducción

Actualmente alimentarse correctamente supone un reto, debido a varios factores sociales, los hábitos alimenticios se han visto modificados en las familias y como resultado estos han desmejorado en los últimos años, teniendo como consecuencias malnutrición y en su extremo opuesto, obesidad.

En la infancia es donde los niños sientan las bases de su personalidad y adquieren la mayor parte de sus hábitos y rutinas, entonces es importante que desde la educación los niños entiendan la importancia de una buena alimentación, en repetidas ocasiones se hace latente el problema de que los niños no comen porque el plato que se les presenta no les llama la atención, y tanto los padres de familia como docentes le restan importancia a este inconveniente.

El tipo de alimentación que los niños consumen se ve determinada por la percepción organoléptica de los alimentos, esto quiere decir el color, olor, sabor y textura de la comida, y si estos 4 elementos no se encuentran satisfechos por el comensal, pues simplemente la comida se le percibe como no deseable.

Además, en la etapa preescolar la creatividad y las emociones juegan un papel transcendental debido a que son factores esenciales dentro del desarrollo infantil, entonces a partir de la conjugación de todos estos aspectos anteriormente mencionados y con una investigación experimental previa se ha elaborado un recetario con comida creativa y que a su vez ayude al desarrollo de las emociones en la infancia.

El recetario está compuesto con 15 platos, cada uno emplatado de manera creativa para que a los niños les provoque deleite, está dividido con 5 desayunos, 5 almuerzos y 5 meriendas; con las porciones exactas que los niños necesitan acorde a la edad de 3 a 4 años. Al mismo tiempo cada receta cuenta con una tabla nutricional con los gramos de carbohidratos, calorías, grasa y proteínas de cada plato.

ÍNDICE

Introducción	1
Desayunos.....	4
Avenoso	5
Esponjosos - Volovanes de pollo.....	6
Dinobanana	7
Caperucitas de fresas.....	8
Sandiazana	9
Almuerzos.....	10
Isla de papas fritas con pollo	11
León de macarrones con atún	12
Dante el pescado	13
El gato aplastado	14
Llama llama beans.....	15
Cenas	16
Choclitos al sol.....	17
Pollos en su nido	18
Guacafrankenstein.....	19
Zanahoria gatuna.....	20

Brocobot.....	21
Referencias Bibliográficas	22



DESAYUNOS

AVENOSO

INGREDIENTES

Avena	10 cucharadas
Agua	2 vasos
Leche	1 vaso y 1/2
Azúcar moreno	Al gusto
Plátanos	2
Sal	Al gusto
Canela en polvo	Al gusto
Arándanos	3

Nota: Se puede acompañar con un pan integral, fruta y huevo cocido.

Elaboración

- 1) En una olla se pone a hervir el agua y la leche, con una pizca de sal, cuando este en el punto de ebullición se añade la azúcar morena y la avena.
- 2) Dejamos que todo hierva durante 8 minutos a fuego lento, removiendo con una cuchara para evitar que se formen grumos.
- 3) Después, se sirve la avena en platos pequeños y se decora con bananos y arándanos, a fin de crear la cara de un oso.



5

Valor
Nutricional



Carbohidratos(g)	66.5
Calorías	367
Grasas (g)	5
Proteínas (g)	14





Valor Nutricional

P

Carbohidratos(g)	34.64
Calorías	467
Grasas (g)	32.91
Proteínas (g)	28.22



ESPONJOSOS - VOLOVANES DE POLLO

Elaboración

- 1) Se fríe la pechuga de pollo en una sartén con un poco de aceite, además de la sal al gusto.
- 2) En otra sartén se sofríe la cebolleta previamente picada. Cuando esté casi transparente se incorpora el bacon y el jamón cortados en trocitos.
- 3) Se desmenuza la pechuga de pollo y se agrega al sofrito.
- 4) Además, se pone la nata y el queso en trozos.
- 5) Se rellena los volovanes con la mezcla preparada.
- 6) Sobre los volovanes se puede decorar con chocolate para dar la idea de una carita que más le guste al niño.



6

INGREDIENTES

Pechuga de pollo	$\frac{1}{2}$
Jamón	100 g
Bacon	100 g
Cebolleta	1
Nata	1 chorro
Volovanes	2 unidades
Queso	50 g
Sal	al gusto
Aceite	1 lt

Nota: Se puede acompañar con un vaso de leche.

DINOBANANA

INGREDIENTES

Banana	2
Kiwi	1
Rodaja de pan integral	1

Elaboración

- 1) Pelar el banano y cortarlo en rebanadas medianas.
- 2) Pelar el kiwi y cortarlo en figuras que le guste al niño.
- 3) Teniendo todo lo anterior listo, se arma el plato de manera creativa con todos los elementos.
- 4) Servir y disfrutar.



Nota: Se puede acompañar con un batido de fresa sin azúcar.

Valor
Nutricional



Carbohidratos(g)	20.80
Calorías	10
Grasas (g)	0.27
Proteínas (g)	1.20





Valor Nutricional

Carbohidratos(g)	0.90
Calorías	4
Grasas (g)	0.10
Proteínas (g)	1.20



CAPERUCITAS DE FRESAS

Elaboración

- 1) Lavar las fresas, si se desea se puede dejar las hojas como decoración.
- 2) Preparar la crema chantilly
- 3) Añadir el azúcar y la esencia de vainilla en un bol junto con la crema chantilly, batir por 3 minutos con batidora eléctrica
- 4) Poner esta mezcla en refrigeración por 20 minutos.
- 5) Derretir el chocolate a baño maría.
- 6) Hacer dos circulo en las fresas con el chocolate simulando que son un par de ojos y para rellenarlo poner la crema chantilly.
- 7) Servir y disfrutar.



INGREDIENTES

Fresas	4
Chocolate	1 tableta
Crema chantilly	1 sobre

Nota: Se puede acompañar con pan integral.

INGREDIENTES

Sandía	1
Kiwi	2
Rajita de canela	1
Ojos móviles	2 pares
Jengibre en polvo	$\frac{1}{2}$ cucharada

Nota: Se puede acompañar con pan integral, jugo de fruta natural y huevo cocido.

SANDIAZANA

Elaboración

- 1) Pelar las frutas.
- 2) Cortar la sandía en forma de una rodaja mediana, que simule a una manzana
- 3) Cortar el kiwi en forma de gusano.
- 4) Con otro kiwi cortarlo en forma de la letra “D”.
- 5) En el plato se coloca todos los ingredientes y se decora con ojos móviles a la sandía y el kiwi en forma de gusano, con la rajita de canela se decora la nariz y para la sonrisa se utilizará un poco de jengibre en polvo.



Valor Nutricional



Carbohidratos(g)	7.55
Calorías	30
Grasas (g)	0.15
Proteínas (g)	0.61



ALMUERZOS



ISLA DE PAPAS FRITAS CON POLLO

INGREDIENTES

Pechuga de pollo	185 g
Papas	1 lb
Tomate	2
Perejil	1 ramita
Uvas	4
Sombrilla coctelera	1
Hoja de lechuga	1
Pepinillo	$\frac{1}{2}$
Aceite de Oliva	1 lt
Sal	al gusto

Elaboración

- 1) Se pela una papa grande y se la corta en tiritas.
- 2) La pechuga de pollo se la corta en círculos medianos.
- 3) Se pela el tomate y el pepinillo, luego se los corta en cuadrados pequeños. Al otro tomate se lo corta igual que a la pechuga de pollo
- 4) Se fríe las papas y las pechugas de pollo en aceite de oliva.
- 5) Se juntan todos los ingredientes preparados, se comienza poniendo una rebanada de tomate entre 2 pedazos de pechuga de pollo, sobre esto se pone una sombrilla coctelera.
- 6) Se coloca las papas fritas y la lechuga con el tomate y pepinillo en cuadritos, se añade un poco de salsa de tomate si se desea.

Nota: Se sugiere acompañar con un jugo de fruta natural.

Valor
Nutricional



Carbohidratos(g)	53
Calorías	1208
Grasas (g)	92
Proteínas (g)	43





Valor Nutricional

Carbohidratos(g)	345
Calorías	335
Grasas (g)	1618
Proteínas (g)	1251

LEÓN DE MACARRONES CON ATÚN

Elaboración

- 1) En una olla se pone a hervir agua, cuando este hirviendo se coloca sal y la pasta, durante 10 minutos, se escurre y se la guarda.
- 2) Licúa los tomates con la cebolla, ajo, puré de tomate, orégano, albahaca y el consomé de pollo. Esta mezcla se cocina durante 10 minutos.
- 3) Mezclar la pasta y el atún con la mezcla anterior.
- 4) Cortar el queso en tres círculos, dos pequeños para las orejas y uno grande para la cara.
- 5) En un plato hay que poner el círculo de queso grande y arriba los dos semicírculos pequeños, rodear con la pasta para formar la melena y poner las blue berries para los ojos, con la fresa se forma la nariz y la boca.

Nota: Se sugiere acompañar con una ensalada y jugo de fruta natural.

INGREDIENTES

Macarrones	100 g
Agua	1 L
Sal	al gusto
Tomate	1
Cebolla blanca	$\frac{1}{2}$
Dientes de ajo	1
Pure de tomate	1 taza
Orégano	$\frac{1}{2}$ cucharada
Albahaca	$\frac{1}{2}$ cucharada
Consomé de pollo	1 cucharada
Atún	$\frac{1}{2}$ lata

Decoración

Fresas	2
Queso maduro	1
Blue berries	2



DANTE EL PESCADO

INGREDIENTES

Arroz	130 g
Filete de pescado	200 g
Cebolla	1
Dieta de ajo	1
Perejil	1 ramo
Aceite	1 lt
Caldo de pescado	260 ml
Hoja de lechuga	1
Pimiento rojo	1
Aceituna negra	1

Elaboración

- 1) En una olla con aceite se dora el arroz, después se añade el caldo de pescado y se deja hervir durante 25 minutos.
- 2) Cuando esté listo el arroz se espolvorea el perejil.
- 3) Se corta el pescado en forma de un ovalo.
- 4) En una sartén con aceite se saltea la cebolla y el ajo
- 5) Se adiciona el pescado durante 2 minutos y después se apaga.
- 6) Para el emplatado se coloca una hoja de lechuga y el pimiento cortado en juliana, y por último se adiciona el arroz.



Nota: Se sugiere acompañar con salsa de tomate y un jugo de naranja natural.

Valor Nutricional



Carbohidratos(g)	45
Calorías	390
Grasas (g)	21
Proteínas (g)	20





Valor Nutricional

Carbohidratos(g)	24
Calorías	217
Grasas (g)	11.8
Proteínas (g)	39



EL GATO APLASTADO

Elaboración

- 1) En una olla poner a cocinar las papas con sal. En una sartén poner achiote y freír la cebolla blanca.
- 2) Cuando estén cocinadas las papas, hay que hacer un puré y agregar el refrito, remover todo muy bien.
- 3) Dejar reposar por 30 minutos, después formar bolitas con el puré y poner en el centro queso, luego de esto hay que poner en refrigeración por 20 minutos.
- 4) Dorar las bolitas en una sartén a fuego medio
- 5) Preparar papas fritas
- 6) Armar el plato. Para la cara se coloca aceitunas verdes como nariz y boca, en las orejas se coloca lechuga fresca y los bigotes se los puede poner con tallos de apio picados finamente, se puede acompañar con salsa de tomate si se desea.



INGREDIENTES

Papas	600 g
Sal	1 cucharada
Queso rallado	al gusto
Cebolla larga	1
Tomate	1
Aceitunas verdes	3
Aceite de achiote	1/6 lt
Salsa de tomate	½ cucharada

Nota: Se sugiere acompañar con ensalada y un jugo de fruta natural.

LLAMA LLAMA BEANS

INGREDIENTES

Arroz	$\frac{1}{2}$ lb
Frejol	$\frac{1}{4}$ lb
Plátano verde	1
Culantro	1 cucharada
Cebolla colorada	1
Cebolla blanca	$\frac{1}{2}$ rama
Aceite	2 cucharadas
Diente de ajo	1
Comino	$\frac{1}{2}$ cucharada
Sal	Al gusto
Blueberries	3

Elaboración

- 1) Hacer un refrito en una sartén con la cebolla colorada, la cebolla blanca y el ajo.
- 2) Al refrito se le añade un verde rallado, el culantro, comino y sal.
- 3) Mezclar todos los ingredientes y añadir el fréjol con la suficiente cantidad de agua para cocerlos.
- 4) Se cocina aproximadamente 1 hora hasta que todo esté bien cocido.
- 5) Retirar del fuego.
- 6) Para decorar, se coloca el arroz en forma de llama y después la menestra, para decorar la boca y los ojos se puede utilizar blueberries.

Nota: Se sugiere acompañar con ensalada y salsa de tomate al gusto.



15

Valor
Nutricional



Carbohidratos(g)	14
Calorías	170
Grasas (g)	10
Proteínas (g)	78





CENAS

INGREDIENTES

Choclo	1
Queso	1
Molde para muffins	1
Palillo de dientes	5

CHOCLITOS AL SOL

Elaboración

- 1) Hervir el choclo por 20 a 30 minutos aproximadamente.
- 2) Cortar el choclo en rodajas medianas.
- 3) Cortar el queso en círculos grandes que alcancen en los moldes de muffins.
- 4) Clavar en uno de los extremos del choclo, los palillos de dientes y en el otro extremo clavar el queso y ponerlo en el molde para muffins.
- 5) Servir y disfrutar.



Nota: Se sugiere acompañar con yogurt natural y una porción de fruta.

Valor
Nutricional 

Carbohidratos(g)	19
Calorías	86
Grasas (g)	1.2
Proteínas (g)	3.2





Valor
Nutricional

Carbohidratos(g)	40
Calorías	369
Grasas (g)	10
Proteínas (g)	92



POLLOS EN SU NIDO

Elaboración

- 1) En una olla mezclar el pollo con la manzana rallada, conjuntamente se añade el huevo crudo, yogurt y el pan rallado. Se mezcla todo y se pone en refrigeración por 40 minutos.
- 2) Después con esta masa se hace bolitas que después se freirán con un poco de aceite, y luego se las hornearán a 180°C durante 8 minutos.
- 3) A parte en una olla, se poner agua a hervir para hacer el tallarín, cuando esté listo se escurre y se pone en un plato en forma de nido.
- 4) Para la salsa, se ralla una manzana y se la lleva a una sartén con agua, que esté completamente cubierta, se la cocina hasta que se deshaga. Se hace un puré y se rellena los nidos con esta mezcla, después se coloca las albóndigas horneadas y se decora a gusto.



INGREDIENTES

Espagueti	80 g
Manzana	2 g
Huevo	1
Yogurt griego	1
Pechuga de pollo	200 g
Pan rallado	120 g
Aceite de Oliva	1 lt
Sal	1 cucharada

Nota: Se sugiere acompañar con ensalada y yogurt natural.

INGREDIENTES

Nachos	$\frac{1}{4}$ de bolsa
Cebolla	1
Limón	1
Tomate	1
Cilantro	5 ramitas
Aguacates	3
Sal	al gusto
Fréjoles	$\frac{1}{2}$ libra

GUACAFRANKENSTEIN

Elaboración

- 1) Hacer un refrito con la cebolla y el cilantro, se coloca el jugo de un limón, se añade el tomate picado en cuadritos.
- 2) Luego se añade los aguacates sin cascara y retirada la pepa, se mezcla todo y se aplasta con un tenedor hasta formar una pasta.
- 3) Se agrega sal y pimienta al gusto
- 4) En un plato grande se coloca el guacamole en forma de Frankenstein, los nachos formando el pelo y los fréjoles para la boca.
- 5) Listo ya puedes servirlo.



Nota: Se sugiere acompañar con ensalada y limonada.

Valor Nutricional



Carbohidratos(g)	1.24
Calorías	23
Grasas (g)	2.08
Proteínas (g)	2.9





Valor
Nutricional

Carbohidratos(g)	2
Calorías	13
Grasas (g)	2
Proteínas (g)	5

ZANAHORIA GATUNA

Elaboración

- 1) Pelar y rallar las zanahorias.
- 2) Lavar la lechuga y la manzana, cortar en juliana del mismo grosor de la zanahoria.
- 3) Mezclar todo junto en un bol y agregar un poco de sal y limón si se desea.
- 4) Decorar la ensalada con un pedazo de tomate para la boca y una aceituna para la nariz, se agrega unos tallos de apio finos.
- 5) Listo para disfrutar.



INGREDIENTES

Zanahoria	$\frac{1}{2}$ kg
Lechuga	$\frac{1}{2}$ kg
Manzana	1
Tomate	4
Aceitunas negras	2
Jamón	1

Nota: Se sugiere acompañar con una porción de fruta y yogurt natural.



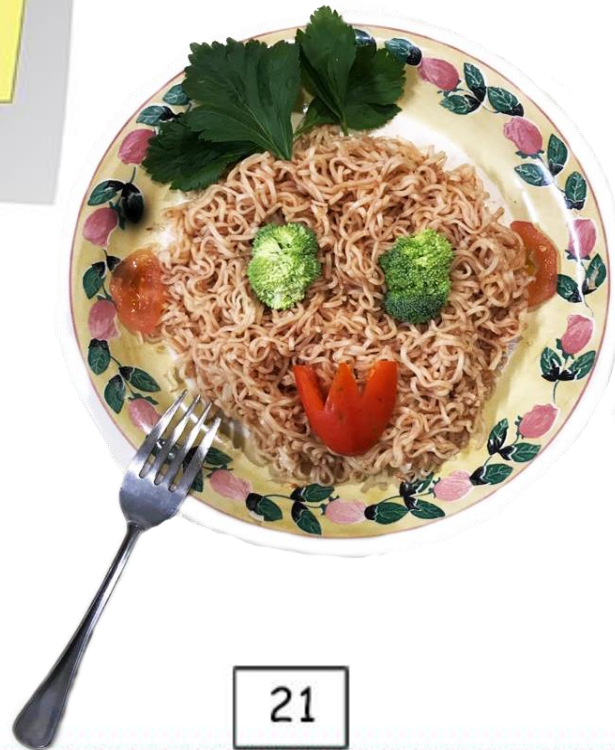
INGREDIENTES

Pasta	$\frac{1}{2}$ lb
Leche evaporada	1 lata
Harina	1 cucharada
Flor de brócoli	1
Queso cheddar	$\frac{1}{2}$ taza
Caldo de pollo	$\frac{1}{4}$ litro

BROCOBOY

Elaboración

- 1) Cocer la pasta por 15 minutos, escurrirla y apartarla.
- 2) Mezclar la leche evaporada y la harina en una olla y revolver bien.
- 3) Agrega el caldo y llevar a fuego hasta que todo se compacte
- 4) Agregar el queso y mecer hasta que se derrita.
- 5) Juntar esta salsa con la pasta
- 6) Decorar el plato, se sirve la pasta y se agrega el brócoli cocido por 3 minutos como ojos, poner hojas de apio como cabello y por último poner un pedazo de tomate como boca del muñeco.



Nota: Se sugiere acompañar con una porción de fruta.

Valor
Nutricional 

Carbohidratos(g)	30
Calorías	217
Grasas (g)	4
Proteínas (g)	12



Referencias

Ardá, R. (2017). *Frankenstein de guacamole*. Obtenido de <https://www.velocidadcuchara.com/frankenstein-de-guacamole/>

Aviles, A. (2010). *EmPanaDaS en FormA de anIMaLitoS*. Obtenido de <http://happyfood4kids.blogspot.com/2010/09/empanadas-en-forma-de-animalitos.html>

bbmundo. (2018). Obtenido de <https://www.bbmundo.com/wp-content/uploads/2018/10/receta-5-cenas-saludables-y-sencillas-para-ninos.jpg>

Belchonock. (2017). *Pasta creativa para niños*. Obtenido de <https://sp.depositphotos.com/146075337/stock-photo-creative-pasta-for-children.html>

Bruda, A. (s.f.). *Free Ensalada de verduras crudas Stock Photo*. Obtenido de <https://es.freeimages.com/photo/raw-vegetables-salad-1319000>

Cosas de Peques. (s.f.). *¿Cómo hacer divertidas lentejas?* Obtenido de <https://recetas.cosasdepeques.com/como-hacer-divertidas-lentejas.html>

Cosas de Peques. (s.f.). *Recetas divertidas: flores hechas de choclos*. Obtenido de <https://recetas.cosasdepeques.com/recetas/recetas-infantiles/recetas-infantiles-sanas>

Guia Infantil. (2010). *Una tortilla con una cara de gatita para la comida o la cena*. Obtenido de <https://www.guiainfantil.com/decorar-comida-tortilla-gatita/>

Lidl. (s.f.). *Nido de albóndigas de pollo con manzana*. Obtenido de <https://recetas.lidl.es/Receta/Nido-de-albondigas-de-pollo-con-manzana>

Little Miss Bento Kitchen. (2017). *Instagram*. Obtenido de https://www.instagram.com/p/BWl_PVEggwq/?utm_source=ig_embed

Pinterest. (s.f.). *Descubre ideas sobre Decoración De Fiestas Infantiles*. Obtenido de <https://www.pinterest.es/pin/572590540101354187/>

Pinterest. (s.f.). *Descubre ideas sobre Fruta Divertida*. Obtenido de <https://www.pinterest.com/pin/537054324297688692/>

Pinterest. (s.f.). *Descubre ideas sobre Platos Para Niños*. Obtenido de <https://www.pinterest.com/pin/559924166144708401/>

Recetin. (s.f.). *Gachas de avena para niños*. Obtenido de <https://www.recetin.com/gachas-avena-ninos.html>

SaidAuita. (2018). *Menú para niños - chuleta de pescado con arroz, adornado con pimienta y ensalada*. Obtenido de

<https://sp.depositphotos.com/199202168/stock-photo-children-menu-fish-cutlet-rice.html>

Shebeko, M. (s.f.). *Pollo con papas fritas para niños menú*. Obtenido de https://es.123rf.com/photo_25129530_pollo-con-papas-fritas-para-ni%C3%B1os-men%C3%BA.html

Todos Somos Uno. (2013). *20 Desayunos fáciles y nutritivos para niños*. Obtenido de <https://todossomosuno.com.mx/portal/index.php/20-desayunos-faciles-y-nutritivos-para-ninos/>

Yommi. (s.f.). *LEONCITO DE PASTA*. Obtenido de <http://yommi.com/receta/leoncito-de-pasta>

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

2.1 Materiales

Instrumento de Percepción Organoléptica

La percepción organoléptica con respecto a los alimentos se refiere a las características que se conciben por medio de los sentidos, y que están presentes en algunos alimentos con más intensidad que en otros; y por esta razón la industria alimentaria utiliza aditivos químicos para hacer a un alimento más apetecible, este instrumento pretende recoger información sobre el gusto o disgusto de los niños en cuanto al color, olor, sabor y textura de los alimentos (Pilarica, 2019).

Instrumento de Medición Emocional - The Geneva Emotion Wheel (GEW)

La rueda de la emoción de Ginebra (GEW) es un instrumento que sirve para medir reacciones emocionales de objetos, eventos y situaciones, la forma de utilizar este instrumento es observando la emoción que experimentó el encuestado con respecto al estímulo presentado; se proponen las emociones a medirse por medio de círculos (Genève, 2018).

Cuestionario estructurado en Escala de Likert

El cuestionario en escala de Likert permite medir actitudes, puntos de vista con los cuales se puede saber el grado de conformidad o inconformidad del encuestado a cualquier afirmación que se le realice, entonces las categorías de respuesta sirven para capturar la intensidad de sentimientos y pensamientos de la persona en la aseveración que se le inquiera (Llauradó, 2017).

Materiales y productos para la elaboración de los platos

Tabla 2: Listado de alimentos y utensilios utilizados en la producción de los platos infantiles.

Alimentos	Utensilios
5 libras de papas	35 platos
1 libra de tomates	35 vasos
6 libras de tallarín	35 cucharas
6 libras de macarrones	2 cuchillos
4 libras de arroz	2 pírex
6 libras de fréjol	2 cucharones
2 libras harina	2 paquetes de servilletas
6 libras de avena	2 sartenes
20 pechugas de pollo	5 ollas
10 filetes de pescado	2 tenedores
4 libras de carne de res	1 cocina
4 latas de atún	
4 litros de leche	
2 quesos	
50 huevos	
4 lechugas	
6 brócolis	
2 coles	
12 pepinillos	
8 pimientos	
25 aguacates	
15 manzanas	
10 uvas	
50 fresas	
10 zanahorias	
5 limones	
½ libra de semillas de ajonjolí	
½ litro de aceite de oliva	
25 aceitunas	
10 ramas de perejil	
especias	
1 funda de sal	
1 funda de azúcar	
10 fundas de nachos	

Elaborado por: Espín, M. (2019)

2.2 Métodos

El trabajo de investigación tuvo un enfoque mixto dado que desde lo cualitativo se buscó encontrar la relación de ciertos alimentos con las emociones infantiles a través de las reacciones que produjeron los niños ante el estímulo de la comida presentada; es cuantitativa porque con la ayuda de los instrumentos se cuantificó el gusto o

disgusto por un alimento en concreto, y también las diferentes emociones que pueden experimentar los niños frente a los platos mostrados, además las respuestas obtenidas de las docentes acerca de las percepciones que tienen sobre los términos de creatividad, cocina infantil y emociones, relacionándolos al mismo tiempo; ayudaron a la obtención de resultados verídicos y confiables a partir de la recolección de datos.

La metodología fue experimental porque se manipuló intencionalmente los alimentos que iban a ser consumidos por los niños, primero se les presentó un plato de comida con alimentos que comúnmente los niños no suelen comer a gusto, después se les mostró los mismos alimentos que contenía el anterior plato pero esta vez de manera creativa, y por medio de los debidos instrumentos para la recolección de datos, determinar si la manera del emplatado de los alimentos causaba algún efecto en la ingesta de alimentos de los niños, y posteriormente analizar cómo la creatividad en la cocina infantil influye sobre el desarrollo de las emociones.

Se manejó la investigación explicativo-exploratoria, para explicar cómo reacciona el cuerpo humano ante la ingesta de los componentes químicos que contienen los alimentos, y los procesos internos que los neurotransmisores realizan para poder producir las emociones, además se exploró mediante un experimento las diferentes emociones que pueden sentir los niños frente a la creatividad en los alimentos presentados en platos nutritivos.

La investigación contó con una modalidad de campo y bibliográfica/documental porque se pudo constatar las diferentes emociones de los niños al mostrar un plato producido de manera creativa, además se recurrió a investigaciones científicas previas, recetas infantiles, información de la nutrición que llevan los niños que son estudio de la exploración, tablas nutricionales actualizadas sobre los requerimientos nutritivos de los niños para la obtención de información precisa que aporte al desarrollo de la investigación.

Los platos que fueron seleccionados para realizar el proyecto investigativo estuvieron basados en el menú escolar de la institución en donde fue tomada la población a estudiarse, además para el post-test de los platos creativos, se mostró los mismos alimentos pero combinándolos con otros más nutritivos, para de esa manera asegurar que los requerimientos nutricionales de los niños fueran satisfechos.

La población que se utilizó en la investigación fue de 25 niños entre los 3 y 4 años de edad del Centro Infantil English Garden, además para mayor veracidad en los datos, se tomó en cuenta a 5 docentes del centro educativo para ahondar en la información en cuanto a la alimentación de los infantes.

Para la recolección de datos se utilizó varias técnicas e instrumentos; en primera instancia se utilizó la técnica de la encuesta con su instrumento correspondiente, un cuestionario con indicadores de índole cerrados, en donde los niños por medio de una ficha organoléptica (Ver anexo 1) podían elegir si el alimento al que fueron expuestos era o no de su agrado, en base a las características organolépticas de cada uno.

La finalidad de este instrumento fue medir las percepciones sensoriales de los niños hacia cada uno de los platos presentados, estos platos fueron mostrados en primera instancia de manera común a manera de pre-test, y después en un post-test se les ofreció los mismos platos, pero esta vez el emplatado fue de manera creativa. Se levantó la información en torno al gusto y disgusto de la comida tomando en cuenta las características organolépticas de cada alimento, como el color, olor, sabor y textura; analizando estas características con el instrumento se tuvo la finalidad de conocer las diferentes percepciones organolépticas que los niños pudieran tener frente a determinado alimento y anotar toda esta información para la obtención de datos reales que aporten a la investigación.

Aunada a la primera recolección de datos organolépticos, también se utilizó la técnica de la observación estructurada, con el instrumento de una ficha de observación, que fue adaptado del Geneva Emotion Wheel (Ver anexo 2), para poder aplicar este instrumento de medición emocional a los niños, conforme a la investigación realizada, se acotó el instrumento a seis emociones básicas (alegría, tristeza, sorpresa, miedo, enojo, asco), la finalidad de esta ficha fue poner en evidencia las distintas emociones que los niños pueden experimentar ante la ingesta de determinado tipo de comida, la reacción que produjo el cuerpo de los niños ante el estímulo de un alimento presentado de manera común y otro mostrado de manera creativa.

En la primera recolección de datos se expuso a los niños a platos de comida sin creatividad en ellos, y se aplicó la ficha de observación tres veces en una semana, debido a la volatilidad de las emociones, y para la tabulación de datos se utilizó la emoción que más preponderancia tuvo en torno a cada plato que se ofreció a los niños; después se aplicó este mismo instrumento otra vez, pero en esta ocasión se exhibió a los niños los mismos alimentos previamente visualizados, pero de manera creativa con un emplatado especialmente creado para la investigación, siguiendo el mismo sistema para la tabulación anteriormente descrito.

Finalmente se aplicó la técnica de la encuesta, dirigida a las docentes del centro educativo, con el instrumento de un cuestionario estructurado en escala de Likert (Ver anexo 3), que estuvo encaminado a conocer la postura de las maestras en torno a la aplicación de métodos creativos para asegurar en los infantes una alimentación acorde a su edad, con todos los requerimientos nutritivos que precisan, adicional saber si las emociones están siendo desarrolladas como uno de los pilares fundamentales en el centro educativo, o si es un aspecto que pasa desapercibido en el establecimiento.

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1. Análisis y Discusión de los Resultados

Para el desarrollo del análisis y discusión de resultados se ha dividido en tres partes, primero se muestran los resultados del instrumento de Percepción Organoléptica, con alimentos basados en el lunch escolar, los resultados preliminares de gusto y disgusto detallados en un Pre-Test, luego de esto se presenta los resultados del Post-Test aplicado a 25 niños del Centro Infantil de desarrollo English Graden. Seguido de esto se expondrá los resultados de varianza que tuvo el experimento, en base a cada alimento.

Después de analizar el instrumento de medición de las emociones The Geneva Emotion Wheel (GEW) adaptado, con un Pre-Test y Post-Test se compara los cambios que hubo en las emociones de los niños al comer un determinado alimento de manera no creativa y luego de manera creativa.

Finalmente se analizan los resultados del cuestionario realizado a las docentes de la institución educativa, considerando las proposiciones de mayor interés que responden a las variables de la investigación y representan mayor relevancia para el proyecto.

Instrumento de Percepción Organoléptica Pre-Test

Tabla N°3: Percepción Organoléptica Pre-Test

Alimentos	Color		Olor		Sabor		Textura	
	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto
Papas fritas con Pollo	25	0	25	0	25	0	25	0
Macarrones con Atún	9	16	6	19	9	16	9	16
Avena	17	8	18	7	17	8	16	9
Tortillas de papa	19	6	12	13	16	9	15	10
Menestra de Fréjol	0	25	0	25	0	25	0	25
Tallarín con pollo	20	5	15	10	16	9	15	10
Guacamole	18	7	14	11	20	5	15	10
Volovanes de Pollo	23	2	14	11	21	4	20	5
Zanahoria cruda rallada	0	25	0	25	0	25	0	25
Pasta con salsa cremosa de queso y brócoli	11	14	3	22	9	16	8	17

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

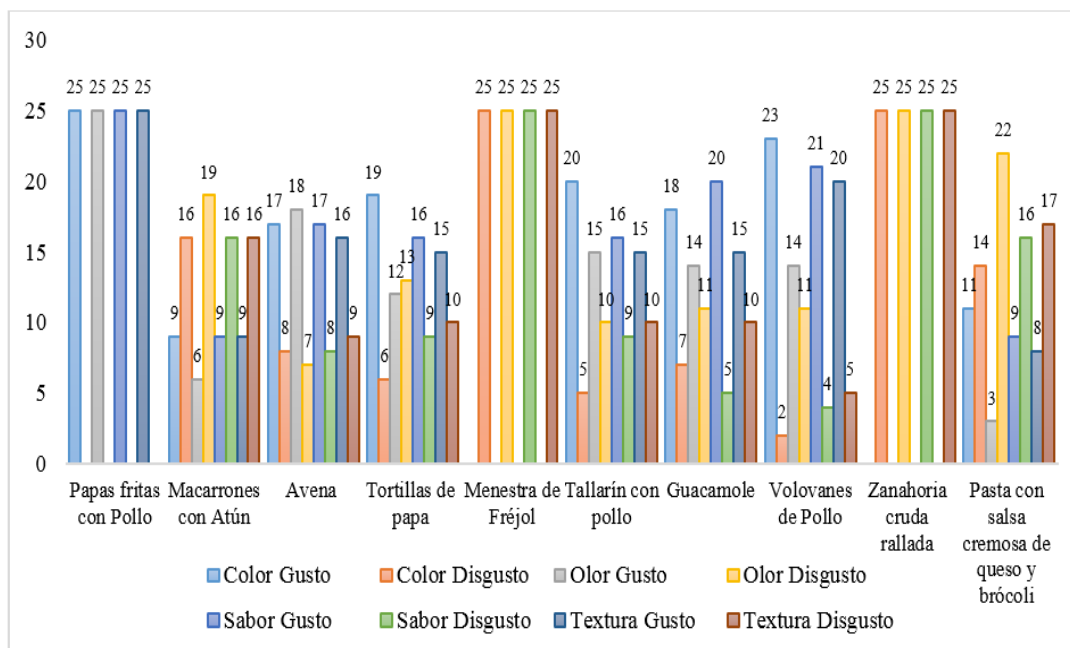


Gráfico N°3: Percepción Organoléptica Pre-Test

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis y discusión

Se obtuvo los siguientes datos, de un total de 25 niños en la edad de 3 a 4 años, que corresponden al 100% de la población tomada en cuenta para la aplicación de la ficha de percepción organoléptica, manifestaron gusto por el color, olor, sabor y textura de las papas con pollo. Por otro lado, cuando en el lunch se les ofreció macarrones con atún el 64% de la población manifestó disgusto por el color, sabor y textura y el 36% restante les agrado, entre tanto, para el olor de los macarrones con atún, el 76% denotó disgusto y el 24% gusto.

La avena tuvo un gusto de 68% para el color y sabor, y el 32% disgusto respectivamente; el olor un 72% de gusto y un 28% de disgusto y la textura de la avena agradó al 64% y al 36% de la población le disgustó. Las tortillas de papa tuvieron una mayor aceptación, con 76%, 48%, 64% y 60% para el color, olor, sabor y textura debidamente, mientras que un disgusto del 24%, 25%, 36% y 40% para estos cuatro elementos. La menestra de fréjol tuvo un disgusto del 100% de la población en cuanto al color, olor, sabor y textura.

El tallarín con pollo tuvo porcentajes favorables del 80%, 60%, 64% y 60% para el color, olor, sabor y textura correspondientemente, en tanto que el disgusto fue de 20%, 40%, 36% y 40%. Los porcentajes del guacamole fueron altos en torno al gusto por el color, olor, sabor y textura, se tiene que 72%, 56%, 80% y 60% les gusta, y al 28%, 44%, 20% y 40% les disgusta el guacamole en las 4 características organolépticas de este alimento. Para los volovanes de pollo tuvo una aceptación del 92%, 56%, 84% y 80% de gusto por el color, olor, sabor y textura, pero los porcentajes de disgusto fueron 8%, 44%, 16% y 20%.

La zanahoria cruda rallada tuvo un 100% en disgusto en cuanto a color, olor, sabor y textura. La pasta con salsa cremosa de queso y brócoli manejó porcentajes de 44%, 12%, 36% y 32% de gusto para el color, olor, sabor y textura, mientras tanto el disgusto fue de 56%, 88%, 64% y 68% para este plato.

Los niveles de gusto por las papas fritas se mantienen altos, contrastando con los valores de disgusto por alimentos crudos y vegetales que están elevados; por consiguiente, se deduce que los niños tienen mayor gusto por las papas y frituras que por las verduras y alimentos que se consumen casi crudos, por lo tanto, no se están alimentando correctamente y los hábitos alimenticios no están siendo favorables para el desarrollo integral de los párvulos.

Los resultados de la aplicación del pre-test de la ficha de percepción organoléptica fueron contundentes en cuanto a la elección de preferencia por comida frita y con altos niveles calóricos, por lo tanto esta apreciación puede ser relacionada con la investigación de (Valencia, Mata, & De Lira, 2018), quienes encontraron que los sujetos de estudio se perfilan por alimentos con altos niveles calóricos como: productos empacados, tacos, espagueti, galletas, pizza, hamburguesa y los alimentos que no eran comúnmente consumidos fueron las verduras, lentejas, atún, pescado.

Esto denota gran similitud con el resultante de este pre-test, debido a que en su gran mayoría son los alimentos que los niños expresaron desagrado, basándose en las características organolépticas de cada uno. Además se concluye que los alimentos calóricos son los más atractivos para los niños, por lo cual sería una solución, la combinación de frituras y alimentos agradables para los niños con los alimentos desagradables que se determinó en esta recolección de datos.

Instrumento de Percepción Organoléptica Post-Test

Tabla N°4: Percepción Organoléptica Post-Test

Alimentos	Color		Olor		Sabor		Textura	
	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto
Papas fritas con pollo	25	0	25	0	25	0	25	0
	100%	0%	100%	0%	100%	0%	100%	0%
Macarrones con atún	18	7	13	12	14	11	17	8
	72%	28%	25%	48%	56%	44%	68%	32%
Avena	20	5	18	7	18	7	15	10
	80%	20%	72%	28%	72%	28%	60%	40%
Tortillas de papa	22	3	16	9	19	6	19	6
	88%	12%	64%	36%	76%	24%	76%	24%
Menestra de fréjol	16	9	6	19	10	15	12	13
	64%	36%	24%	76%	40%	60%	48%	25%
Tallarín con pollo	19	6	13	12	18	7	18	7
	76%	24%	25%	48%	72%	28%	72%	28%
Guacamole	19	6	15	10	19	6	15	10
	76%	24%	60%	40%	76%	24%	60%	40%
Volovanes de pollo	19	6	15	10	16	9	21	4
	76%	24%	60%	40%	64%	36%	84%	16%
Zanahoria cruda rallada	12	13	3	22	6	19	7	18
	48%	25%	12%	88%	24%	76%	28%	72%
Pasta con salsa cremosa de queso y brócoli	9	16	8	17	8	17	6	19
	36%	64%	32%	68%	32%	68%	24%	76%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

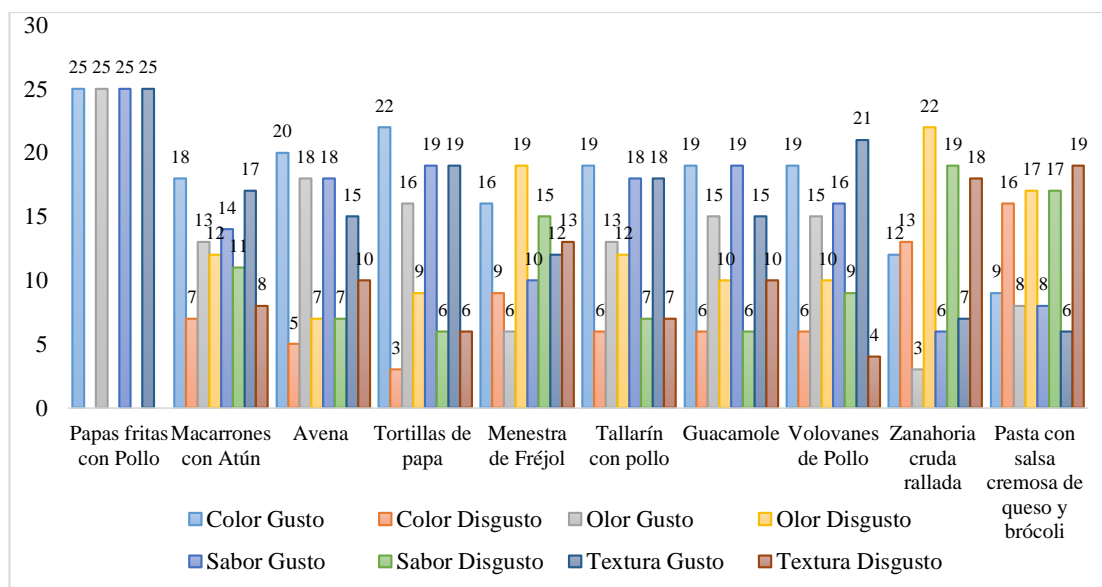


Gráfico N°4: Percepción Organoléptica Post-Test

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis y discusión

El Post-Test recogió los resultados del experimento que fue presentar comida creativa, se obtuvo que el 100% de la población, es decir 25 niños, mostraron gusto por las papas fritas en cuanto al color, olor, sabor y textura. Los macarrones con atún tuvieron un porcentaje de gusto de 72% en el color, 25% en el olor, 56% en el sabor y 68% en la textura, contrario a 28%, 48%, 44% y 32% de la población que manifestó disgusto.

Los porcentajes para la avena son de 80%, 72%, 72% y 60% para el gusto de este plato, pero se maneja niveles de disgusto del 20%, 28%, 28% y 40% en las 4 percepciones organolépticas de esta comida. Las tortillas de papa tuvieron un 88% de gusto en el color, 64% en el olor y 76% para el sabor y textura, por el contrario, el disgusto fue de 12% en el color, 36% en el color y 24% para el sabor y textura. El gusto de la menestra de fréjol tuvo porcentajes del 64%, 24%, 40% y 48% en las 4 denominaciones de la comida del test, pero el porcentaje de población que presentó disgusto fue el 36%, 76%, 60% y 25% para el color, olor, sabor y textura conformemente.

El tallarín con pollo opera porcentajes poblacionales de gusto del 76% en el color, 25% en el olor y 72% para el sabor y textura y un disgusto del 24%, 48% y 28% proporcionalmente. El guacamole tuvo una tolerancia de 76% en color y sabor y un 60% en el olor y textura, el disgusto fue de 24% en el color y sabor y 40% en el olor y textura.

Los volovanes de pollo gustaron en un 76%, 60%, 64% y 84% en las 4 denominaciones mencionadas en el test y el disgusto fue de 24%, 40%, 36% y 16%.

La zanahoria cruda rallada tuvo un gusto del 48%, 12%, 24% y 28% en color, olor, sabor y textura respectivamente en cuanto al disgusto un 25%, 88%, 76% y 72%. La pasta con salsa cremosa de queso y brócoli asumió un gusto del 36% en el color, 24%

textura y 32% en el olor y sabor, en cambio el disgusto fue de 64% en el color, 76% en la textura y un 68% en el olor y sabor.

Las tendencias en las papas fritas con pollo se mantienen altas, pero se observa niveles más bajos en el disgusto de los alimentos mostrados, entonces según los resultados analizados, se considera que al presentar los alimentos a los niños de manera creativa se tiene más aceptación, los porcentajes de gusto frente a los de disgusto de la población aumentó notablemente en comparación a los niveles del pre-test; además el agrado por los vegetales crudos y cocidos representan la posibilidad de adoptar nuevos hábitos alimenticios y la incorporación de comida más saludable a la dieta.

De acuerdo a la investigación de (Lozano, 2015), en la cual se propuso una serie de actividades que fueron diseñadas para la investigación, tuvo como resultado que por medio de estas, los niños aprenden como se cultivan las verduras, donde se venden, la manera de cocción y como hacer a los alimentos más atractivos, todo esto desde un punto de vista práctico y lúdico. Resultado que se relaciona con el presente proyecto investigativo, ya que los resultantes de este post-test considera que al mostrar a los niños alimentos que sean atractivos para la vista, los infantes a más de aprender sobre el proceso para preparar la comida, estarán adquiriendo nuevos estilos alimenticios porque están absorbiendo los nutrientes que necesitan para un buen desarrollo infantil.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Percepción Organoléptica

Tabla N°5: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Papas fritas con pollo)

Alimento		Color		Olor		Sabor		Textura	
		Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto
Pre-Test	Papas fritas con Pollo	25	0	25	0	25	0	25	0
		100%	0%	100%	0%	100%	0%	100%	0%
Post-Test	Papas fritas con Pollo	25	0	25	0	25	0	25	0
		100%	0%	100%	0%	100%	0%	100%	0%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

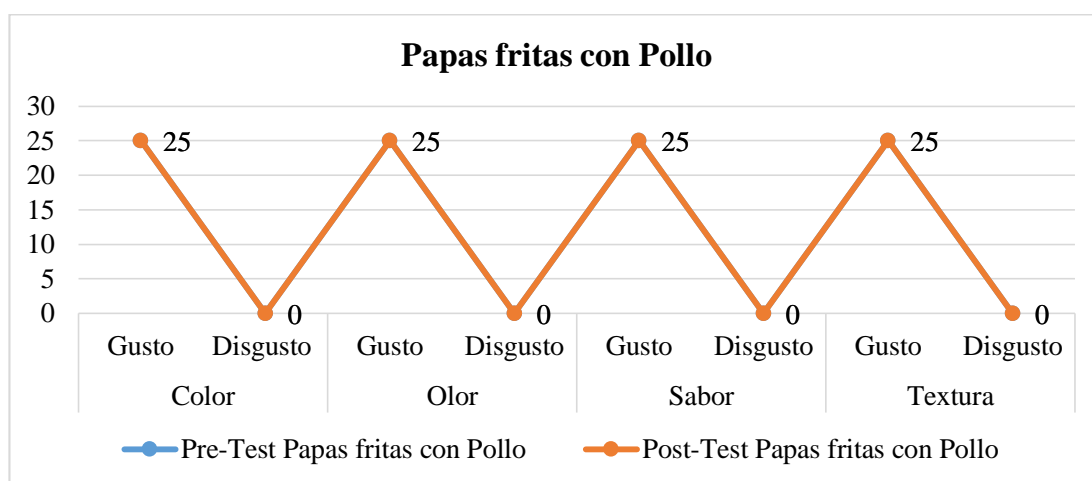


Gráfico N°5: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Papas fritas con pollo)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

De un total de 25 niños de 3 a 4 años que corresponde al 100% de la población, tanto en el pre-test, como en el post-test, los niños indicaron gusto por el color, olor, sabor y textura; por consiguiente, los niveles de gusto se mantuvieron iguales y no se detectó ninguna varianza. Se considera que el gusto por los alimentos fritos y en especial por las papas, son altos, debido a que se nota una total aceptación por este plato de comida.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Percepción Organoléptica

Tabla N°6: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Macarrones con Atún)

Alimento		Color		Olor		Sabor		Textura	
		Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto
Pre-Test	Macarrones con Atún	9	16	6	19	9	16	9	16
		36%	64%	24%	76%	36%	64%	36%	64%
Post-Test	Macarrones con Atún	18	7	13	12	14	11	17	8
		72%	28%	52%	48%	56%	44%	68%	32%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

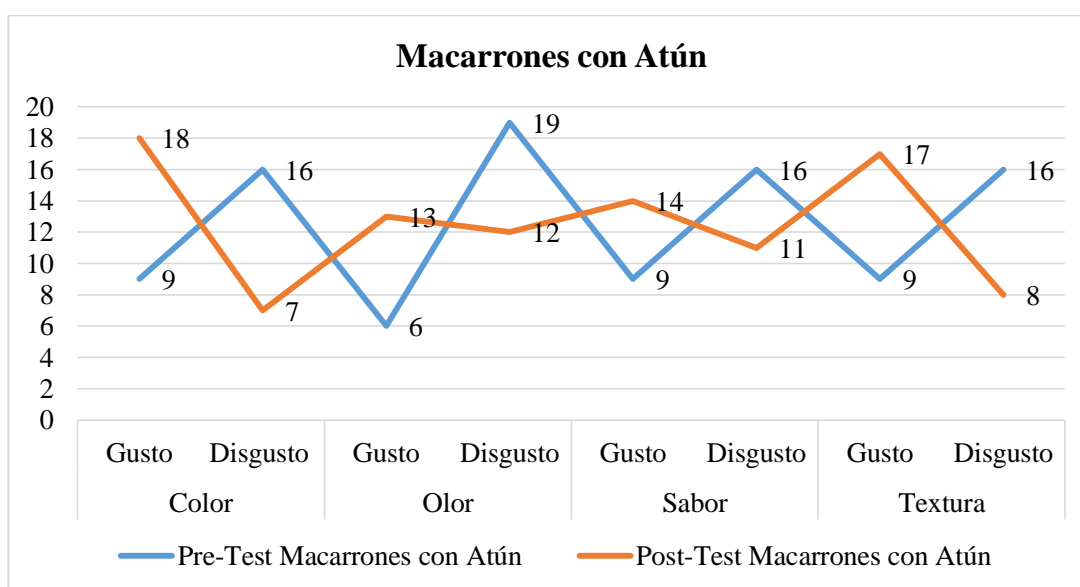


Gráfico N°6: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Macarrones con Atún)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

Los macarrones con atún en el pre-test, en cuanto al color tuvieron un gusto del 36% pero en el post test aumento a 72% de la población, y el disgusto disminuyo en un 36% en relación al pre-test; el gusto por el olor en el post-test también aumentó, de 24% a 52%. El gusto por el sabor se incrementó de 36% a 56% de la población, los niveles más dramáticos fueron en el gusto por la textura, debido a que se acrecentó de 36% a 68%, y el disgusto bajo muchísimo, de 16 niños que sentían disgusto a solo 8; se considera que la presentación del plato contribuyó para elevar notablemente los niveles de gusto.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Percepción Organoléptica

Tabla N°7: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Avena)

Alimento		Color		Olor		Sabor		Textura	
		Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto
Pre-Test	Avena	17	8	18	7	17	8	16	9
		68%	32%	72%	28%	68%	32%	64%	36%
Post-Test	Avena	20	5	18	7	18	7	15	10
		80%	20%	72%	28%	72%	28%	60%	40%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

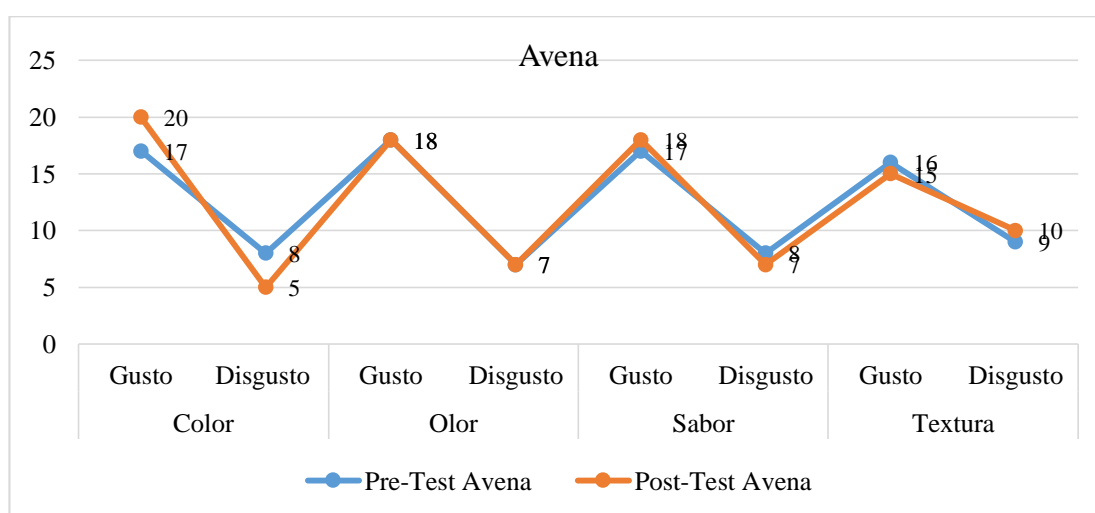


Gráfico N°7: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Avena)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

La varianza que tuvo la avena en el pre y post-test no fue muy significativa, se manejaron porcentajes de gusto por el color de un 68% en la primera recolección de datos y de 80% en la segunda, en el olor los valores de gusto y disgusto fueron iguales, un 72% por el gusto y 28% de disgusto; para el sabor, los valores fueron de 68% de gusto en el pre-test y 72% en el post-test, por lo cual la diferencia en el disgusto fue de 4% en relación al primer test con el segundo; en la textura la diferencia fue solo de 1 niño más al que le gusto como se sentía la avena en su boca, 16 investigados en el pre-test les gusto y a 15 en el post-test. Este plato no tuvo mucha diferencia en los niños a los cuales les gusto y no les gusto el color, olor, sabor y textura de la avena.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Percepción Organoléptica

Tabla N°8: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Tortillas de papa)

Alimento		Color		Olor		Sabor		Textura	
		Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto
Pre-Test	Tortillas de papa	19	6	12	13	16	9	15	10
		76%	24%	48%	52%	64%	36%	60%	40%
Post-Test	Tortillas de papa	22	3	16	9	19	6	19	6
		88%	12%	64%	36%	76%	24%	76%	24%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

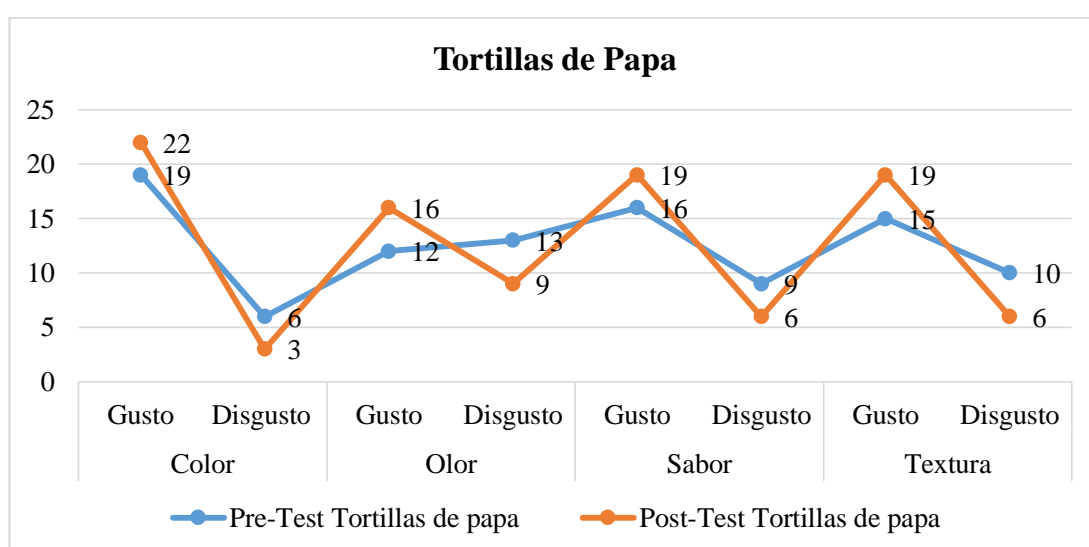


Gráfico N°8: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Tortillas de papa)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

En razón de que los investigados tuvieron gusto por las papas, el plato de tortillas de papa no tuvo mucha diferencia entre el pre-test y el post-test, siendo así, el gusto por el color en la primera toma de datos tuvo un 76% y en la segunda 88% de la población; el disgusto por el olor disminuyó en un 17% entre el pre y post-test; el gusto por el sabor aumentó en el post-test, de 64% a 76%; y finalmente el disgusto por la textura se redujo de 40% a 24% en el post-test. Con el conocimiento de que a la población les gustaban las papas, el experimento resultó, pero los datos no tuvieron una gran diferencia entre uno y otro.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Percepción Organoléptica

Tabla N°9: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Menestra de Fréjol)

	Alimento	Color		Olor		Sabor		Textura	
		Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto
Pre-Test	Menestra de Fréjol	0	25	0	25	0	25	0	25
		0%	100%	0%	100%	0%	100%	0%	100%
Post-Test	Menestra de Fréjol	16	9	6	19	10	15	12	13
		64%	36%	24%	76%	40%	60%	48%	52%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

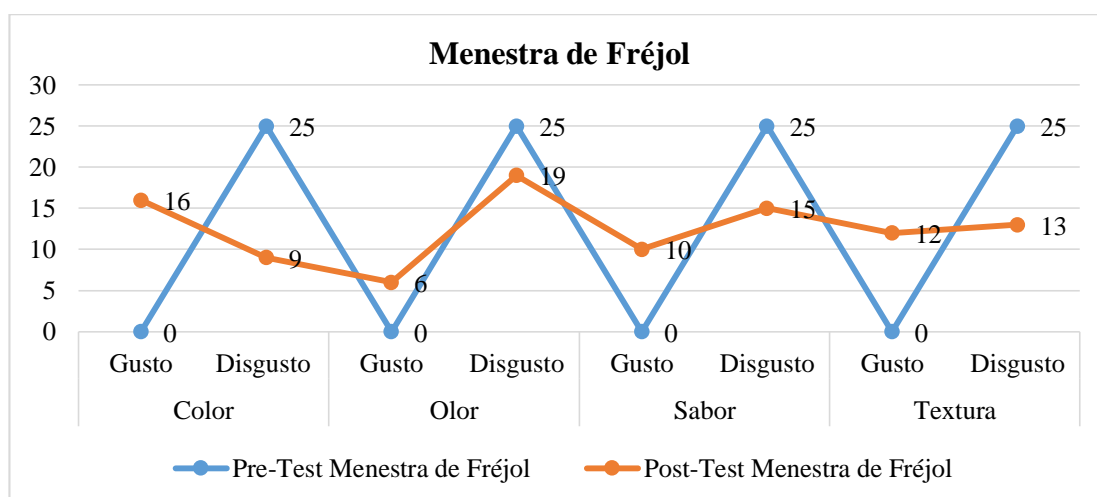


Gráfico N°9: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Menestra de Fréjol)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

De un total de 25 niños de 3 a 4 años, el 100% manifestó disgusto por el color, olor, sabor y textura de la menestra de fréjol en el pre-test, pero en el post-test la situación cambió positivamente, en el color hubo una aceptación del 64% de la población, en el olor subió en un 24% el gusto, en el sabor hubo un cambio abismal de 19 niños a los que les gustó; y la textura fue de agrado de 12 investigados. Con lo cual se comprueba que la creatividad inmersa en la comida hace que los niños coman de mejor manera y especialmente acepten alimentarse con todos los alimentos que los adultos consideren saludables y nutritivos para la alimentación infantil.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Percepción Organoléptica

Tabla N°10: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Tallarín con pollo)

Alimento		Color		Olor		Sabor		Textura	
		Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto
Pre-Test	Tallarín con pollo	20 80%	5 20%	15 60%	10 40%	16 64%	9 36%	15 60%	10 40%
Post-Test	Tallarín con pollo	19 76%	6 24%	13 52%	12 48%	18 72%	7 28%	18 72%	7 28%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

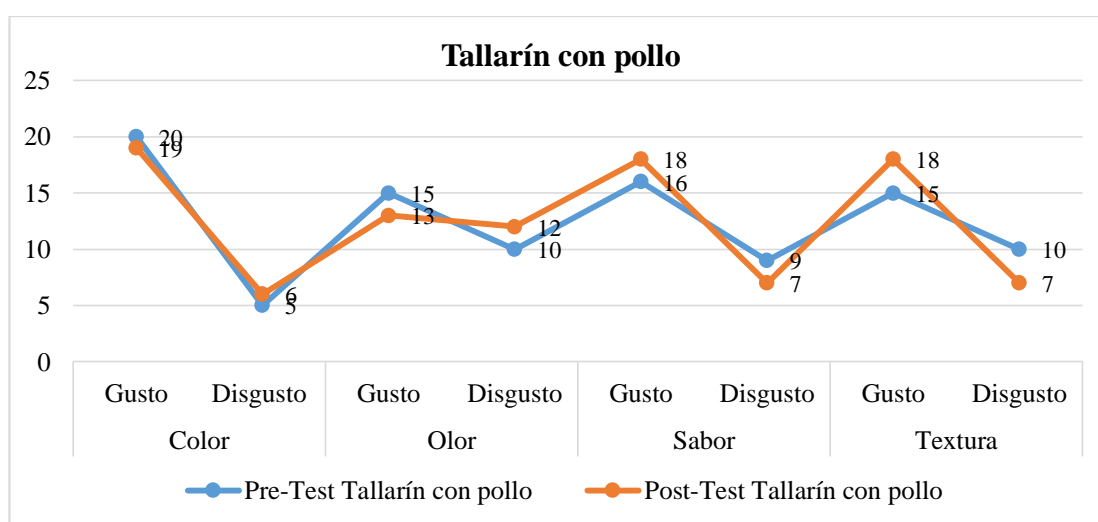


Gráfico N°10: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Tallarín con pollo)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

Este plato no presentó gran cambio de gusto y disgusto en el pre y post-test, ligeramente se movieron los datos de 80% a 76% en el pre y post-test respectivamente; el disgusto por el olor aumento en el post test en un 8%; el gusto por el sabor creció de 64% a 72% de la población, y la textura ascendió de 60% a 72%. Los parámetros donde más evidente se hace el experimento visible es en el sabor y la textura donde aumentó el gusto de la población en el post sobre el pre-test.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Percepción Organoléptica

Tabla N°11: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Guacamole)

	Alimento	Color		Olor		Sabor		Textura	
		Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto
Pre-Test	Guacamole	18	7	14	11	20	5	15	10
		72%	72%	56%	44%	80%	20%	60%	40%
Post-Test	Guacamole	19	6	15	10	19	6	15	10
		76%	24%	60%	40%	76%	24%	60%	40%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

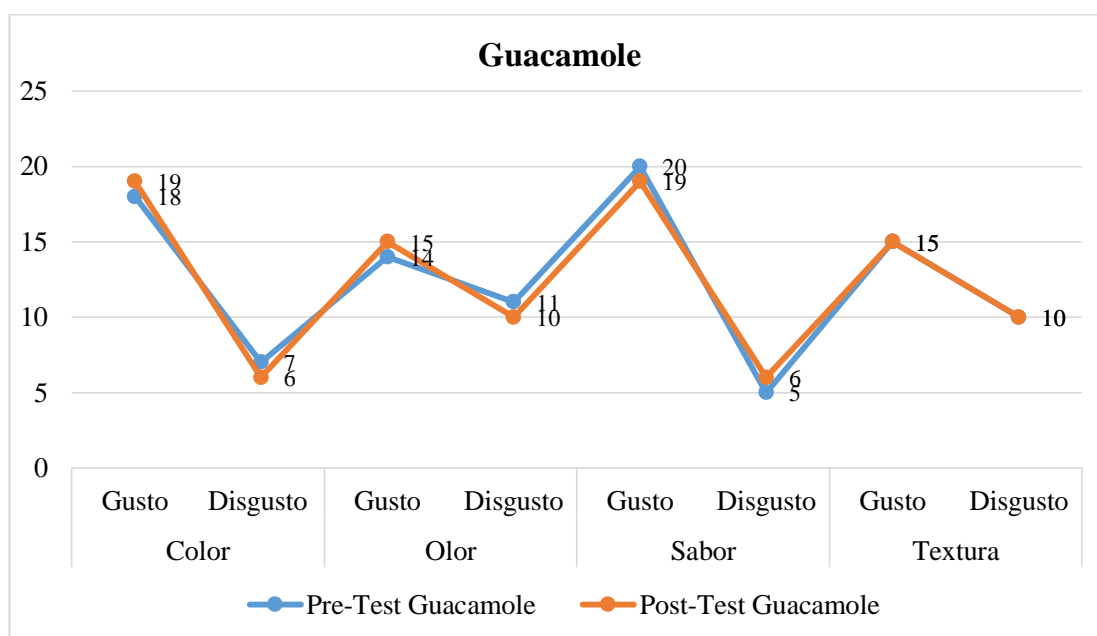


Gráfico N°11: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Guacamole)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

Para el guacamole los porcentajes son casi los mismos, la varianza es solo de 1 investigado en casi todos los campos a investigar, por ejemplo, en el color hubo una aceptación por el gusto de 72% en el pre y 76% en el post-test; situación similar ocurrió en el gusto por el olor, 14 niños en el pre les agrado y 15 en el post-test; el sabor varió de 80% en el pre a 76% en el post-test, y en la textura tanto como en el pre y post-test los valores fueron iguales, de 60% de gusto y 40% de disgusto por el guacamole. La diferencia es casi imperceptible del cambio entre el pre y post-test.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Percepción Organoléptica

Tabla N°12: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Volovanes de Pollo)

Alimento		Color		Olor		Sabor		Textura	
		Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto
Pre-Test	Volovanes de Pollo	23	2	14	11	21	4	20	5
		92%	8%	56%	44%	84%	16%	80%	20%
Post-Test	Volovanes de Pollo	19	6	15	10	16	9	21	4
		76%	24%	60%	40%	64%	36%	84%	16%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

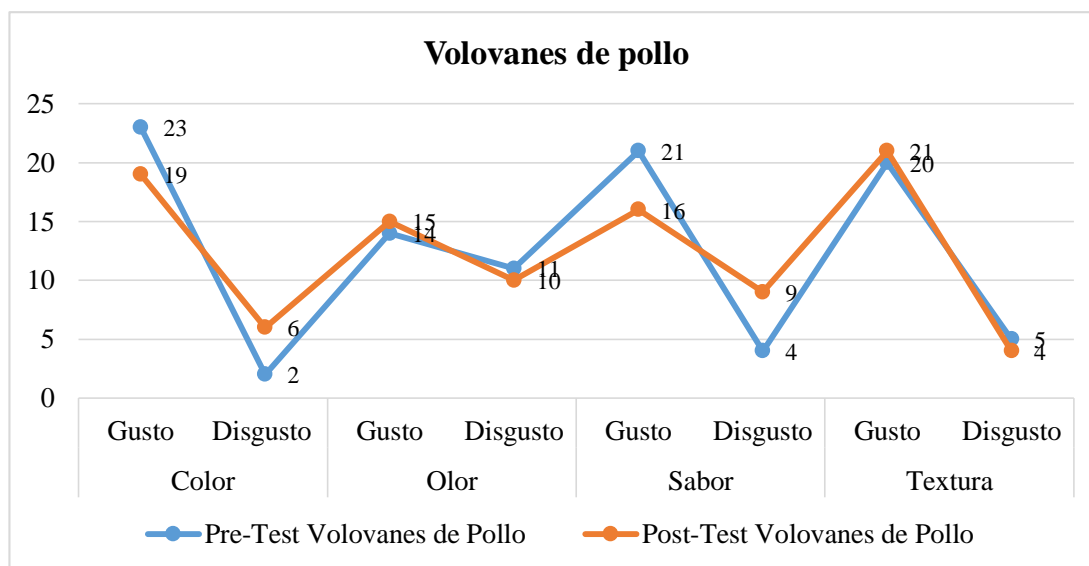


Gráfico N°12: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Volovanes de Pollo)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

Los volovanes de pollo asumieron en el color del pre-test un 92% de gusto y en el post un 76%; el olor tuvo un disgusto de 44% y en el post un 40%, el sabor adquirió en el gusto del pre-test 84% y en el post 64%; el gusto por la textura aumentó en 4% de la población en el post-test. Los niveles de gusto y disgusto por este alimento no tuvieron una varianza significativa y en el post-test los datos de gusto disminuyeron en relación al pre-test.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Percepción Organoléptica

Tabla N°13: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Zanahoria cruda rallada)

Alimento	Color		Olor		Sabor		Textura	
	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto
Pre-Test Zanahoria cruda rallada	0 0%	25 100%	0 0%	25 100%	0 0%	25 100%	0 0%	25 100%
Post-Test Zanahoria cruda rallada	12 48%	13 52%	3 12%	22 88%	6 24%	19 76%	7 28%	18 72%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

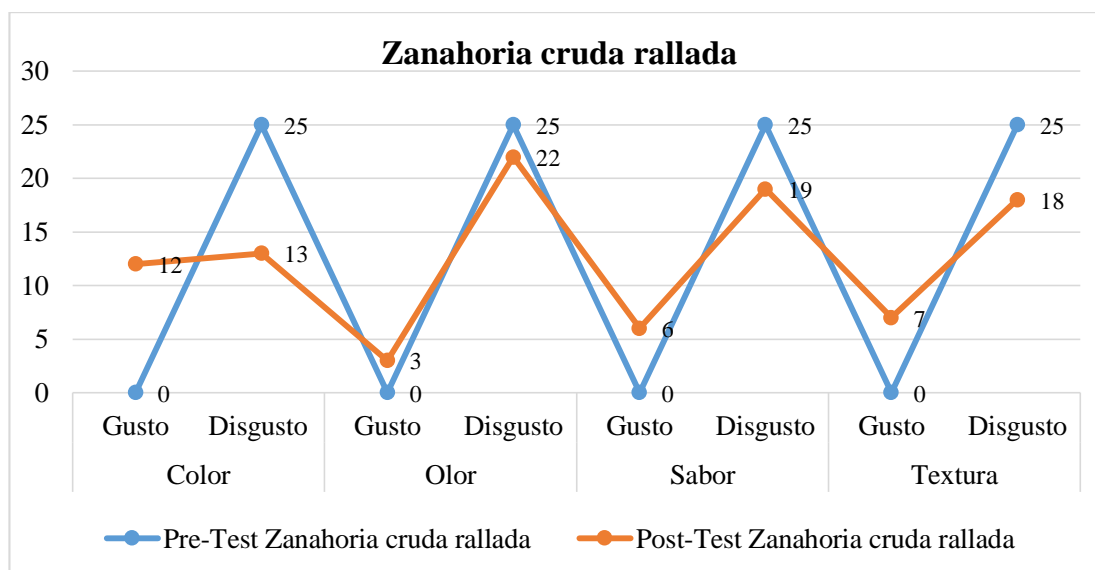


Gráfico N°13: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Zanahoria cruda rallada)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

El rechazo que tuvo la zanahoria cruda rallada en el pre-test es de un 100% de la población a la que no le gusto el color, olor, sabor ni textura de este alimento, pero en el post-test esto dio un giro, porque en el color 12 investigadores presentaron gusto, en el olor un 12% denoto gusto, además en el sabor el 88% de la población manifestó agrado, y en la textura un 28% presentó gusto. Lo cual indica efectividad en el experimento realizado.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Percepción Organoléptica

Tabla N°14: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Pasta con salsa cremosa de queso y brócoli)

	Alimento	Color		Olor		Sabor		Textura	
		Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto	Gusto	Disgusto
Pre-Test	Pasta con salsa cremosa de queso y brócoli	11 44%	14 56%	3 12%	22 88%	9 36%	16 64%	8 32%	17 68%
Post-Test	Pasta con salsa cremosa de queso y brócoli	9 36%	16 64%	8 32%	17 68%	8 32%	17 68%	6 24%	19 76%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

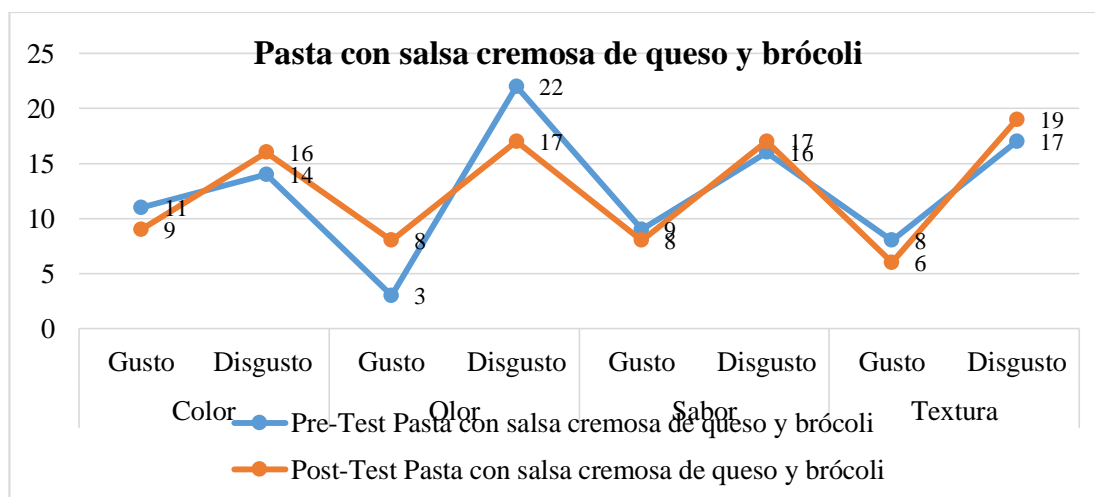


Gráfico N°14: Percepción Organoléptica-Relación del Pre y Post-Test (Pasta con salsa cremosa de queso y brócoli)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

La pasta cremosa con queso y brócoli mostró en el color un disgusto del 64% en el post y 56% en el pre-test, un gusto por el olor del 32% en el post, el sabor tuvo 68% de gusto en el post-test, y la textura varió 8% de incremento en el pre-test.

Análisis y discusión

De acuerdo a los resultados obtenidos relacionando los resultantes del pre y post-test en cuanto a las características organolépticas de los alimentos, se pudo determinar que efectivamente la investigación tuvo éxito en cuanto a que se cumplió el hecho de que al mostrar los alimentos poco apetecidos por los niños de manera creativa, los infantes tendieron a darle una oportunidad al plato y se lo comieron.

Los porcentajes tuvieron una varianza considerable en algunos alimentos que en el pre-test habían sido claramente marcados por el disgusto de las características organolépticas, y es que de manera general el gusto por los alimentos presentados creativamente aumento notablemente, obviamente no en todos los platos, pero si en la mayoría, y es que el 63% de la población tuvo una mejoría a partir de que empezaron a alimentarse con platos creativos, que al mismo tiempo tienen los requerimientos nutricionales que los estudiantes necesitan diariamente.

Algunas investigaciones, en especial la de (Aguirregoitia & Fernández, 2019) aseguran que los profesionales de la gastronomía desarrollan varios procesos creativos cuando recurren a materia prima para cocinar los alimentos, y hacen de estos platos elementos originales que después progresivamente se van agregando un valor gastronómico fenomenal.

Al agregar creatividad a los platos que comen diariamente los niños, no solo se está desarrollando el hemisferio derecho del cerebro, sino que también se está promoviendo la adquisición y promoción de hábitos alimenticios saludables, que perduraran en la mente de los infantes hasta la adultez.

Instrumento de Medición Emocional - The Geneva Emotion Wheel (GEW) Pre-Test

Tabla N°15: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Pre-Test

ALIMENTOS	EMOCIONES						TOTAL
	Alegría	Tristeza	Sorpresa	Miedo	Enojo	Asco	
Papas fritas con pollo	23 92%	0 0%	2 8%	0 0%	0 0%	0 0%	25
Macarrones con atún	2 8%	0 0%	7 28%	1 4%	2 8%	13 52%	25
Avena	1 4%	0 0%	4 16%	5 20%	2 8%	3 12%	25
Tortillas de papa	10 40%	1 4%	5 20%	2 8%	2 8%	5 20%	25
Menestra de fréjol	0 0%	1 4%	0 0%	0 0%	2 8%	22 88%	25
Tallarín con pollo	10 40%	1 4%	6 24%	1 4%	2 8%	5 20%	25
Guacamole	13 52%	0 0%	3 12%	3 12%	1 4%	5 20%	25
Volovanes de pollo	4 16%	1 4%	15 60%	1 4%	4 16%	0 0%	25
Zanahoria cruda rallada	0 0%	1 4%	0 0%	0 0%	5 20%	19 76%	25
Pasta con salsa cremosa de queso y brócoli	0 0%	0 0%	3 12%	7 28%	5 20%	10 40%	25

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

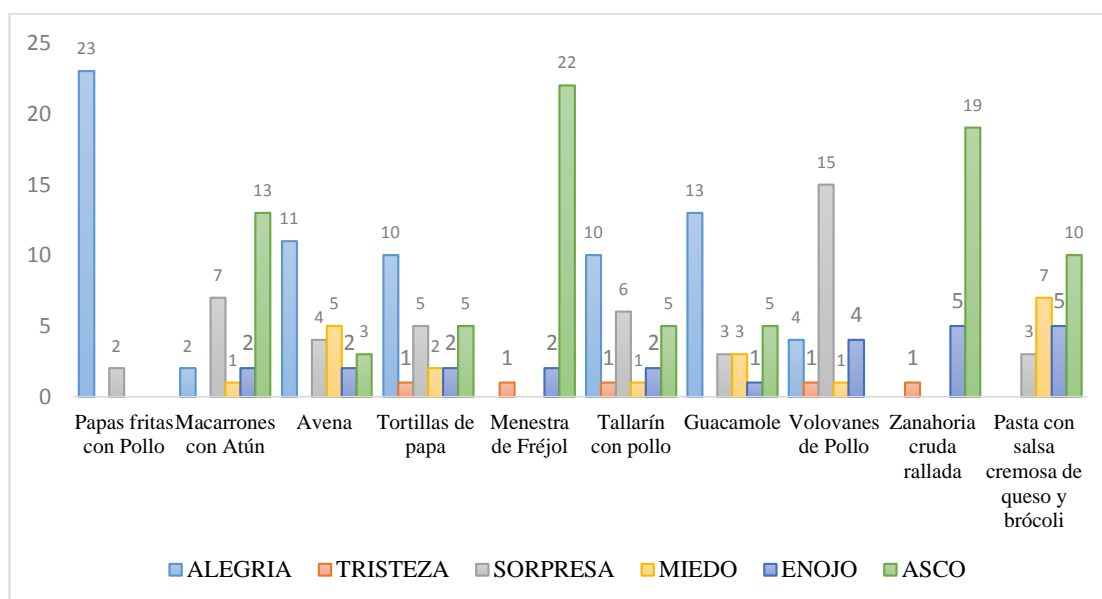


Gráfico N°15: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Pre-Test

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis y discusión

Después de medir el gusto y disgusto de los 10 alimentos con la ficha de percepción organoléptica, se procedió a recolectar datos sobre cómo se sintieron al comer un alimento en específico, para las papas fritas con pollo el 92% de la población sintió alegría y el 2% restante sorpresa. Las emociones que provocaron los macarrones con atún fueron un 8% alegría, 28% sorpresa, 4% miedo, 8% enojo y 52% asco.

La avena tuvo un 4% de alegría, 16% sorpresa, 20% miedo, 8% enojo y 12% asco, que representan a 1, 4, 5, 2 y 3 personas respectivamente. En las tortillas de papa los niños manifestaron alegría en un 40%, equivalente a 10 niños; 4% de tristeza, que es 1 niño; 20% de sorpresa y asco que son 5 sujetos, para cada emoción; y 8% para el miedo y el enojo, que representa 2 niños.

Para la menestra de fréjol hubo un porcentaje de 4% para la tristeza, 8% en el enojo y 88% de asco, datos equivalentes a 1, 2 y 22 niños para cada emoción. En el tallarín con pollo se presentó los siguientes porcentajes de emociones, un 40% en alegría y miedo, 4% tristeza, 24% sorpresa, 8% enojo y 20% asco, con un total de 100% que representan 25 niños de la totalidad de la población. El guacamole tuvo un porcentaje de 52% de alegría, 12% de sorpresa y miedo, 4% enojo y 20% de asco, que son 13, 3, 1 y 5 correspondientemente.

En los volovanes de pollo se tuvo un 16% de alegría y enojo, 4% de tristeza y miedo, y 60% de sorpresa; equivalentes a 4, 1 y 15 sujetos de investigación. Para la zanahoria cruda rallada se tuvo 4% de tristeza, 20% de enojo y 76% de asco, es decir 1, 5 y 19 niños. Con la pasta con salsa cremosa de queso y brócoli se obtuvo un 12% de sorpresa, 28% miedo, 20% enojo y 40% asco, que simboliza a 3, 7, 5 y 10 investigados.

Los niveles de alegría fueron altos en los alimentos fritos, y hubo mayor inclinación de gusto por la papa; pero por el contrario los alimentos que registraron mayor cantidad

de emociones negativas como el asco, fueron los alimentos que se sirven crudos, los vegetales y derivados de fideos, hubieron niños que registraron miedo a probar algo diferente porque en su casa nunca lo habían probado, adicionalmente las emociones de tristeza y enojo surgieron cuando la comida que iban a ingerir la veían y no era para nada de su agrado.

Todos esos factores se ven resumidos en la investigación de (De La Cruz, 2015) quien considera a todo estos referentes inmersos en la Educación Alimentaria y Nutricional, además del hecho de que se nutren de las propiedades sensoriales percibidas por los niños, de las numerosas realidades que confrontan los niños actualmente, preferencias y desarrollo autónomo, que se instruye en la alimentación como uno de los primeros aprendizajes sociales de las personas estrategias creativas que contribuyan a afianzar hábitos saludables de alimenticios.

Instrumento de Medición Emocional - The Geneva Emotion Wheel (GEW) Post-Test

Tabla N°16: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Post-Test

ALIMENTOS	EMOCIONES						TOTAL
	Alegría	Tristeza	Sorpresa	Miedo	Enojo	Asco	
Papas fritas con pollo	25 100%	0 0%	0 0%	0 0%	0 0%	0 0%	25
Macarrones con atún	7 28%	0 0%	9 36%	2 8%	1 4%	6 24%	25
Avena	11 44%	0 0%	9 36%	2 8%	1 4%	2 8%	25
Tortillas de papa	11 44%	2 8%	8 32%	2 8%	1 4%	1 4%	25
Menestra de fréjol	3 12%	0 0%	8 32%	0 0%	0 0%	14 56%	25
Tallarín con pollo	10 40%	1 4%	8 32%	2 8%	2 8%	2 8%	25
Guacamole	12 48%	0 0%	6 24%	7 28%	0 0%	0 0%	25
Volovanes de pollo	6 24%	1 4%	14 56%	0 0%	2 8%	2 8%	25
Zanahoria cruda rallada	0 0%	1 4%	3 12%	2 8%	4 16%	15 60%	25

Pasta con salsa cremosa de queso y brócoli	0	0	2	7	5	11	25
	0%	0%	8%	28%	20%	44%	

Elaborado por: Espín, M. (2019)
Fuente: Investigación de Campo

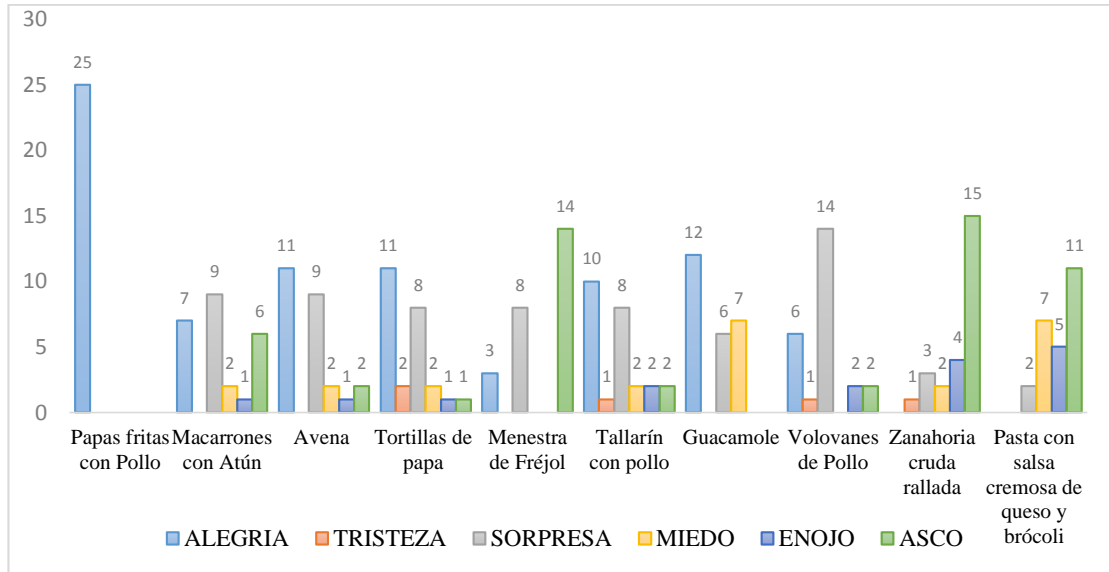


Gráfico N°16: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Post-Test
Elaborado por: Espín, M. (2019)
Fuente: Investigación de Campo

Análisis y discusión

En el Post-Test de las emociones, después de haber mostrado la misma comida que en el pre test, pero esta vez de manera creativa, se recolectó la siguiente información: el 100% de la población que representa a los 25 niños que fueron sujetos de la investigación denotaron alegría al comer papas fritas con pollo; para los macarrones con atún la población demostró alegría en un 28% que viene a ser 7 niños, hubo sorpresa en un 36% que es 9 investigados, miedo al 8% de 2 niños, 4% de enojo que fue de 1 individuo y 24% de asco expresado por 6 infantes.

En la avena la población demostró un 44% de alegría, 36% de sorpresa, un 8% de miedo y asco y un 4% de enojo que corresponde a 11, 9, 2 y 1 respectivamente. Las tortillas de papa denotaron un 44% de alegría, 32% de sorpresa, 8% de tristeza y miedo, y 4% de enojo y asco, que pertenece a 11, 8, 2 y 1 niño. La menestra de frejol tuvo un

12% en alegría, 32% de sorpresa, 56% de la población manifestó asco, que concierne a 3,8 y 14 niños. Un porcentaje del 40% en alegría, 32% de sorpresa y 8% de miedo, enojo y asco, 4% de tristeza por el tallarín con pollo que atañen a 10, 8, 2 y 1 niños.

En el guacamole hay un 48% con 12 niños que exponen alegría, 28% de miedo con 7 chicos y 24% de sorpresa con 6 infantes. Los volovanes de pollo tuvieron un 24% de alegría, 4% de tristeza, 56% de sorpresa y 8% para el enojo y asco, referentes de 6, 1, 14 y 2 niños cada uno. En la zanahoria cruda rallada manifestaron un 4% de tristeza, 12% de sorpresa, 8% de miedo, 16% de enojo y 60% de asco, que simboliza a 1, 3, 2, 4 y 15 investigados. La pasta con salsa cremosa de queso y brócoli arrojó un 8% de sorpresa cuando vieron los 2 niños el plato, 28% de miedo que sintieron 7 examinados, 20% de enojo que concibieron 5 inquiridos y 44% de asco proporcionalmente a 11 averiguados.

En este post-test las emociones tuvieron una varianza significativa, la alegría se mantuvo para las papas fritas con pollo, pero en otras comidas que habían altos índices de asco, estos bajaron, como por ejemplo el asco en la menestra de frejol, macarrones con atún y la zanahoria cruda rallada, por lo cual se infiere que la creatividad en la cocina infantil ayuda a que los niños consuman todos los alimentos que se les sirva y por ende van a tener una mejor dieta y hábitos alimenticios.

Según el aporte de (Vega, Álvarez, Bañuelos, Reyes, & Hernández, 2015) se encontró que en la dimensión psicocorporal es el lugar en el cual se observó mayor porcentaje de riesgo, esto quiere decir que se debe ser cauteloso con las emociones y hábitos alimenticios que se tiene en la infancia, ya que con una alimentación deficiente los niños tienen problemas para concentrarse y dormir, esto hace que las clases sean menos pedagógicas y además se relaciona con el proyecto porque la alimentación si influye en las emociones de los infantes, entonces es importante que los hábitos alimenticios cambien para poder mejorar así la educación.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Medición Emocional - The Geneva Emotion Wheel (GEW)

Tabla N°17: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Papas fritas con pollo)

ALIMENTO		EMOCIONES						TOTAL
		Alegría	Tristeza	Sorpresa	Miedo	Enojo	Asco	
Pre-Test	Papas fritas con Pollo	23	0	2	0	0	0	25
		92%	0%	8%	0%	0%	0%	
Post-Test	Papas fritas con Pollo	25	0	0	0	0	0	25
		100%	0%	0%	0%	0%	0%	

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

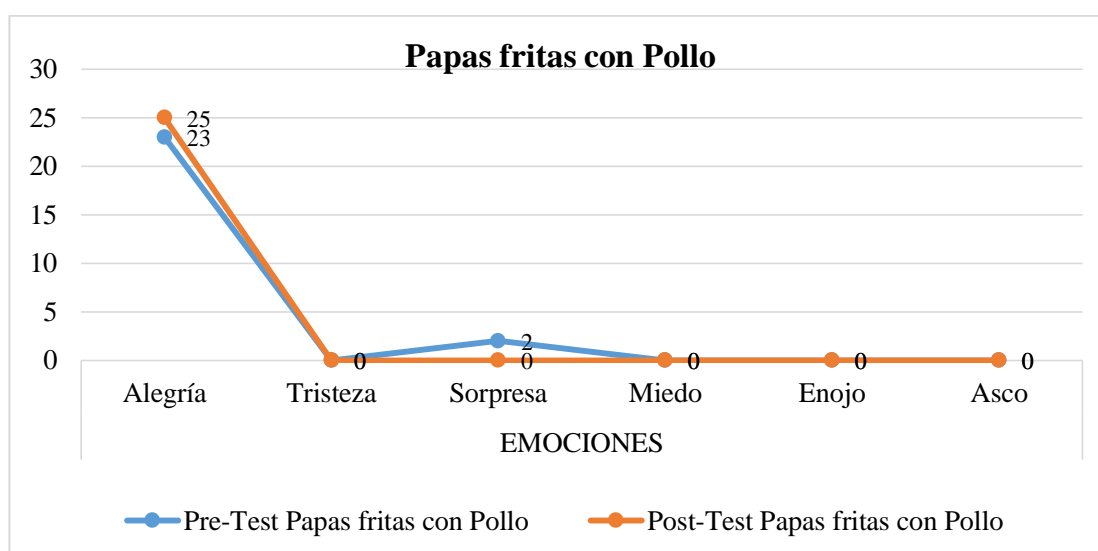


Gráfico N°17: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Papas fritas con pollo)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

La aceptación que tuvo las papas fritas con pollo se ve reflejada en las emociones que expresaron los niños en el pre-test: alegría un 92% y sorpresa un 8%, y en el post-test: alegría el 100% de la población. Lo cual demuestra que entre la comida preferida por los niños se encuentran los alimentos fritos y en especial las papas, sin importar la manera de su presentación.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Medición Emocional - The Geneva Emotion Wheel (GEW)

Tabla N°18: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Macarrones con Atún)

	ALIMENTO	EMOCIONES						TOTAL
		Alegría	Tristeza	Sorpresa	Miedo	Enojo	Asco	
Pre-Test	Macarrones con Atún	2 8%	0 0%	7 28%	1 4%	2 8%	13 52%	25 100%
Post-Test	Macarrones con Atún	7 28%	0 0%	9 36%	2 8%	1 4%	6 24%	25 100%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

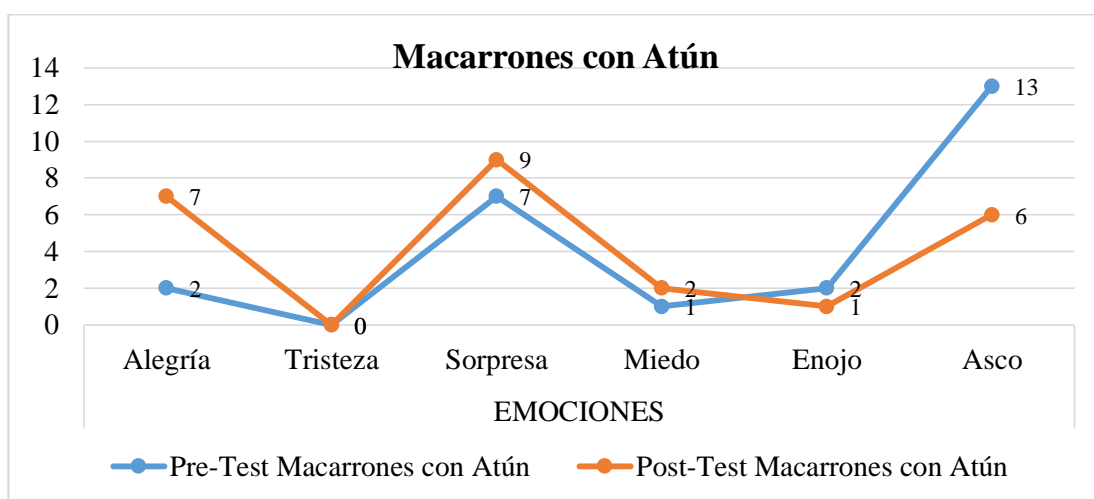


Gráfico N°18: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Macarrones con Atún)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

La alegría causada por comer macarrones con atún en la primera toma de datos fue de 8%, pero subió en la segunda toma a 28% de la población, la sorpresa también se incrementó en un 8% entre el pre y post-test; los niños que presentaron miedo al ingerir esta comida fue porque temían que vaya a tener un sabor desagradable, el enojo se hizo presente en el pre-test con 2 niños que se enfadaron al ver esa comida y no una que ellos esperaban para ese día, y en el post 1 niño sintió enojo, finalmente el sa o bajo de un 52% en el pre a un 24% en el post-test.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Medición Emocional - The Geneva Emotion Wheel (GEW)

Tabla N°19: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Avena)

ALIMENTO		EMOCIONES						TOTAL
		Alegría	Tristeza	Sorpresa	Miedo	Enojo	Asco	
Pre-Test	Avena	11	0	4	5	2	3	25
		44%	0%	16%	20%	8%	12%	
Post-Test	Avena	11	0	9	2	1	2	25
		44%	0%	36%	8%	4%	8%	

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

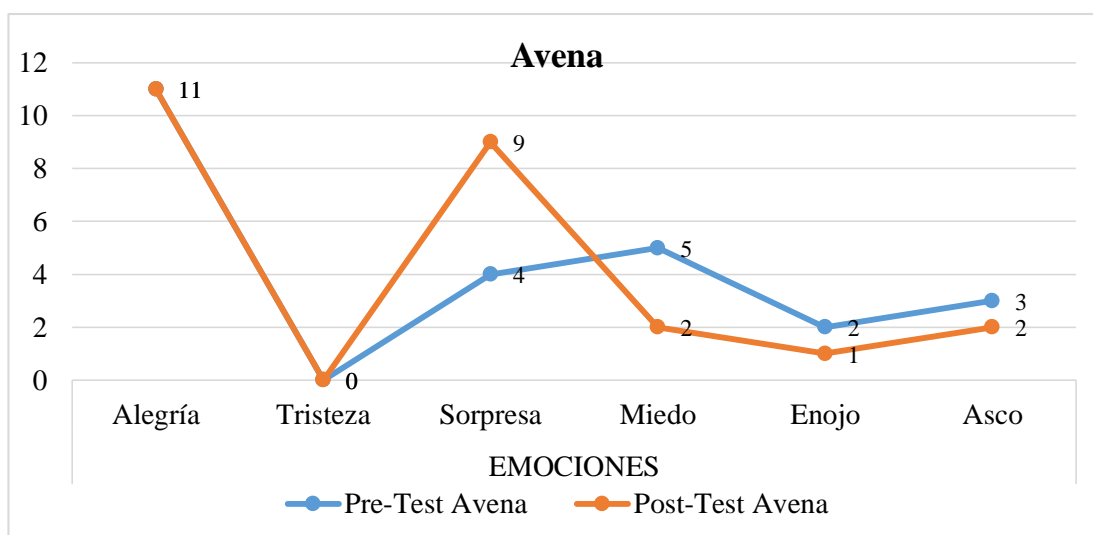


Gráfico N°19: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Avena)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

La alegría tanto en el pre como el post-test fue de 44% de la población, sin embargo, la sorpresa aumentó de 16% a 36% en el post, el miedo se redujo de 20% a 8% relacionando el pre con el post-test, el enojo paso de 2 niños a solo 1 niño después de aplicar el experimento; el asco también bajo de 12% a 8% que corresponde a solo 2 investigados. Entonces se considera que el experimento si logro bajar los valores de asco que los infantes tenían por este plato en el pre-test, y además se logró causar sorpresa y curiosidad por comer la avena presentada de manera creativa.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Medición Emocional - The Geneva Emotion Wheel (GEW)

Tabla N°20: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Tortillas de papa)

ALIMENTO		EMOCIONES						TOTAL
		Alegría	Tristeza	Sorpresa	Miedo	Enojo	Asco	
Pre-Test	Tortillas de papa	10 40%	1 4%	5 20%	2 8%	2 8%	5 20%	25 100%
	Post-Test	Tortillas de papa	11 44%	2 8%	8 32%	2 8%	1 4%	1 4%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

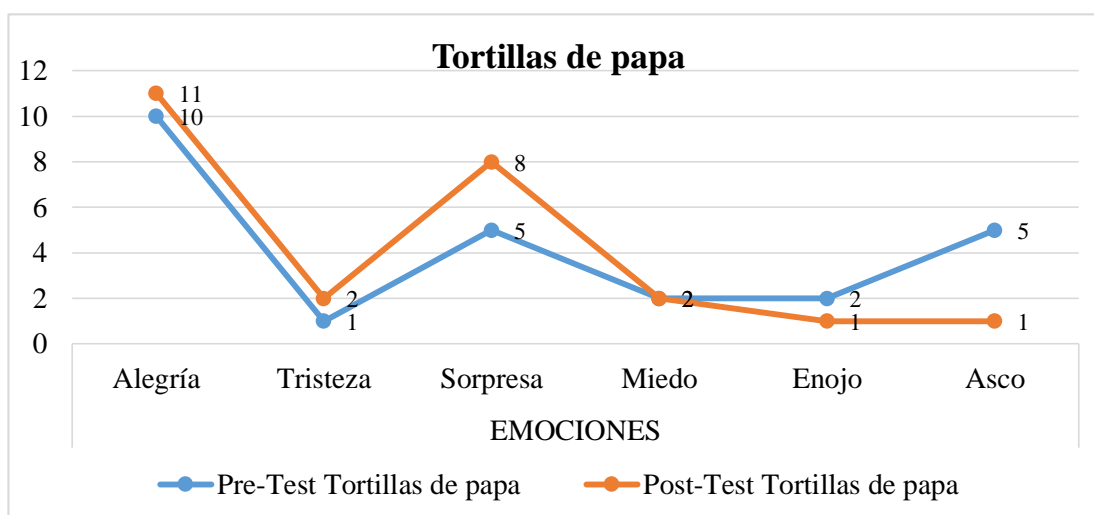


Gráfico N°20: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Tortillas de papa)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

Debido a que los niños ya sentían un agrado por las papas sin importar su manera de preparación, las emociones en este plato no presentaron gran varianza en las emociones que los investigados expresaron. La alegría tuvo un cambio de 4% entre el pre y post-test, la tristeza la exteriorizaron porque creían que la tortilla de papa iba a venir acompañado de pollo frito, pero no fue así, entonces se sintieron tristes por ello; hubo un incremento de 20% a 32% de la población, el miedo se mantuvo en 2%, y el enojo bajo de 2 niños a solo 1, y el asco decreció de 20% a 4% de los inquiridos.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Medición Emocional - The Geneva Emotion Wheel (GEW)

Tabla N°21: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Menestra de Fréjol)

ALIMENTO		EMOCIONES						TOTAL
		Alegría	Tristeza	Sorpresa	Miedo	Enojo	Asco	
Pre-Test	Menestra de Fréjol	0	1	0	0	2	22	25
		0%	4%	0%	0%	8%	88%	
Post-Test	Menestra de Fréjol	3	0	8	0	0	14	25
		12%	0%	32%	0%	0%	56%	

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

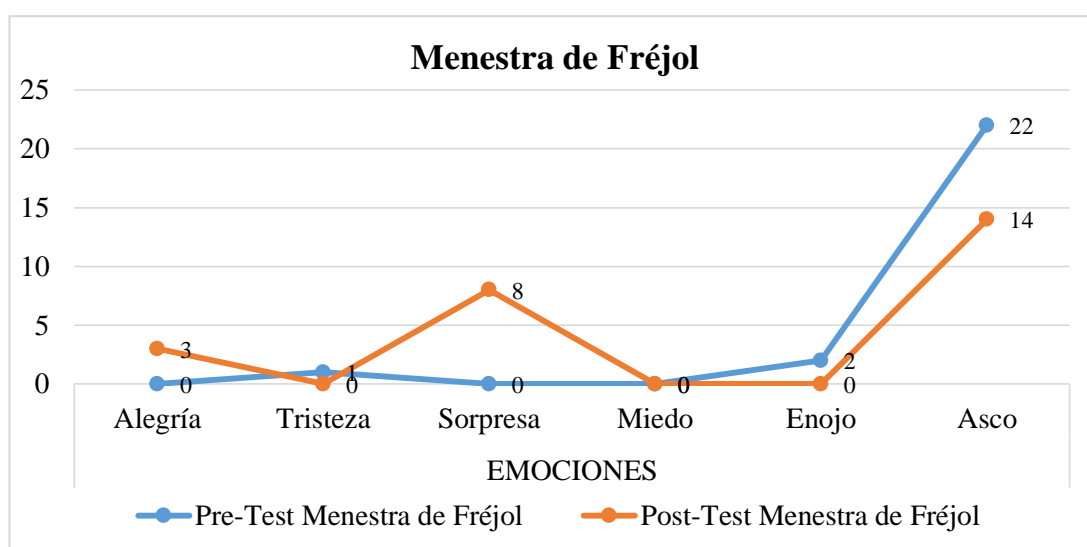


Gráfico N°21: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Menestra de Fréjol)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

Se evidencia la efectividad del experimento en este plato debido a que la alegría subió de 0% a 12%, la tristeza se eliminó de 1% a 0%, se denoto sorpresa al ver al plato de menestra de manera creativa en un 32%, lo que anteriormente no había nada de sorpresa, además el enojo se erradico completamente y el asco bajó considerablemente de 88% a solo 56%. Es innegable el cambio que ocurrió en este plato, por supuesto que no se logró bajar completamente el asco, pero los resultados son muy favorables.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Medición Emocional - The Geneva Emotion Wheel (GEW)

Tabla N°22: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Tallarín con pollo)

ALIMENTO		EMOCIONES						TOTAL
		Alegría	Tristeza	Sorpresa	Miedo	Enojo	Asco	
Pre-Test	Tallarín con pollo	10	1	6	1	2	5	25
		40%	4%	24%	4%	8%	20%	
Post-Test	Tallarín con pollo	10	1	8	2	2	2	25
		40%	4%	32%	8%	8%	8%	

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

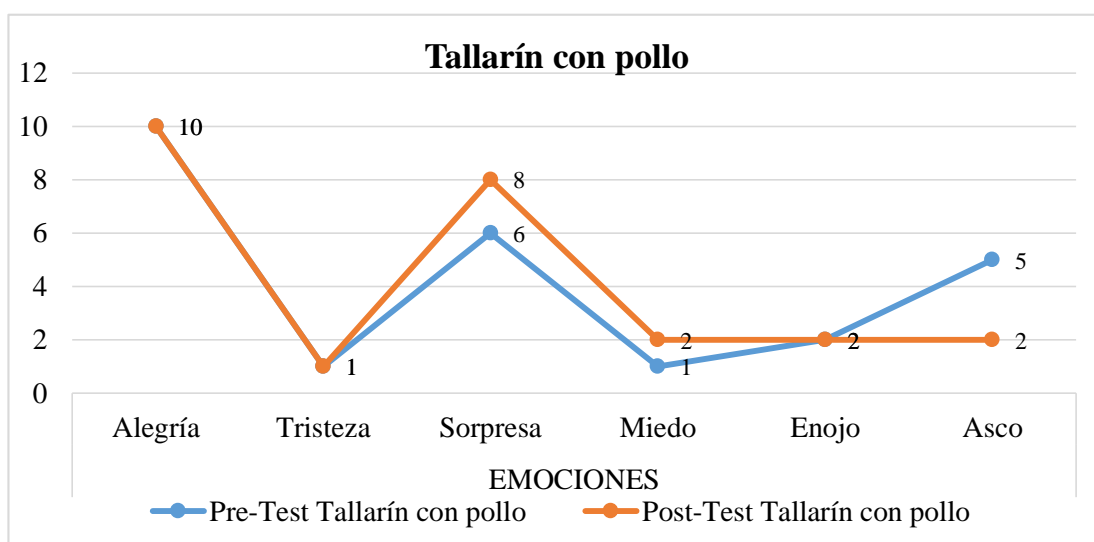


Gráfico N°22: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Tallarín con pollo)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

Para este plato la alegría se mantuvo en 40% de la población que manifestaron esta emoción, al igual que la tristeza que se quedó en 4%, la sorpresa si aumentó de 24% en el pre a 32% en el post-test, el miedo cambio de 4% a 8% porque les daba temor dañar el emplatado del alimento, en el enojo se sostuvo con un 8% de los niños, y el asco bajo de 20% a 8% en este plato. Lo que demuestra que la puesta en escena de la creatividad en los platos del lunch escolar, tiene grandes resultados cambiando las emociones infantiles.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Medición Emocional - The Geneva Emotion Wheel (GEW)

Tabla N°23: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Guacamole)

ALIMENTO	EMOCIONES						TOTAL
	Alegría	Tristeza	Sorpresa	Miedo	Enojo	Asco	
Pre-Test Guacamole	13 52%	0 0%	3 12%	3 12%	1 4%	5 20%	25 100%
Post-Test Guacamole	12 48%	0 0%	6 24%	7 28%	0 0%	0 0%	25 100%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

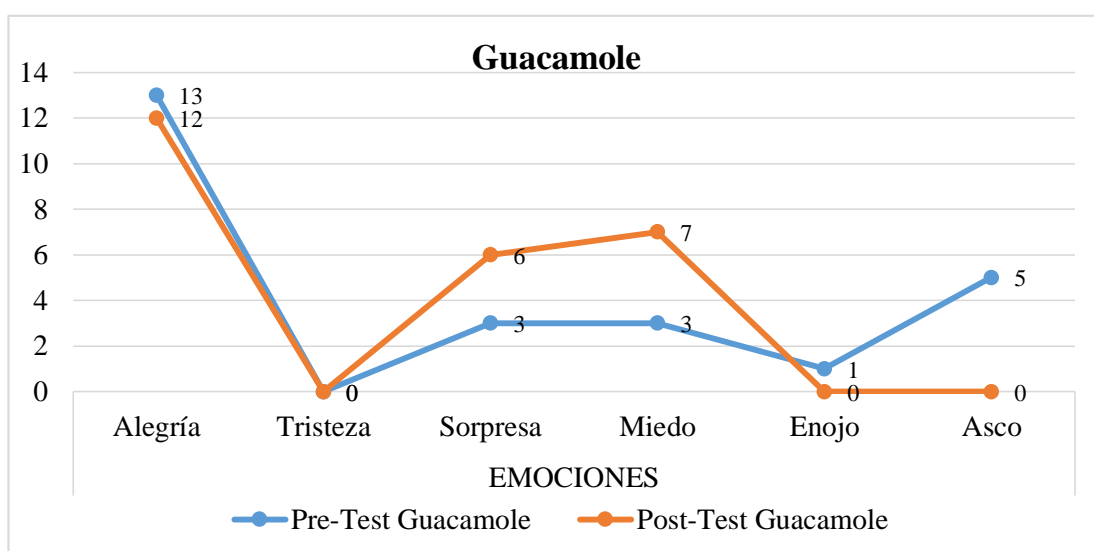


Gráfico N°23: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Guacamole)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

En el guacamole los porcentajes que se manejaron para la alegría en el pre fueron de 52% y en el post-test fue de 48%, la sorpresa aumentó de 12% a 24% en el post-test, el miedo subió de 12% a 28% porque les daba temor comer algo que era de color verde, que lo asociaron a el color del vómito, pero después cuando lo probaron se logró erradicar el enojo y a la vez se bajó el asco de 20% a 0%. Al asociar la comida con creatividad se puede lograr que los niños coman platos que a primera vista lucen poco atractivos pero su sabor es agradable.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Medición Emocional - The Geneva Emotion Wheel (GEW)

Tabla N°24: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Volovanes de pollo)

	ALIMENTO	EMOCIONES						TOTAL
		Alegría	Tristeza	Sorpresa	Miedo	Enojo	Asco	
Pre-Test	Volovanes de pollo	4 16%	1 4%	15 60%	1 4%	4 16%	0 0%	25 100%
Post-Test	Volovanes de pollo	6 24%	1 4%	14 56%	0 0%	2 8%	2 8%	25 100%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

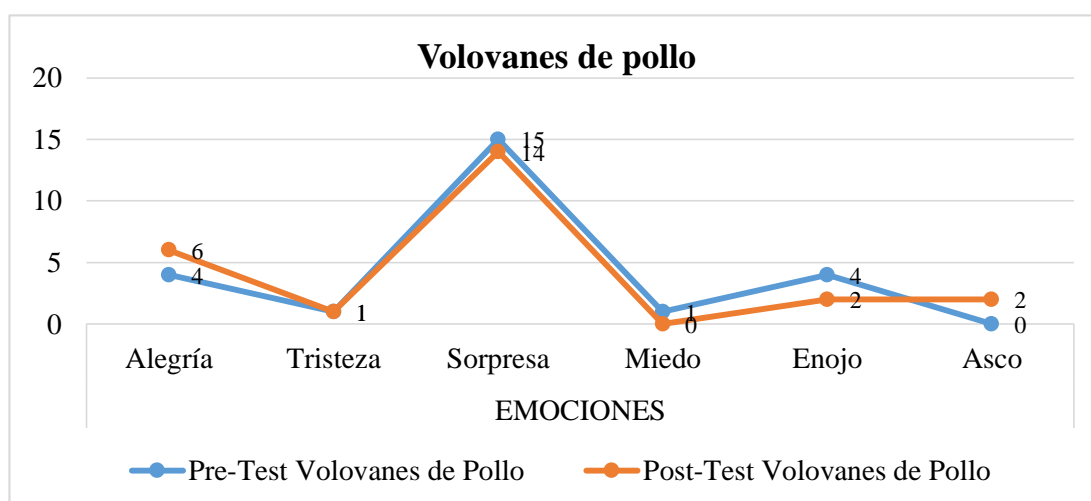


Gráfico N°24: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Volovanes de pollo)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

La alegría en los volovanes de pollo subió de 16% a 24%, la tristeza se quedó en 4% de la población, pero la emoción de sorpresa paso de 60% a 56%, porque en la primera ocasión no tenían idea de que eran los volovanes de pollo pero en la segunda ocasión ya lo sabían y fue diferente, el miedo al comer esta comida se erradico completamente, el enojo bajo de 16% a 8% y el asco se presentó en el post-test en un 8% en la población. Al presentar un alimento a los niños por primera vez causa mucha expectativa, pero cuando ya conocen lo que es ya no tiene el mismo efecto que al principio, pero la aceptación al comer fue buena.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Medición Emocional - The Geneva Emotion Wheel (GEW)

Tabla N°25: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Zanahoria cruda rallada)

	ALIMENTO	EMOCIONES						TOTAL
		Alegría	Tristeza	Sorpresa	Miedo	Enojo	Asco	
Pre-Test	Zanahoria cruda rallada	0 0%	1 4%	0 0%	0 0%	5 20%	19 76%	25 100%
Post-Test	Zanahoria cruda rallada	0 0%	1 4%	3 12%	2 8%	4 16%	15 60%	25 100%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

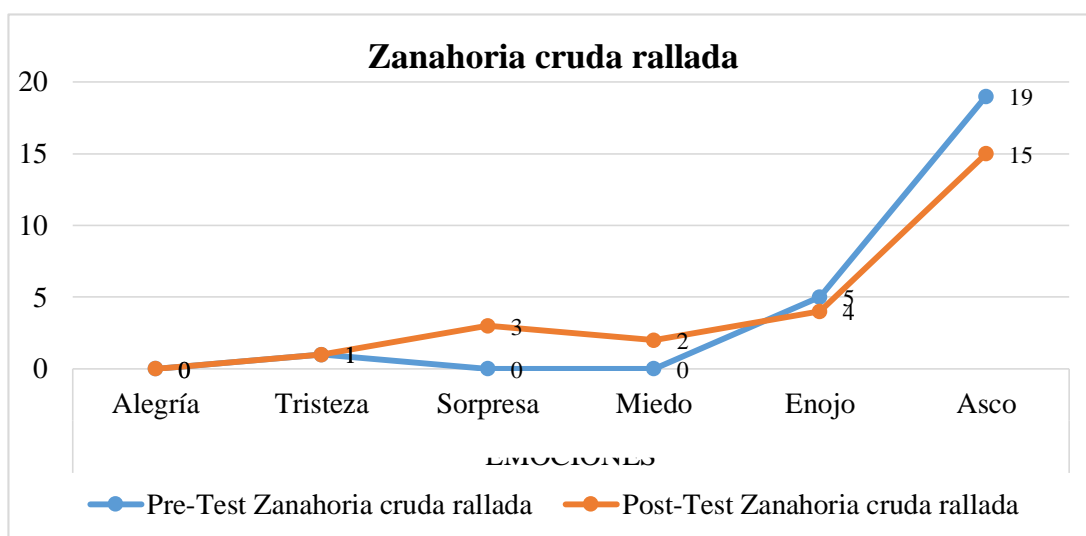


Gráfico N°25: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Zanahoria cruda rallada)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

La emoción que se mantuvo fue la tristeza con un 4% de la población, pero en general hubo mucha varianza en cuanto a los porcentajes de sorpresa que tuvo la zanahoria, subió de 0% a 12%, en el miedo se presentó 8% en el post-test, el enojo bajo de 20% a 16% y el asco cambio de 76% a 60%. No hubo una diferencia muy marcada en cuanto al asco, porque les llamó la atención la creatividad del plato, pero el sabor les seguía pareciendo el mismo, y presentaron disgusto.

Relación entre el Pre y Post-Test del Instrumento de Medición Emocional - The Geneva Emotion Wheel (GEW)

Tabla N°26: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Pasta con salsa cremosa de queso y brócoli)

	ALIMENTO	EMOCIONES						TOTAL
		Alegría	Tristeza	Sorpresa	Miedo	Enojo	Asco	
Pre-Test	Pasta con salsa cremosa de queso y brócoli	0 0%	0 0%	3 12%	7 28%	5 20%	10 40%	25 100%
Post-Test	Pasta con salsa cremosa de queso y brócoli	0 0%	0 0%	2 8%	7 28%	5 20%	11 44%	25 100%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

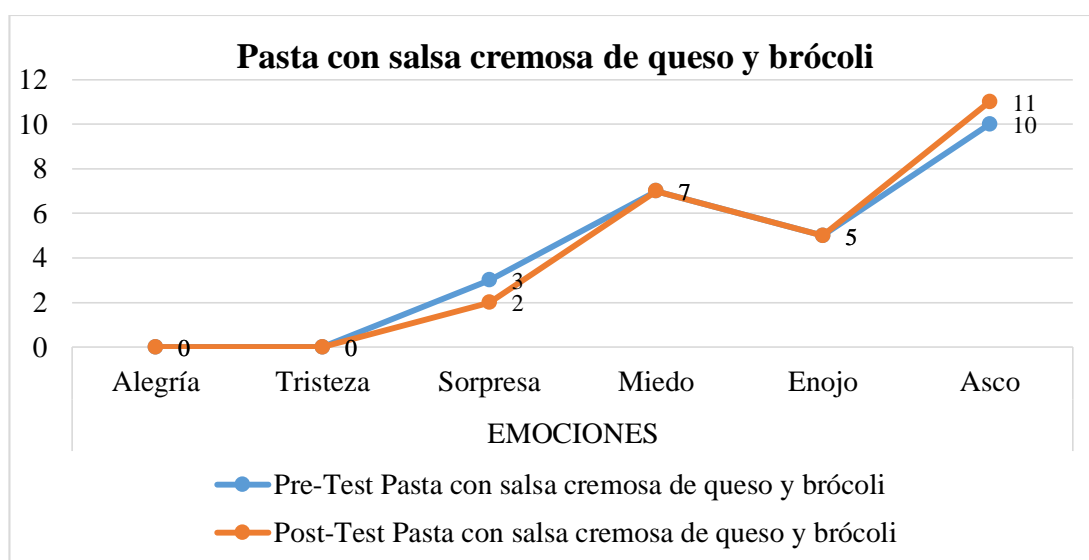


Gráfico N°26: The Geneva Emotion Wheel (GEW) Relación del Pre y Post-Test (Pasta con salsa cremosa de queso y brócoli)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis

Este plato no tuvo grandes diferencias en cuanto a las emociones que se expresaron, porque la sorpresa paso de 12% en el pre a solo 8% en el post-test, el miedo y el enojo se mantuvieron con 28% y 20% respectivamente cada uno en el pre y post; y el asco fue contradictorio porque aumento en 4% en la segunda recolección de datos.

Análisis y discusión

Los resultados de la toma de datos en cuanto a la relación entre el pre y post-test del instrumento para medir las emociones, tuvo las derivaciones esperadas, debido a que se nota visiblemente un aumento en cuanto a las emociones positivas como alegría y sorpresa por parte de los niños, en consecuencia al post-test donde estuvieron expuestos a comer platos creados creativamente.

En primera instancia se notó que las emociones que preponderaban en el pre-test fue el asco, y el enojo; el enojo fue una emoción que los niños sintieron al ver su lunch y descubrir que no era lo que ellos esperaban comer para ese día y además aparte de que no les gustaba mirar esa comida en el plato, los niños sabían que se iban a quedar con hambre durante el resto de la jornada escolar.

En el estudio realizado se contó con porcentajes satisfactorios en cuanto al post-test de mostrar comida creativa a los niños, la emoción de miedo también entro en juego aquí, debido a que algunos niños sintieron cohibición al comer platos con caras de animales o en ocasiones con temor de que no les vaya a gustar el sabor, pero al final la recolección de información tuvo un secuelas positivas.

El factor de las familias también jugó un rol importante en esta instancia, debido a que los niños durante la toma de muestras se sentían tentados a comer lo que traían otros niños en el lunch (comida con altos niveles carbohidraticos), entonces es oportuno citar los resultados de la investigación de los autores (Peña & Reidl, 2015) en la cual se tuvo como efectos investigativos que las emociones agradables constituyen uno de los factores socioculturales primordiales que determinan la conducta alimentaria actualmente, además cuando los sujetos de estudio comían comida que era de su agrado aumentaban en un 20% los niveles de emociones positivas.

Encuesta a Docentes-Escala de Likert

Tabla N°27: Escala de Likert (Docentes)

INDICADORES	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo, ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo	TOTAL
La creatividad está presente en los alimentos que consumen los niños diariamente	0 0%	3 60%	0 0%	2 40%	0 0%	5 100%
Utiliza métodos creativos para lograr que los niños coman todos los alimentos durante el lunch	0 0%	1 20%	1 20%	3 60%	0 0%	5 100%
Las características que debe tener la cocina infantil, ayudan a desarrollar la creatividad	0 0%	0 0%	0 0%	5 100%	0 0%	5 100%
Reconoce la relación entre la creatividad y la cocina infantil	0 0%	1 20%	0 0%	3 60%	1 20%	5 100%
Las estrategias creativas dentro de la cocina infantil están inmersas en el centro educativo donde labora actualmente	0 0%	3 60%	2 40%	0 0%	0 0%	5 100%
Considera relevante potencializar el desarrollo de las emociones en la infancia	0 0%	0 0%	0 0%	2 40%	3 60%	5 100%
Cree que el desarrollo de las emociones se da naturalmente y no necesita la intervención de un adulto para regularlas	2 40%	2 40%	1 20%	0 0%	0 0%	5 100%
La autorregulación de emociones es importante durante la infancia	0 0%	0 0%	1 20%	1 20%	3 60%	5 100%

Está consciente del rol que juegan las emociones actualmente en la sociedad	0 0%	0 0%	0 0%	2 40%	3 60%	5 100%
Los encargados de desarrollar las emociones infantiles son únicamente los padres de familia	3 60%	2 40%	0 0%	0 0%	0 0%	5 100%
Reconoce la importancia de la relación entre los alimentos ingeridos y el desarrollo emocional infantil	0 0%	2 40%	1 20%	2 40%	0 0%	5 100%
La creatividad ayuda a potencializar las emociones durante la infancia	0 0%	0 0%	0 0%	2 40%	3 60%	5 100%
Los alimentos servidos de manera creativa son un coadyuvante a tener una mejor alimentación durante la infancia	0 0%	0 0%	0 0%	4 80%	1 20%	5 100%
El rincón del hogar del centro educativo apoya a la cocina como un arte que potencializa la creatividad y emociones infantiles	0 0%	0 0%	0 0%	3 60%	2 40%	5 100%
La cocina infantil creativa aporta los nutrientes necesarios para un óptimo desarrollo emocional	0 0%	0 0%	2 40%	3 60%	0 0%	5 100%

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

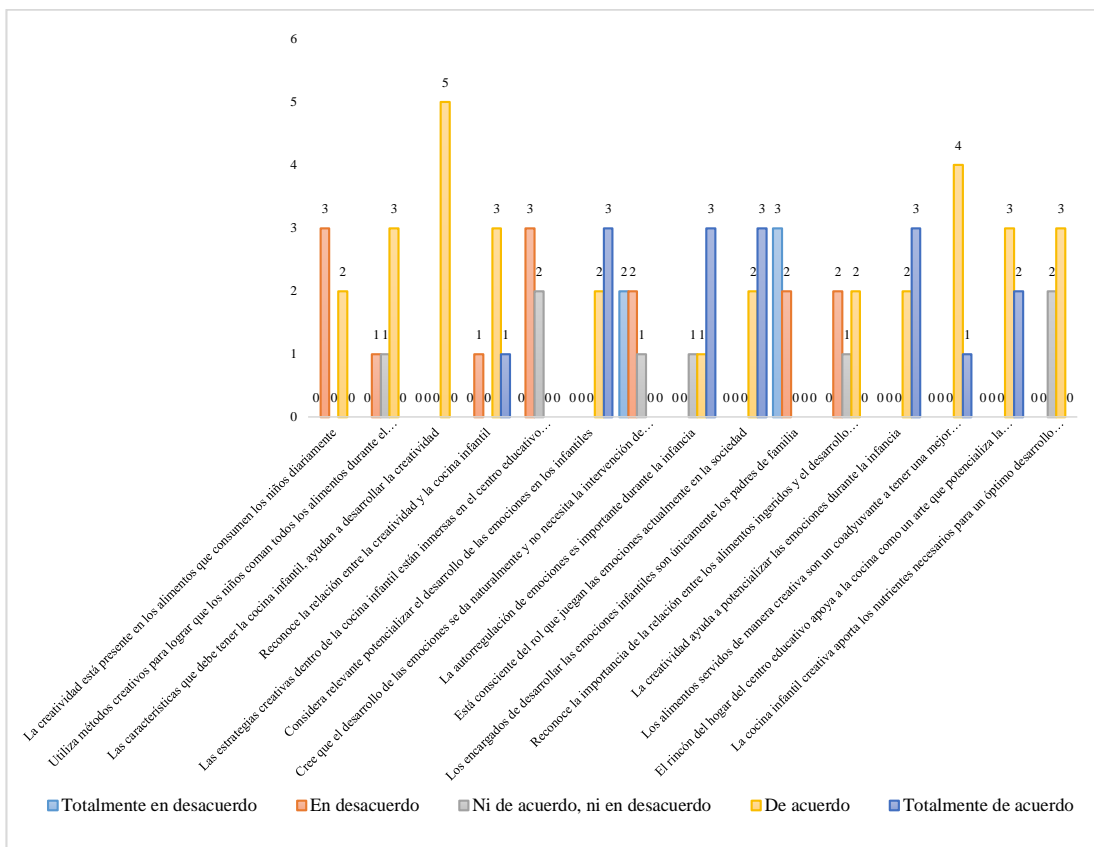


Gráfico N°27: Escala de Likert (Docentes)

Elaborado por: Espín, M. (2019)

Fuente: Investigación de Campo

Análisis y discusión

Del instrumento aplicado a 5 docentes del centro educativo English Garden, se recabó información del punto de vista acerca de la creatividad en la cocina infantil, asociándolo con las emociones, y los resultados se relacionaron con los datos de los instrumentos dirigidos a los niños, que fueron los sujetos de la investigación.

Entonces de las 15 preguntas realizadas en escala de Likert se obtuvo los siguientes resultados, en el primer indicador se les cuestionó sobre si la creatividad está presente en los alimentos que consumen los niños diariamente y el 60% estuvo en desacuerdo, frente a un 40% que estuvo de acuerdo; se les consultó si utilizan métodos creativos para lograr que los niños coman todos los alimentos durante el lunch y el 20% estuvo en desacuerdo, 1 persona estuvo ni de acuerdo, ni en desacuerdo y un 60% estuvo de acuerdo con este indicador.

Otro indicador que se les consultó fue si las características que debe tener la cocina infantil, ayudan a desarrollar la creatividad, y el 100% de las consultadas dijo estar de acuerdo con esto; respecto a que, si reconocen la relación entre la creatividad y la cocina infantil, un 20% dijo estar en desacuerdo, 60% estuvo de acuerdo y finalmente el 20% restante dijo estar totalmente de acuerdo. La premisa de que las estrategias creativas dentro de la cocina infantil están inmersas en el centro educativo donde labora actualmente, tuvo los siguientes resultados, el 60% estuvo en desacuerdo y el 40% no estuvo de acuerdo, ni en desacuerdo.

Respecto a los indicadores referentes a la variable emociones, se les consultó si consideran relevante potencializar el desarrollo de las emociones en la infancia, y el 40% estuvo de acuerdo, pero el 60% restante estuvo totalmente de acuerdo. En otro postulado se investigó si las docentes creen que el desarrollo de las emociones se da naturalmente y no necesita la intervención de un adulto para regularlas, para lo cual respondieron un 40% totalmente en desacuerdo, otro 40% en desacuerdo y un 20% ni de acuerdo, ni en desacuerdo.

Se preguntó si la autorregulación de emociones es importante durante la infancia, a lo cual el 20% no estuvo ni de acuerdo, ni en desacuerdo; otro 20% de acuerdo y un 60% totalmente de acuerdo. Se les encuestó si están conscientes del rol que juegan las emociones actualmente en la sociedad, y el 40% estuvo de acuerdo, pero el 60% dijo estar totalmente de acuerdo. Además, se inquirió si los encargados de desarrollar las emociones infantiles son únicamente los padres de familia, entonces el 60% estuvo totalmente en desacuerdo y el 40% en desacuerdo.

La relación entre la variable de la creatividad en la cocina infantil y el desarrollo de las emociones se examinó por medio de los siguientes indicadores, el primero, reconoce la importancia de la relación entre los alimentos ingeridos y el desarrollo emocional infantil, el 40% estuvo en desacuerdo, frente a un 20% ni de acuerdo, ni en desacuerdo y un 40% que estuvo de acuerdo. Se investigó si la creatividad ayuda a

potencializar las emociones durante la infancia y el 40% de las docentes respondió estar de acuerdo, frente a un 60% que estuvo totalmente de acuerdo.

Se cuestionó si los alimentos servidos de manera creativa son un coadyuvante a tener una mejor alimentación durante la infancia y 4 docentes dijeron estar de acuerdo, que representa el 80% y el 20% sobrante estuvo totalmente de acuerdo. Se indagó si el rincón del hogar del centro educativo apoya a la cocina como un arte que potencializa la creatividad y emociones infantiles y el 60% estuvieron de acuerdo, pero el 40% estuvo totalmente de acuerdo. Finalmente se averiguó si la cocina creativa infantil aporta los nutrientes necesarios para un óptimo desarrollo emocional y 40% de las docentes respondieron que no están de acuerdo, ni en desacuerdo; pero el 60% dijo estar de acuerdo.

Los resultados presentados denotan que las docentes conocen la importancia de la relación entre la creatividad que debe tener la cocina infantil para el desarrollo de las emociones, pero sin embargo no hay mayor esfuerzo por implementarla en el lunch de los niños, también a través de esta escala de Likert se resalta que, pese a los rincones designados para el arte y la cocina, las docentes no cuentan con estrategias para trabajar desde estos espacios para un desenvolvimiento emocional. Además, hay desconocimiento sobre los beneficios que tiene la creatividad en la cocina infantil, y el gran coadyuvante que puede resultar para lograr que los niños coman toda la comida que se le presente, y por ende tengan una mejor absorción de los nutrientes que necesitan durante la infancia.

Para mayor amplitud sobre estos resultados, se cita a (De La Cruz, 2015) en donde en este estudio los docentes tenían desconocimiento sobre lo que significa una comida creativa y la alimentación de los niños en la escuela se veía afectada, notablemente, es por ellos que como recomendación se estipula que los docentes creen ambientes propicios para la alimentación, y esto se relaciona con el recetario propuesto en este proyecto, debido a que con la utilización de este, la calidad alimenticia de los preescolares mejorar y el desarrollo de emociones positivas también.

3.2. Verificación de la hipótesis

Para el desarrollo de esta investigación se realizó el cálculo del estadístico para la comprobación de la hipótesis, como se muestra en la siguiente tabla:

Gráfico N°28: Resumen de Prueba de Hipótesis

Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
Las distribuciones de PPColor, PPOlor, PPSabor, PPTextura, MacarronesColor, MacarronesDlor, MacarronesSabor, MacarronesTextura, AvenaColor, AvenaDlor, AvenaSabor, AvenaTextura, TortillaColor, TortillaDlor, TortillaSabor, TortillaTextura, FrejolColor, FrejolDlor, FrejolSabor, FrejolTextura, TallarinColor, TallarinDlor, TallarinSabor, TallarinTextura, GuacamoleColor, GuacamoleDlor, GuacamoleSabor, GuacamoleTextura, VolovanesColor, VolovanesDlor, VolovanesSabor, VolovanesTextura, ZanahoriaColor, ZanahoriaDlor, ZanahoriaSabor, ZanahoriaTextura, PastaColor, PastaDlor, PastaSabor and PastaTextura son las mismas.	Prueba Q de Cochran para muestras relacionadas	,000	Rechazar la hipótesis nula.

Al realizar una estadística de variables relacionadas se puede identificar que el valor de significancia es 0.000, por consiguiente, se rechaza la hipótesis nula.

Tabla N°28: Estadísticos de prueba

Estadísticos de prueba	
N	25
Chi-cuadrado	225,993
gl	39
Sig. asintótica	,000

a. Prueba de Friedman

De acuerdo al estadístico de Friedman, cálculo de muestras relacionadas por rangos se obtiene un valor de significancia menor a 0.005, por consiguiente, se verifica que se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alterna.

H0: La creatividad en la cocina infantil no aporta al desarrollo de las emociones.

H1: La creatividad en la cocina infantil aporta al desarrollo de las emociones.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1 Conclusiones

- La relación entre la creatividad y la cocina infantil fue respaldada por diversas investigaciones previas al respecto, y el 100% de estudios citados en el presente proyecto reconocen la correspondencia entre las dos variables mencionadas, además se debe hacer alusión a que debido a los nuevos modelos de crianza y el factor de que los estilos de alimentación han cambiado drásticamente a lo largo de los años, actualmente los niños tienen una dieta inadecuada, y esto se hace visible en cuanto a que los infantes no están acostumbrados a comer alimentos saludables y solo muestran gusto por carbohidratos y grasas, dando como resultado una mala alimentación, que afectan en el desarrollo emocional infantil, lo cual fue corroborado en el pre-test con el instrumento de percepción organoléptica de los alimentos a analizarse, de 25 niños encuestados, el 100% prefirió estar de acuerdo con el sabor de los alimentos fritos frente a un mínimo 24% quienes sintieron gusto por vegetales, esto demuestra el tipo de alimentación que los niños tienen en la actualidad.
- Dentro de los datos analizados se encontró que el 60% de las docentes encuestadas están de acuerdo con que las emociones se deben desarrollar como un principio primordial en el aula de clases, pero se contrasta con el 40% poblacional que menciona desconocer la importancia de la relación entre los alimentos ingeridos y el desarrollo emocional infantil, además se concluyó desconocimiento de lo que se considera saludable y no saludable, además de las sustancias que segregan los alimentos y las reacciones que producen en el cuerpo, es por esta razón que la alimentación es un tema que también se debe tener en cuenta en la etapa preescolar, ya que el tan ansiado desarrollo integral se logra por medio de varios factores, incluida la nutrición.

- La diferencia entre los datos del pre y post-test en la mayoría de alimentos fueron altamente contrastantes, por ejemplo en el pre-test se presentó un promedio de 20% de aceptación por alimentos crudos y verduras, pero con la aplicación del post-test se ponderó que el nivel de aceptación por estos alimentos aumentó a un 60%, razón por lo cual se hace imprescindible la elaboración de un recetario con platos creativos para conseguir que los niños coman todos los alimentos que en la infancia se los toma como desagradables, y fomentar de esa manera gusto por los mismos, al mismo tiempo que esto favorece a la formación de hábitos alimenticios saludables.

4.2 Recomendaciones

- Los docentes y padres de familia deben reconocer la relación entre creatividad y cocina infantil, a fin de que sepan la importancia de estos dos términos durante la etapa de la infancia, y después de esto puedan implementar prácticas creativas que respondan a las necesidades nutricionales de los niños, con porciones de acuerdo a la edad; con la finalidad de cambiar los hábitos alimenticios actuales por unos más saludables y conducir a los infantes a llevar un estilo de vida basada en una dieta nutritiva, para de esta manera lograr a futuro un desarrollo óptimo infantil.
- Se debe tener mayor conciencia de la importancia de las emociones y la asociación que estas tienen con los alimentos que se consumen a diario, debido a las reacciones químicas que produce el cuerpo al ingerir un determinado alimento, entonces es necesario que se tenga en cuenta cuales son los alimentos saludables y no saludables para la potencialización de las emociones en la infancia, además hay que reconocer la importancia de la creatividad en educación inicial, entonces el trabajo para maximizar la creatividad y tener un buen desenvolvimiento de las emociones, consiste en articular los esfuerzos de los docentes y padres de familia

de los infantes para trabajar estos dos términos tan importantes, desde varios ámbitos, y en este caso desde la cocina infantil.

- Utilizar el recetario propuesto en la investigación, como una estrategia innovadora para presentar la comida a los niños, de manera que los docentes y padres de familia puedan poner en práctica con los niños todas las recetas propuestas, debido a que el emplatado es un factor muy importante al momento de alimentar a los infantes, en virtud de que en la infancia es donde los niveles de creatividad son altos, se debe aprovechar para explotarlos en varios ámbitos de la niñez y más aún en la alimentación, que es el medio por el cual se asegura una vida sana y un completo desarrollo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acosta, C. (2018). *Ecuador retorna a la alimentación tradicional*. Obtenido de <https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/sociedad/6/ecuador-alimentacion-tradicional>
- Aguirregoitia, A., & Fernández, M. (2019). La simplicidad como proceso creativo culinario: ¿una. *Revista de Turismo y Patrimonio Cultural*. Obtenido de https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/97507/1/2019_Aguirregoitia_Fernandez_Pasos.pdf
- Albornoz, E. (2019). El juego y el desarrollo de la creatividad de los niños/as del nivel inicial de la escuela Benjamín Carrión. *Conrado*, 15(66), 209-213. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442019000100209
- Barcia, M., Pico, L., Reyna, J., & Vélez, D. (2019). Las Emociones y su impacto en la Alimentación. *Revista Caribeña*. Obtenido de <https://www.eumed.net/rev/caribe/2019/07/emociones-alimentacion.html>
- Beghetto, R., Kaufman, J., & Hatcher, R. (2015). Applying Creativity Research to Cooking. *The Journal of creative behavior*. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/285043611_Applying_Creativity_Research_to_Cooking
- Clemente, Y. (2018). *La cocina: un laboratorio de aprendizaje para los niños*. Obtenido de <http://rejuega.com/juego-aprendizaje/juego-educativo/la-cocina-un-laboratorio-de-aprendizaje-para-los-ninos/>
- Clínica Alemana. (2018). *Alimentación Saludable para 3-4 Años*. Obtenido de https://portal.alemana.cl/wps/wcm/connect/Internet/Home/maternidad-y-familia/crianza/alimentacion_saludable_ninos_3_a_4_anos
- De La Cruz, E. (2015). La educación alimentaria y nutricional en el contexto de la educación inicial. *Revista Paradígma*, 36(1). Obtenido de http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1011-22512015000100009

- De La Cruz, E. (2015). *La educación alimentaria y nutricional en el contexto de la educación inicial*. Obtenido de <http://ve.scielo.org/pdf/pdg/v36n1/art09.pdf>
- Enríquez, C. (2017). Los alimentos que más gasto generan son pan, arroz y gaseosas. *Revista Líderes*. Obtenido de <https://www.revistalideres.ec/lideres/alimentos-gasto-comercio-consumo-supermercados.html>
- Gavilanes, P. (2016). *El apetito se guía por los colores*. Obtenido de <https://www.elcomercio.com/tendencias/apetito-colores-alimentos-gastronomia-animo.html>
- Genève, U. d. (2018). *La rueda de la emoción de Ginebra*. Obtenido de <https://www.unige.ch/cisa/gew/>
- González, M. (2018). Validación del Cuestionario de Comedor Emocional (CCE) en Chile. *Gen*. Obtenido de http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0016-35032018000100005&lng=es&nrm=iso&tlng=es
- González, R., Souto, A., & Fernández, R. (2017). Perfiles de regulación emocional y estrés académico en estudiantes de fisioterapia. *European Journal of Education and Psychology*, 57-67. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1888899217300119>
- Grupo Colaborativo de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC). (2016). Guías alimentarias para la población española. *Nutrición Hospitalaria*, 1-48. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/3092/309249944001.pdf>
- Llauradó, O. (2017). *La escala de Likert: qué es y cómo utilizarla*. Obtenido de <https://www.netquest.com/blog/es/la-escala-de-likert-que-es-y-como-utilizarla>
- López, A., Pérez, C., & Guzmán, C. H. (2017). Caracterización de las principales tendencias de la gastronomía mexicana en el marco de nuevos escenarios sociales. *Teoría y Praxis*(21), 91-113. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/4561/456150029006.pdf>

- Lozano, L. (2015). *Proyecto educativo para potenciar la Alimentación sana en alumnos de Educación Infantil (PEPAS)*. Obtenido de https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2865/Laura_Lozano_Alba_late.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Marrero, M. (2017). Nutrición cerebral. Estado del arte. Obtenido de <https://www.medigraphic.com/pdfs/actamedica/acm-2016/acm162e.pdf>
- Medina, N., Velázquez, M., Alhuay, J., & Aguirre, F. (2017). La Creatividad en los Niños de Prescolar, un Reto de la Educación Contemporánea. *REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 15(2), 153-181. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/551/55150357008.pdf>
- Ministerio de Educación. (2015). *Guía Metodológica para la Implementación del Currículo de Educación Inicial*. Obtenido de <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2015/05/Guia-Implentacion-del-curriculo.pdf>
- Peña, E., & Reidl, L. (2015). *Las Emociones y la Conducta Alimentaria*. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/304238405_Las_Emociones_y_la_Conducta_Alimentaria
- Pilarica. (2019). *Cómo mejorar las características organolépticas de los alimentos mediante el uso de ingredientes naturales*. Obtenido de <http://www.pilarica.es/mejorar-las-caracteristicas-organolepticas-los-alimentos-mediante-uso-ingredientes-naturales/>
- Pulido, A. (2017). La alimentación en educación inicial como un campo de experiencia pedagógica. *Aletheia*, 98-115. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/aleth/v9n1/2145-0366-aleth-9-01-00098.pdf>
- Rodríguez, J. (2017). Imaginación, creatividad y aprendizaje por descubrimiento a través del arte en educación infantil. *Revista de Estudios en Sociedad, Artes y Gestión Cultural*, 97-120. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6067969>
- Rodríguez, Y. (2016). Las emociones en el proceso de enseñanza-aprendizaje. *Revista Vinculando*. Obtenido de http://vinculando.org/psicologia_psicoterapia/emociones-proceso-ensenanza-

aprendizaje.html?utm_source=feedburner&utm_medium=email&utm_campaign=Feed%3A+Vinculando+(Revista+Vinculando)&format=pdf

Rojas, A., & García, M. (2017). Construcción de una Escala de Alimentación Emocional. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 3(45).
Obtenido de
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/4596/459653862008/html/index.html>

Sánchez, M., & Morales, M. (2017). *Fortalecimiento de la creatividad en la educación preescolar orientado por estrategias pedagógicas basadas en el arte y la literatura infantil*. Obtenido de
<https://www.redalyc.org/pdf/853/85352029005.pdf>

Summo, V., Voisin, S., & Téllez, B. (2016). Creatividad: eje de la educación del siglo XXI. *Revista iberoamericana de educación superior*. Obtenido de
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-28722016000100083

Valencia, A., Mata, C., & De Lira, C. (2018). Preferencias alimentarias durante el recreo escolar: Niños de primaria de 9 a 10 años. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 9(2). Obtenido de
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/4257/425757938010/html/index.html>

Vega, P., Álvarez, Á., Bañuelos, Y., Reyes, B., & Hernández, M. (2015). Estilo de vida y estado de nutrición en niños escolares. *Revista Enfermería universitaria*. Obtenido de
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632015000400182

ANEXOS

Anexo 1

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
EDUCACIÓN PARVULARIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Instrumento de Percepción Organoléptica









Nombre:

Fecha:

Objetivo: Recopilar información acerca de la aceptación por la comida de los niños de 3 a 4 años, por medio de las características organolépticas de los alimentos.

Instrucción: Marcar con una X según corresponda

Valoración: Gusto (1); Disgusto (0)

Alimentos	Color		Olor		Sabor		Textura	
	Gusto 	Disgusto 	Gusto 	Disgusto 	Gusto 	Disgusto 	Gusto 	Disgusto 
Papas fritas con Pollo								
Macarrones con Atún								
Avena								
Tortillas de papa								
Menestra de Fréjol								
Tallarín con pollo								
Guacamole								
Volovanes de Pollo								
Zanahoria cruda rallada								
Pasta con salsa cremosa de queso y brócoli								

Anexo 2

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
EDUCACIÓN PARVULARIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Instrumento de Medición Emocional-The Geneva Emotion Wheel (GEW)

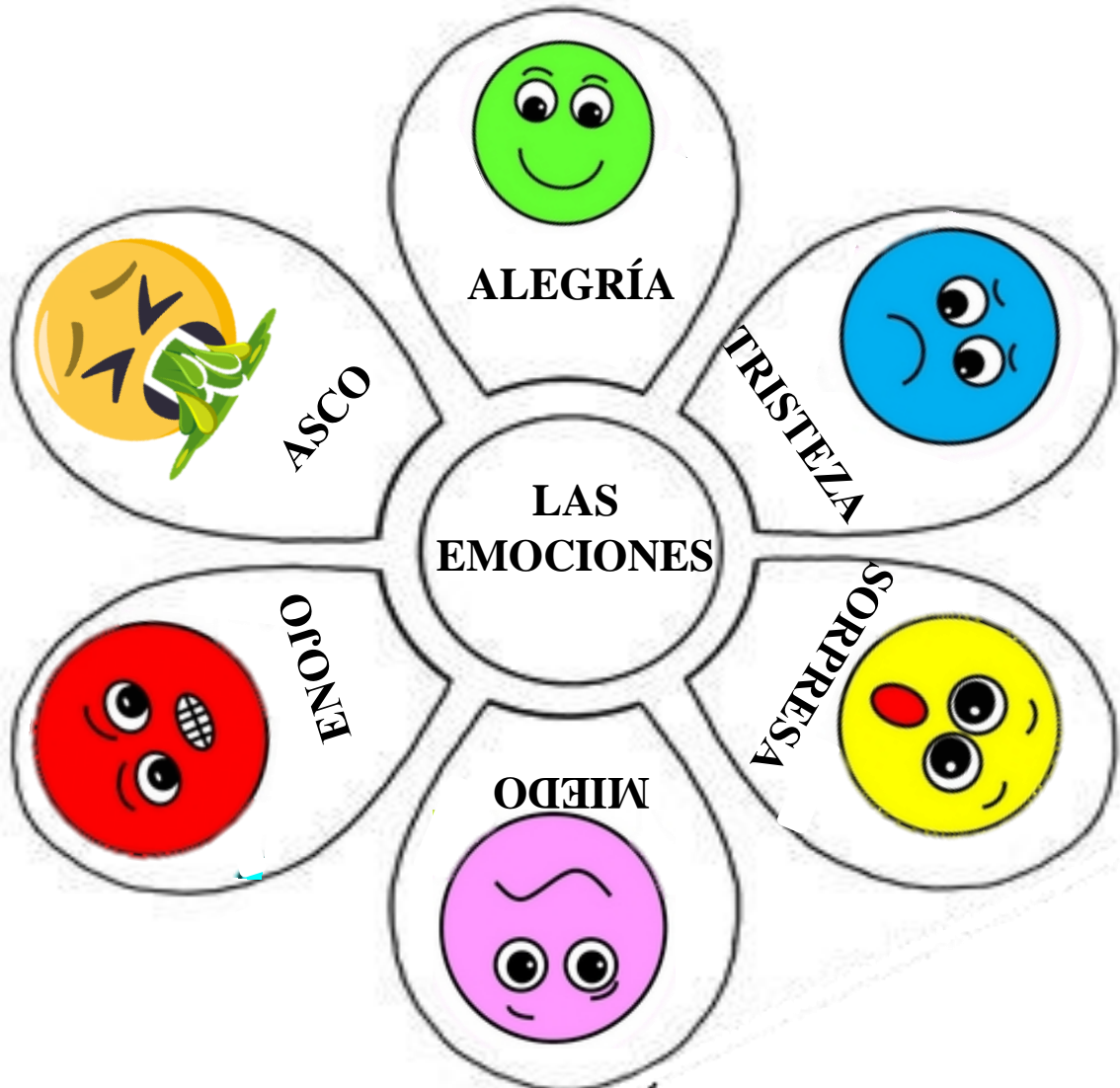
Nombre:

Fecha:

Alimento:

Objetivo: Recoger datos sobre las emociones infantiles que se producen a partir de la ingesta de determinados alimentos.

Instrucción: Ubicar las respuestas emocionales obtenidas de los niños después de haber comido el plato de comida seleccionado para ese día.



Anexo 3

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
EDUCACIÓN PARVULARIA
MODALIDAD PRESENCIAL



Cuestionario estructurado en Escala de Likert

Nombre:

Fecha:

Objetivo: Recoger información acerca de los hábitos alimentarios de los niños para determinar el tipo de ingesta alimenticia y como afecta en las emociones.

Instrucción: Marque con una X según corresponda

1. La creatividad está presente en los alimentos que consumen los niños diariamente

Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo, ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
--------------------------	--	---------------	--	---------------------------------	--	------------	--	-----------------------	--

2. Utiliza métodos creativos para lograr que los niños coman todos los alimentos durante el lunch

Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo, ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
--------------------------	--	---------------	--	---------------------------------	--	------------	--	-----------------------	--

3. Las características que debe tener la cocina infantil, ayudan a desarrollar la creatividad

Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo, ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
--------------------------	--	---------------	--	---------------------------------	--	------------	--	-----------------------	--

4. Reconoce la relación entre la creatividad y la cocina infantil

Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo, ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
--------------------------	--	---------------	--	---------------------------------	--	------------	--	-----------------------	--

5. Las estrategias creativas dentro de la cocina infantil están inmersas en el centro educativo donde labora actualmente

Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo, ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
--------------------------	--	---------------	--	---------------------------------	--	------------	--	-----------------------	--

6. Considera relevante potencializar el desarrollo de las emociones en los infantiles

Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo, ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
--------------------------	--	---------------	--	---------------------------------	--	------------	--	-----------------------	--

7. Cree que el desarrollo de las emociones se da naturalmente y no necesita la intervención de un adulto para regularlas

Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo, ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
--------------------------	--	---------------	--	---------------------------------	--	------------	--	-----------------------	--

8. La autorregulación de emociones es importante durante la infancia

Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo, ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
--------------------------	--	---------------	--	---------------------------------	--	------------	--	-----------------------	--

9. Está consciente del rol que juegan las emociones actualmente en la sociedad

Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo, ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
--------------------------	--	---------------	--	---------------------------------	--	------------	--	-----------------------	--

10. Los encargados de desarrollar las emociones infantiles son únicamente los padres de familia

Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo, ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
--------------------------	--	---------------	--	---------------------------------	--	------------	--	-----------------------	--

11. Reconoce la importancia de la relación entre los alimentos ingeridos y el desarrollo emocional infantil

Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo, ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
--------------------------	--	---------------	--	---------------------------------	--	------------	--	-----------------------	--

12. La creatividad ayuda a potencializar las emociones durante la infancia

Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo, ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
--------------------------	--	---------------	--	---------------------------------	--	------------	--	-----------------------	--

13. Los alimentos servidos de manera creativa son un coadyuvante a tener una mejor alimentación durante la infancia

Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo, ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
--------------------------	--	---------------	--	---------------------------------	--	------------	--	-----------------------	--

14. El rincón del hogar del centro educativo apoya a la cocina como un arte que potencializa la creatividad y emociones infantiles

Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo, ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
--------------------------	--	---------------	--	---------------------------------	--	------------	--	-----------------------	--

15. La cocina infantil creativa aporta los nutrientes necesarios para un óptimo desarrollo emocional

Totalmente en desacuerdo		En desacuerdo		Ni de acuerdo, ni en desacuerdo		De acuerdo		Totalmente de acuerdo	
--------------------------	--	---------------	--	---------------------------------	--	------------	--	-----------------------	--