

MINISTERIO DE EDUCACIÓN
DIRECCIÓN DE FORMACIÓN INICIAL DOCENTE
ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
“GAMANIEL BLANCO MURILLO” – PASCO
PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN INICIAL



TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Fortalecer el Sistema Inmunológico en niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco.

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Calidad y desempeño docente

Para optar el Grado de Bachiller en Educación

Presentado por:

1. MENDOZA AYALA, Otilia Laura
2. NIETO GUERRA, Milagros Katherin

Asesora: Mg. Olinda, LOPEZ VASQUEZ

Cerro de Pasco – Perú - 2025

Otila Laura 1. Mendoza Ayala

Fortalecer el Sistema Inmunológico en niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila...

 Quick Submit Quick Submit Escuela de Educacion Superior Publica Gamaniel Blanco Murillo

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::1:3495854849

Fecha de entrega

2 mar 2026, 3:23 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

2 mar 2026, 3:37 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

15-01-26_MEDDOZA-NIETO_Sistema_inmunol_gico_REVISI_N1_1.docx

Tamaño del archivo

647.8 KB

82 páginas

14.171 palabras

85.191 caracteres

20% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Fuentes principales

- 20%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 10%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

DEDICATORIA

A nuestros queridos padres, por su amor inmenso y por enseñarnos que la educación es el camino que transforma vidas.

A los niños y niñas que motivaron esta investigación, cuya ternura y fortaleza inspiran cada día a seguir trabajando por una infancia más saludable y protegida.

AGRADECIMIENTO.

Expresamos mi profundo agradecimiento a la institución educativa que nos brindó la oportunidad y las condiciones necesarias para desarrollar este trabajo de investigación. A nuestra asesora, por su guía constante, sus orientaciones académicas y su compromiso con nuestra formación profesional. A la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N.º 35002 “Zoila Amoretti de Odria”, por abrirnos sus puertas y permitirnos trabajar con sus niños y personal.

A los padres de familia, por su disposición y colaboración en cada etapa del estudio, y a los docentes y directivos, por su apoyo, apertura y participación activa, que hicieron posible la construcción de este proyecto. A todos, nuestro sincero reconocimiento por contribuir al logro de esta investigación.

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo general comprender el fortalecimiento del sistema inmunológico en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N.º 35002 “Zoila Amoretti de Odria”, ubicada en el distrito de Chaupimarca, Pasco, con la finalidad de identificar prácticas educativas que contribuyan al desarrollo integral y protección inmunológica en la primera infancia. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, aplicando el diseño de investigación– descriptiva, lo que permitió recoger información en el contexto natural de los participantes y analizar de manera reflexiva las dinámicas que influyen en la nutrición saludable, la higiene básica y la actividad física. La muestra estuvo conformada por 22 niños de 2 años, seleccionados por criterios definidos para este nivel educativo. Se utilizaron como instrumentos una guía de observación estructurada y una guía de entrevista dirigida a docentes, padres de familia y directivos, lo cual permitió triangulación de datos para obtener una comprensión profunda del fenómeno estudiado. Los resultados evidenciaron que los niños presentan prácticas favorables

en las tres dimensiones evaluadas, alcanzando en su mayoría niveles de logro destacado en hábitos alimentarios, rutinas de higiene y participación en actividades físicas, aunque se identificaron dificultades relacionadas con la continuidad de estos hábitos en el hogar y con factores ambientales propios de la región. En conclusión, el fortalecimiento del sistema inmunológico infantil requiere acciones articuladas entre escuela y familia, así como estrategias educativas sostenidas que promuevan la adopción de hábitos saludables desde los primeros años de vida.

Palabras clave: sistema inmunológico, nutrición saludable, higiene básica, actividad física, primera infancia.

ABSTRACT

The objective of this research was to understand the strengthening of the immune system in 2-year-old children from the “Niño Jesús” nursery at Educational Institution No. 35002 “Zoila Amoretti de Odria,” located in the district of Chaupimarca, Pasco, in order to identify educational practices that contribute to integral development and immunological protection during early childhood. The study followed a qualitative approach using an action research design, which made it possible to gather information in the participants’ natural context and to analyze, in a reflective manner, the dynamics influencing healthy nutrition, basic hygiene, and physical activity. The sample consisted of 22 children aged 2, selected according to established criteria for this educational level. A structured observation guide and an interview guide directed at teachers, parents, and school administrators were employed, allowing data triangulation to obtain a deeper understanding of the studied phenomenon. The results showed that children demonstrate favorable practices in the three evaluated dimensions, reaching mostly outstanding achievement levels in eating habits, hygiene routines, and participation in

physical activities, although difficulties were identified regarding the continuity of these habits at home and environmental factors characteristic of the region. In conclusion, strengthening the immune system in early childhood requires coordinated actions between school and family, as well as sustained educational strategies that promote the adoption of healthy habits from the earliest years of life.

Keywords: immune system, healthy nutrition, basic hygiene, physical activity, early childhood.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARÁTULA	i
PÁGINA DEL JURADO CALIFICADOR.....	ii
DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO	iv
RESUMEN.....	v
ABSTRACT	vii
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	ix
ÍNDICE DE TABLAS.....	xi
INTRODUCCIÓN.....	xiii
CAPITULO I.....	1
PLANTEAMIENTO EL PROBLEMA.....	1
1.1. Descripción del problema.....	1
1.2. Formulación del problema.....	4
1.2.1. Problema general.	4
1.2.2. Problemas específicos.....	4
1.3. Objetivos.	5
1.3.1. Objetivo general.	5
1.3.2. Objetivos específicos.....	5
1.4. Importancia y alcance de la investigación.	5
1.5. Limitaciones de la investigación.....	7

CAPITULO II	10
MARCO TEÓRICO.....	10
2.1. Antecedentes del estudio.....	10
2.2. Bases teóricas.....	17
2.3. Definición de términos.	27
2.4. Hipótesis.	29
2.5. Variables e indicadores.....	29
2.6. Operacionalización de variables.	30
CAPITULO III	31
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	31
3.1. Diseño de la investigación.	31
3.2. Población y muestra.....	32
3.3. Procedimientos, técnicas e instrumentos de recojo de información.	34
3.4. Análisis de información.....	36
CAPITULO IV.....	38
PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	38
4.1. Descripción del trabajo de campo.....	38
4.2. Discusión.	50
CONCLUSIONES	
RECOMENDACIONES	
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	
ANEXOS	

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Nutrición saludable	36
Tabla 2	Higiene básica	38
Tabla 3	Actividad física	40
Tabla 4	¿Cómo describe las prácticas de nutrición saludable que se desarrollan diariamente en relación con los niños de 2 años?	42
Tabla 5	¿Cómo describe las prácticas de higiene básica que se realizan diariamente en relación con los niños de 2 años?	44
Tabla 6	¿Cómo describe las prácticas de actividad física que se desarrollan diariamente en relación con los niños de 2 años?	46
Tabla 7	¿Cómo describe las principales dificultades que se presentan para fortalecer el sistema inmunológico de los niños de 2 años?	48
Tabla 8	¿Cómo describe la participación de las familias en la promoción de hábitos saludables en los niños de 2 años?	50

Tabla 9	¿Cómo describe los aspectos del entorno educativo que influyen en la salud y el sistema inmunológico de los niños de 2 años?	52
---------	--	----

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación abordó el fortalecimiento del sistema inmunológico en niños de 2 años de la Cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria”, en el distrito de Chaupimarca – Pasco, considerando que la primera infancia constituyó una etapa decisiva para la formación de hábitos saludables que influyeron en el desarrollo integral y en la prevención de enfermedades. A partir de esta premisa, el estudio se organizó en cuatro capítulos articulados entre sí, lo que permitió comprender de manera ordenada el problema, sus fundamentos teóricos, la metodología aplicada y los resultados obtenidos durante el proceso de campo.

El Capítulo I presenta el planteamiento del problema, partiendo de una descripción contextualizada en los niveles internacional, nacional y local. Se formularon el problema general y los problemas específicos, así como los objetivos que orientaron la investigación. Además, se expone la importancia, el alcance y las limitaciones encontradas en el desarrollo del estudio. Cada uno de estos elementos

permitió fundamentar la necesidad de analizar las prácticas de nutrición, higiene y actividad física como factores protectores del sistema inmunológico infantil.

El Capítulo II desarrolla el marco teórico que sustentó la investigación. Se incluyeron antecedentes relevantes, bases conceptuales sobre el sistema inmunológico y las dimensiones consideradas, además de las definiciones de términos, la formulación de la hipótesis y la operacionalización de las variables. Este capítulo ofreció el soporte científico necesario para la comprensión de los factores estudiados.

En el Capítulo III se presenta la metodología aplicada. Se describieron el diseño de investigación, la población y muestra, las técnicas e instrumentos de recolección de información, así como el procedimiento para el análisis de los datos. Este apartado explicó cómo se ejecutó el estudio y justificó las decisiones metodológicas adoptadas.

Finalmente, el Capítulo IV expone los resultados obtenidos mediante la guía de observación y las entrevistas realizadas a los actores educativos. Además, se incluyó la descripción del trabajo de campo y la discusión correspondiente, lo que permitió interpretar los hallazgos y contrastarlos con la teoría revisada. Con ello, se buscó ofrecer conclusiones relevantes para la mejora de las prácticas saludables en la primera infancia.

CAPITULO I

PLANTEAMIENTO EL PROBLEMA

1.1. Descripción del problema.

El sistema inmunológico infantil constituyó una base esencial para la protección del organismo frente a agentes infecciosos, aspecto que en la primera infancia adquirió mayor relevancia debido a la inmadurez fisiológica propia de este periodo, en el cual los niños dependieron de factores externos como la nutrición, la higiene y la actividad física para fortalecer sus defensas. A nivel internacional, UNICEF (2019) advirtió que las deficiencias en la alimentación temprana afectaron el desarrollo inmunológico y expusieron a millones de niños en el mundo a un riesgo elevado de enfermedades respiratorias y gastrointestinales que pudieron evitarse mediante prácticas adecuadas, pero que lamentablemente persistieron debido a desigualdades sociales que aún no se superaron en su totalidad. En muchas regiones, la falta de acceso a alimentos ricos en micronutrientes esenciales y a entornos saludables incrementó la

vulnerabilidad inmunológica, lo que determinó que las enfermedades infecciosas continuaran siendo frecuentes, aun cuando la evidencia científica señaló la importancia de intervenciones educativas oportunas y contextualizadas que acompañaran a las familias y a las instituciones educativas.

En el ámbito latinoamericano, la Organización Panamericana de la Salud (2022) resaltó que la prevalencia de enfermedades respiratorias agudas siguió siendo un problema persistente en menores de cinco años, debido a la limitada práctica de hábitos de higiene y a rutinas de alimentación insuficientes, situaciones que afectaron directamente la capacidad del sistema inmunitario para responder frente a patógenos comunes. De hecho, en varias comunidades la adopción de buenas prácticas de higiene resultó todavía irregular, lo que dificultó reducir la circulación de agentes infecciosos que se transmitieron con facilidad en espacios escolares. Además, la actividad física como elemento protector fue subestimada, a pesar de que cumplió un rol importante, ya que favoreció la oxigenación adecuada y mejoró la respuesta inmunológica, especialmente en poblaciones infantiles que vivieron en contextos de vulnerabilidad.

A nivel nacional, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (2024) informó que la anemia continuó afectando a un porcentaje significativo de niñas y niños menores de tres años, condicionando su desarrollo integral. Esta situación afectó la maduración inmunológica, ya que contribuyó a la disminución de la capacidad del organismo para responder ante infecciones frecuentes, especialmente en regiones donde además se presentaron factores climáticos adversos que incrementaron la incidencia de enfermedades respiratorias. La falta

de hábitos de higiene estables, como el lavado adecuado de manos, siguió siendo un desafío en diversas instituciones educativas del país, lo que evidenció la necesidad de fortalecer la intervención pedagógica para mejorar las prácticas del cuidado infantil. Aunque existieron lineamientos nacionales que orientaron a los docentes y a las familias sobre la importancia de los estilos de vida saludables, se observaron brechas entre lo propuesto en la normativa y lo que realmente se aplicó en la práctica diaria de los hogares y centros educativos.

En el ámbito local, la región Pasco presentó condiciones climáticas frías que incrementaron el riesgo de enfermedades respiratorias, aspecto que se agudizó en los niños pequeños debido a su limitada madurez inmunológica. En el distrito de Chaupimarca, las instituciones educativas iniciales atendieron a una población infantil expuesta a factores ambientales y socioeconómicos que afectaron la nutrición y los hábitos de higiene. La cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N.º 35002 “Zoila Amoretti de Odria” no fue ajena a esta problemática. Las docentes evidenciaron que varios niños de dos años presentaron episodios constantes de resfríos, tos y malestar físico, lo que ocasionó ausentismo y dificultades en la continuidad de los aprendizajes. Asimismo, se observó que muchos refrigerios enviados por las familias carecieron de alimentos nutritivos y, en algunos casos, fueron productos ultraprocesados que no contribuyeron al fortalecimiento del sistema inmunológico. Además, resultó evidente que los hábitos de higiene, como el lavado de manos antes del consumo de alimentos, no estuvieron completamente

interiorizados ni por los niños ni por sus cuidadores, lo que incrementó la probabilidad de contagios dentro del aula.

Este escenario confirmó la necesidad de una intervención pedagógica que permitiera desarrollar prácticas orientadas al fortalecimiento del sistema inmunológico en los niños de 2 años, considerando sus características evolutivas y el contexto sociocultural en el que se desarrollaron. La escuela pudo convertirse en un espacio clave para la adquisición de hábitos saludables, siempre que las estrategias fueran pertinentes, sostenibles y articuladas con las familias, respondiendo así a un problema que afectó no solo la salud, sino también los aprendizajes en la primera infancia.

1.2. Formulación del problema.

1.2.1. Problema general.

¿Cómo fortalecer el sistema inmunológico en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco?

1.2.2. Problemas específicos.

- ¿Cómo fortalecer la nutrición saludable en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco?
- ¿Cómo fortalecer la higiene básica en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco?

- ¿Cómo fortalecer la actividad física en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco?

1.3. Objetivos.

1.3.1. Objetivo general.

Comprender el fortalecimiento del sistema inmunológico en los niños de 2 años, para proponer estrategias pedagógicas adecuadas.

1.3.2. Objetivos específicos.

- Comprender el fortalecimiento de la nutrición saludable en los niños de 2 años, para proponer estrategias pedagógicas adecuadas.
- Comprender el fortalecimiento de la higiene básica en los niños de 2 años, para proponer estrategias pedagógicas adecuadas.
- Comprender el fortalecimiento de la actividad física en los niños de 2 años, para proponer estrategias pedagógicas adecuadas.

1.4. Importancia y alcance de la investigación.

La presente investigación titulada “Fortalecer el sistema inmunológico en niños de 2 años de la cuna ‘Niño Jesús’ de la Institución Educativa N.º 35002 ‘Zoila Amoretti de Odria’, distrito de Chaupimarca – Pasco” adquirió una relevancia significativa dentro del campo de la Educación Inicial, porque abordó un componente esencial para el desarrollo integral de los niños: la protección inmunológica. En esta etapa evolutiva, la salud y el proceso educativo se encontraron estrechamente vinculados, ya que un niño que presentó defensas

debilitadas enfrentó mayores episodios de enfermedad, ausentismo escolar y, en consecuencia, dificultades para consolidar aprendizajes fundamentales. Por ello, resultó imprescindible comprender cómo las prácticas cotidianas de nutrición, higiene básica y actividad física pudieron contribuir al fortalecimiento del sistema inmunológico desde un enfoque pedagógico pertinente a la realidad local.

La importancia de este estudio radicó también en que permitió visibilizar una problemática que muchas veces pasó desapercibida en las instituciones educativas, debido a que la salud fue entendida como responsabilidad exclusiva del sector sanitario, cuando en realidad las docentes desempeñaron un rol clave en la formación de hábitos saludables. En este sentido, la investigación aportó evidencia cualitativa valiosa que ayudó a diseñar estrategias pedagógicas contextualizadas, aplicables y sostenibles, que favorecieron el bienestar infantil. Además, promovió la articulación familia–escuela, elemento indispensable para asegurar la continuidad de las prácticas saludables fuera del aula, especialmente en contextos donde aún persistieron limitaciones alimentarias o dificultades para mantener rutinas de higiene adecuadas.

En cuanto a su alcance, la investigación se circunscribió a los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús”, población que por su edad requirió intervenciones específicas y un acompañamiento cercano. El estudio no buscó generalizar los resultados a otras instituciones, sino comprender en profundidad la situación particular de este grupo infantil para mejorar sus condiciones de vida escolar y promover prácticas de cuidado integral que se integraron progresivamente en la comunidad educativa. De igual manera, el enfoque cualitativo permitió captar con

mayor fidelidad las experiencias, conductas y dinámicas que influyeron en la salud inmunológica, aspecto que habría sido difícil de identificar únicamente mediante instrumentos cuantitativos.

Asimismo, el alcance del estudio se orientó a la construcción de una propuesta pedagógica basada en la observación sistemática y la participación activa de los niños y sus docentes. Esta propuesta no solo contribuyó al fortalecimiento del sistema inmunológico, sino que también generó un impacto positivo en la calidad de la enseñanza al incorporar estrategias que fomentaron la autonomía, el autocuidado y la responsabilidad desde edades tempranas, lo cual representó un aporte relevante para la mejora continua de la institución.

Esta investigación fue importante porque respondió a una necesidad educativa actual y concreta, y su alcance ofreció una mirada contextualizada que permitió desarrollar intervenciones más efectivas dentro de la Educación Inicial, especialmente en zonas altoandinas donde los factores ambientales y sociales pudieron comprometer la salud infantil. Con ello, se esperó aportar al bienestar de los niños, al fortalecimiento de las prácticas docentes y a la construcción de comunidades educativas más saludables.

1.5. Limitaciones de la investigación.

La presente investigación presentó ciertas limitaciones que debieron ser consideradas para la interpretación adecuada de los hallazgos, ya que el estudio se desarrolló en un contexto específico, con una población reducida y características particulares propias de la cuna “Niño Jesús” de la Institución

Educativa N.º 35002 “Zoila Amoretti de Odria”. En primer lugar, la naturaleza cualitativa del estudio implicó que los resultados no buscaran generalizarse a otras instituciones educativas, sino comprender en profundidad las prácticas de nutrición, higiene básica y actividad física que incidieron en el fortalecimiento del sistema inmunológico de los niños de 2 años. La información recogida dependió directamente de la interacción cotidiana con los participantes y del contexto sociocultural de Chaupimarca, lo que pudo limitar comparaciones con otras regiones donde las condiciones ambientales y familiares fueron distintas.

Asimismo, el trabajo se vio condicionado por el número de participantes, dado que la muestra estuvo conformada por 22 niños, lo cual, si bien permitió un análisis profundo, restringió el alcance de las conclusiones a este grupo infantil. Además, la edad de los niños representó una limitación adicional, ya que la observación de conductas pudo verse influenciada por su capacidad aún incipiente de expresar necesidades, preferencias o malestares, de modo que la interpretación dependió en buena parte del criterio profesional de la docente investigadora. Esta situación pudo generar ciertos sesgos inevitables, aun cuando la información se procesó con rigurosidad y triangulación.

Otro aspecto a considerar fue que la investigación—descriptiva requirió un involucramiento activo de las familias; sin embargo, la participación familiar varió debido a factores laborales, económicos o culturales que afectaron la continuidad del trabajo pedagógico en casa, lo que dificultó obtener información completa, especialmente sobre prácticas alimentarias fuera del entorno escolar. A ello se sumó que algunas observaciones pudieron verse afectadas por condiciones

climáticas propias de la región Pasco, las cuales influyeron directamente en la asistencia y el bienestar de los niños durante el proceso de recolección de datos.

Finalmente, la disponibilidad de recursos materiales para promover hábitos de vida saludables también constituyó una limitación, ya que algunas actividades pedagógicas requirieron implementos adicionales que la institución o las familias no pudieron asegurar en determinados momentos. A pesar de estas restricciones, la investigación conservó su validez y pertinencia al ofrecer un análisis contextualizado que permitió diseñar estrategias educativas realistas, orientadas a fortalecer el sistema inmunológico desde la práctica pedagógica cotidiana.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes del estudio.

2.1.1. A nivel internacional.

Según las autoras Alcívar y Ubillus (2024) En su artículo titulado “Educación alimentaria para la prevención de problemas de salud en niños de educación inicial” tuvo como objetivo analizar la relevancia de la educación alimentaria como una estrategia preventiva dentro del nivel inicial, considerando que los hábitos adquiridos en esta etapa resultan determinantes para evitar enfermedades asociadas a la mala alimentación. El estudio se desarrolló en la Unidad Educativa “Esteban Medardo Acosta Zambrano” y empleó un enfoque mixto, donde se combinaron perspectivas cuantitativas y cualitativas bajo un diseño descriptivo basado en el método inductivo–deductivo. Para la recolección

de información se utilizaron encuestas semiestructuradas dirigidas a los padres de familia y entrevistas realizadas a profesionales de la salud, lo que permitió obtener una mirada integral del problema. La muestra estuvo compuesta por 30 niños y 30 padres vinculados a la institución educativa, quienes aportaron datos relevantes respecto a los hábitos alimentarios cotidianos. Los resultados evidenciaron situaciones preocupantes, como la ausencia del desayuno en varios niños, el consumo frecuente de bebidas gaseosas y la preferencia por alimentos ultra-procesados, factores que pueden generar problemas de salud a largo plazo. Asimismo, la participación de los padres en la selección de alimentos puso en evidencia la necesidad de fortalecer su conocimiento sobre nutrición equilibrada. La investigación concluyó resaltando la importancia de implementar programas de educación alimentaria integrados al currículo escolar y acompañados de campañas permanentes de concientización, con el propósito de fomentar hábitos saludables desde edades tempranas y prevenir enfermedades relacionadas con una alimentación inadecuada.

Según el autor Buitrago (2025), la vulnerabilidad alimentaria infantil constituye un desafío estructural que compromete el desarrollo de los territorios y demanda respuestas integrales desde la política pública. El documento titulado “Índice de Vulnerabilidad Alimentaria Infantil en Colombia: construcción metodológica y aplicaciones para la política pública 2024” tuvo como propósito identificar y jerarquizar los territorios colombianos más afectados por la malnutrición infantil, entendida como un

fenómeno estructural derivado de deficiencias en los entornos alimentarios, las prácticas de cuidado, los ingresos familiares y los sistemas de protección social. El estudio se desarrolló aplicando una metodología multidimensional sustentada en siete dimensiones y treinta y cuatro indicadores, para lo cual se emplearon técnicas analíticas avanzadas como la imputación múltiple, el Proceso de Jerarquía Analítica para la ponderación y el método TOPSIS para la clasificación final de los territorios. Si bien el informe no señala una muestra poblacional convencional, la unidad de análisis fueron los departamentos de Colombia, cuyos datos fueron procesados mediante fuentes oficiales y bases estadísticas robustas. Los resultados evidenciaron profundas desigualdades territoriales, mostrando que departamentos como La Guajira y Chocó alcanzaron niveles críticos de vulnerabilidad, mientras que otros como Quindío, Risaralda y Caldas se ubicaron en categorías mínimas, reflejando mejores condiciones alimentarias y de acceso a servicios esenciales. El análisis detallado también mostró dimensiones particularmente críticas en regiones específicas, asociadas a saneamiento, agua segura y rezagos en salud y nutrición. Finalmente, el estudio concluyó resaltando la utilidad del índice como herramienta estratégica para orientar políticas públicas basadas en evidencia, promoviendo intervenciones focalizadas que respondan a los perfiles territoriales identificados.

2.1.2. A nivel nacional.

Según las autoras Ponte y Sánchez (2024). En su tesis titulada “Conocimiento y actitudes en inmunizaciones en padres de niños menores de un año del Centro de Salud Raúl Porras Barrenechea, Carabayllo – 2024” tuvo como finalidad determinar la relación existente entre el nivel de conocimiento y las actitudes que los padres manifiestan respecto al proceso de inmunización durante el primer año de vida de sus hijos, etapa considerada fundamental para prevenir enfermedades y asegurar un desarrollo saludable. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo y empleó un diseño no experimental, correlacional y de corte transversal, lo que permitió analizar simultáneamente ambas variables dentro de un mismo periodo. La técnica de recolección de datos utilizada fue la encuesta, aplicada a los padres asistentes al establecimiento de salud, mediante la cual se evaluaron los niveles de conocimiento y las actitudes asociadas a la vacunación infantil. Los resultados mostraron que un porcentaje importante de padres presenta conocimientos medios o altos acompañados de actitudes favorables, mientras que un grupo reducido manifiesta conocimientos bajos y actitudes desfavorables, evidenciando una distribución heterogénea. Asimismo, el valor de significancia obtenido, menor a 0,05, permitió aceptar la hipótesis de investigación planteada respecto a la relación entre ambas variables. Sin embargo, las autoras concluyeron que no existe una relación significativa entre el nivel de conocimiento y las actitudes de los padres frente a las inmunizaciones, lo

que implica que la actitud favorable hacia la vacunación no depende necesariamente del grado de conocimiento que posean sobre el esquema vacunal infantil.

Según la autora Asto (2023), el estudio titulado “Conocimiento y actitudes de las madres sobre inmunizaciones en niños menores de cinco años en un establecimiento de salud, 2023” tuvo como propósito determinar el nivel de información y la actitud que poseen las madres respecto al proceso de inmunización infantil, considerando la importancia que este componente preventivo tiene en la reducción de riesgos y en la protección integral de los menores. El estudio incluyó una población de 100 madres que acudían al centro de salud con sus hijos menores de cinco años y, mediante un muestreo correspondiente, se trabajó con 80 de ellas, permitiendo obtener datos representativos del contexto evaluado. Para la recolección de información se aplicaron dos cuestionarios validados previamente, uno orientado al nivel de conocimiento sobre inmunización diseñado por Beltrán y Rojas, y otro enfocado en las actitudes maternas frente a este proceso elaborado por Florencio; ambos instrumentos mostraron adecuados coeficientes de confiabilidad a través del estadístico Alfa de Cronbach. La metodología empleada fue de carácter básico con un diseño no experimental, observacional y transversal, de nivel descriptivo-correlacional, y la técnica principal fue la encuesta. En términos generales los resultados evidenciaron que, si bien un grupo de madres presentó conocimientos adecuados sobre inmunizaciones, aún

persisten vacíos informativos y actitudes diversas que pueden influir en la continuidad del esquema vacunal. Finalmente, se concluyó que fortalecer las acciones educativas y promover una comunicación efectiva entre el personal de salud y las madres resulta esencial para mejorar la adherencia a las inmunizaciones infantiles.

2.1.3. A Nivel Local.

Según Seminario y Trinidad (2025), el conocimiento materno sobre anemia ferropénica influye directamente en los niveles de hemoglobina y la salud integral de los niños pequeños. La tesis titulada “Conocimientos de la madre de familia sobre anemia ferropénica y nivel de hemoglobina en niños menores de 3 años del Centro de Salud Paragsha, Pasco 2024” tuvo como propósito identificar la relación entre el nivel de conocimiento que poseen las madres respecto a la anemia ferropénica y los valores de hemoglobina de sus hijos pequeños, considerando la importancia de esta condición para el adecuado desarrollo infantil. El estudio se enmarcó en un enfoque cuantitativo y aplicó un diseño descriptivo correlacional, no experimental y transversal, con la finalidad de analizar ambas variables de manera simultánea sin intervención directa. La población total estuvo conformada por 320 madres con niños mayores de seis meses y menores de tres años, mientras que la muestra final incluyó a 100 madres que cumplieron rigurosamente los criterios de inclusión. Para la recopilación de información se empleó un cuestionario que evaluó el nivel de conocimiento materno sobre anemia ferropénica y una ficha destinada a

registrar los valores de hemoglobina de los niños participantes. Los resultados obtenidos indicaron que el 55% de las madres presentó conocimientos regulares, el 36% mostró un nivel alto y el 9% evidenció conocimientos bajos. Asimismo, se halló un valor promedio de hemoglobina dentro de parámetros esperados, aunque con variaciones amplias entre los valores mínimos y máximos. Finalmente, se concluyó que existe una relación estadísticamente significativa entre el conocimiento materno y los niveles de hemoglobina infantil, respaldada por un p-valor inferior a 0,05.

Según la autora Gamarra (2025), la lactancia materna exclusiva es una práctica fundamental para la protección inmunológica y el adecuado desarrollo del recién nacido. El trabajo académico titulado Conocimiento y práctica sobre lactancia materna exclusiva en madres de niños menores de 6 meses de un hospital público, Pasco–2025 tuvo como finalidad analizar de qué manera el conocimiento que poseen las madres respecto a la lactancia materna exclusiva influye en su práctica cotidiana, considerando que esta alimentación proporciona nutrientes esenciales, fortalece las defensas del recién nacido y contribuye a la prevención de enfermedades durante los primeros meses de vida. La investigación se desarrolló bajo el método hipotético–deductivo, empleando un enfoque cuantitativo y clasificándose como aplicada, no experimental y de nivel descriptivo–correlacional, lo que permitió examinar la relación existente entre ambas variables. La población estuvo conformada por 40 madres y,

mediante criterios de selección establecidos, se determinó una muestra final de 36 participantes. Para la recolección de información se emplearon dos instrumentos: un cuestionario destinado a medir el nivel de conocimiento sobre lactancia exclusiva y una ficha de observación orientada a evaluar la práctica real de alimentación materna. El análisis de datos se realizó mediante el software SPSS versión 25.0, complementado con herramientas de Excel y Word para la presentación estadística. Los resultados permitieron identificar que la comprensión adecuada de los beneficios de la lactancia exclusiva influye positivamente en la continuidad y correcta ejecución de esta práctica, destacando la importancia de fortalecer el acompañamiento educativo dirigido a las madres para mejorar la salud infantil en el contexto de Pasco.

2.2. Bases teóricas.

Variable: Sistema inmunológico

Conceptualización del sistema inmunológico en la primera infancia

El sistema inmunológico infantil constituye un conjunto altamente especializado de órganos, células y mecanismos que permiten al organismo defenderse frente a agentes patógenos presentes en el entorno, especialmente en los primeros años cuando la vulnerabilidad del niño es mayor debido a la inmadurez fisiológica. Según Molina (2019), la respuesta inmune temprana depende de la interacción entre factores biológicos y ambientales que actúan de manera simultánea, determinando así la capacidad del niño para enfrentar infecciones comunes que suelen

aparecer en espacios educativos y familiares. En la primera infancia, este sistema se encuentra en pleno desarrollo, lo que implica un proceso progresivo en la producción de anticuerpos, la maduración de células defensivas y la adquisición de memoria inmunológica. Por ello es indispensable comprender que el sistema inmunológico no se forma de manera automática, sino que progresa conforme el niño recibe estímulos adecuados, una alimentación equilibrada, descanso suficiente y un ambiente saludable que favorezca la adaptación del organismo frente a microbios cotidianos. Aunque muchos padres lo desconocen, la inmunidad del niño depende tanto de su biología como del estilo de vida que lleva, situación que en contextos vulnerables se torna más compleja debido a limitaciones alimentarias o prácticas inadecuadas de higiene.

Factores que influyen en el fortalecimiento inmunológico infantil

Los factores que fortalecen el sistema inmunológico en los niños pequeños están relacionados con prácticas cotidianas que, si bien parecen simples, tienen un impacto decisivo sobre el desarrollo de sus defensas. De acuerdo con Paredes (2021), la nutrición, la higiene y la actividad física conforman un trípode esencial que determina la resistencia inmunológica durante la educación inicial, pues estos hábitos aseguran la disponibilidad de micronutrientes, reducen la exposición a patógenos y mantienen la estabilidad fisiológica del organismo. No obstante, estos factores no actúan por separado, más bien se integran dentro de un enfoque de salud integral que involucra también el sueño reparador, las

vacunas oportunas, el estado emocional y la calidad del entorno familiar. En instituciones educativas, el rol del docente se vuelve indispensable porque guía las rutinas diarias del niño, supervisa conductas de autocuidado y promueve prácticas saludables que, si se repiten constantemente, se incorporan como parte natural del desarrollo. En este sentido, el fortalecimiento inmunológico infantil no depende únicamente del sector salud, sino también de la educación, de la participación activa de la familia, y del entorno donde crece el niño que muchas veces determina el grado de exposición a riesgos sanitarios.

Nutrición saludable

La nutrición como base del desarrollo inmunológico

La nutrición constituye uno de los pilares fundamentales para el fortalecimiento del sistema inmunológico, especialmente durante los primeros años de vida en los que el niño requiere un aporte adecuado de vitaminas, minerales, proteínas y ácidos grasos esenciales para sostener su crecimiento y maduración. En este marco, Alcívar y Ubillus (2024) señalan que una alimentación equilibrada durante la educación inicial favorece la producción de anticuerpos, mejora la respuesta defensiva y reduce significativamente la incidencia de enfermedades respiratorias y gastrointestinales, que son frecuentes en ambientes escolares. Sin embargo, no todos los niños cuentan con una dieta apropiada, ya que en muchos casos los refrigerios enviados por las familias contienen productos ultra-procesados con escaso valor nutricional. Esta realidad

afecta de manera directa la salud inmunológica, pues la carencia de micronutrientes como el hierro, el zinc o la vitamina A limita la capacidad del organismo para enfrentar infecciones comunes. Por ello, la intervención educativa orientada a promover refrigerios saludables se vuelve imprescindible, permitiendo que los niños incorporen progresivamente hábitos alimentarios que benefician su desarrollo inmunológico.

La nutrición como base del desarrollo inmunológico en la edad infantil

La nutrición saludable en la infancia temprana constituye un factor determinante para el crecimiento físico, el desarrollo cognitivo y el fortalecimiento del sistema inmunológico. Durante la etapa de educación inicial, comprendida generalmente entre los 3 y 5 años de edad, el organismo del niño se encuentra en un proceso acelerado de maduración, lo que incrementa sus requerimientos nutricionales tanto en cantidad como en calidad. Una alimentación equilibrada, variada y suficiente permite cubrir dichas necesidades y prevenir deficiencias que podrían afectar la salud y el rendimiento escolar.

En términos de cantidades, los niños en edad preescolar requieren una ingesta energética aproximada de 1.200 a 1.600 kilocalorías diarias, dependiendo de su edad, peso, estatura y nivel de actividad física. Estas calorías deben distribuirse adecuadamente a lo largo del día en cinco tiempos de comida: desayuno, refrigerio de media mañana, almuerzo,

refrigerio de la tarde y merienda ligera. En el contexto escolar, los refrigerios cumplen un papel clave, ya que aportan entre el 10 % y el 15 % del requerimiento energético diario, contribuyendo a mantener niveles adecuados de glucosa y concentración durante las actividades académicas.

Respecto a la calidad de los alimentos, se recomienda que la dieta infantil incluya diariamente los siguientes grupos alimenticios:

- **Proteínas:** indispensables para la formación de anticuerpos y tejidos. Se sugiere una ingesta aproximada de 13 a 19 gramos diarios, provenientes de fuentes como huevos, lácteos, legumbres, carnes magras y pescado.
- **Frutas y verduras:** deben consumirse al menos 3 a 5 porciones diarias, ya que aportan vitaminas antioxidantes como la vitamina A y C, fundamentales para la función inmunológica.
- **Cereales y tubérculos:** preferentemente integrales, que proporcionan energía sostenida y fibra; se recomienda un consumo de 4 a 6 porciones al día.
- **Grasas saludables:** necesarias para la absorción de vitaminas liposolubles y el desarrollo cerebral; deben provenir de aceites vegetales, aguacate y frutos secos, en cantidades moderadas.

Desde el punto de vista inmunológico, la adecuada ingesta de micronutrientes resulta esencial. El hierro fortalece la respuesta inmune y previene la anemia, el zinc participa en la activación de las células

defensivas, y la vitamina A protege las mucosas respiratorias y gastrointestinales. La deficiencia de estos nutrientes, frecuente cuando la dieta se basa en productos ultra-procesados, incrementa la vulnerabilidad del niño frente a infecciones comunes, especialmente en el entorno escolar.

En este sentido, Alcívar y Ubillus (2024) destacan que una alimentación equilibrada durante la educación inicial favorece la producción de anticuerpos, mejora la respuesta defensiva del organismo y reduce significativamente la incidencia de enfermedades respiratorias y gastrointestinales. No obstante, la realidad evidencia que muchos niños consumen refrigerios con alto contenido de azúcares, sodio y grasas saturadas, los cuales aportan calorías vacías y desplazan alimentos nutritivos necesarios para el fortalecimiento inmunológico.

Por ello, la intervención educativa en nutrición adquiere un rol fundamental dentro del ámbito escolar. Promover refrigerios saludables, equilibrados en cantidad y calidad, no solo contribuye a mejorar el estado nutricional de los estudiantes, sino que también fomenta la adquisición temprana de hábitos alimentarios saludables. Estos hábitos, consolidados desde la infancia, inciden positivamente en el desarrollo integral del niño y en su capacidad para enfrentar enfermedades, favoreciendo así su bienestar y desempeño escolar.

Requerimientos nutricionales en niños

Durante el periodo comprendido entre los 9 meses y los 3 años, el niño atraviesa una etapa crítica de crecimiento acelerado, desarrollo neurológico y maduración del sistema inmunológico. En esta fase, la alimentación complementaria adquiere un rol fundamental, ya que debe cubrir las necesidades energéticas y nutricionales que la leche materna o fórmula por sí sola ya no logra satisfacer completamente.

Requerimiento energético diario

- **9 a 11 meses:** aproximadamente 750–900 kcal/día
- **12 a 23 meses (1–2 años):** alrededor de 900–1.000 kcal/día
- **2 a 3 años:** entre 1.000–1.300 kcal/día, según actividad física y crecimiento

Estas calorías deben distribuirse en 3 comidas principales y 2 refrigerios, manteniendo horarios regulares.

Hábitos alimentarios en la educación inicial

Los hábitos alimentarios se consolidan principalmente durante la primera infancia, etapa en la que se forman preferencias, rechazos y comportamientos asociados al acto de comer. Según Gamarra (2025), la educación alimentaria debe iniciar desde edades tempranas porque los patrones de alimentación aprendidos en el hogar y reforzados en el ámbito educativo impactan directamente en la salud futura del niño y en su capacidad para desarrollar defensas. Por esa razón, las instituciones educativas deben promover diariamente el consumo de frutas frescas,

agua segura y alimentos naturales, evitando bebidas azucaradas y comidas rápidas que afectan la salud. Además, los docentes cumplen un papel clave al integrar actividades pedagógicas que refuercen el valor de una dieta variada, enseñando a los niños a reconocer alimentos nutritivos y motivando a las familias a mantener prácticas coherentes en casa. Si se consolidan estos hábitos, se crea un entorno más favorable para el fortalecimiento inmunológico infantil.

Higiene básica

Higiene personal como medida preventiva

La higiene básica, entendida como el conjunto de prácticas orientadas a prevenir la transmisión de agentes patógenos, constituye un componente esencial para el fortalecimiento inmunológico, sobre todo en niños de 2 años que exploran constantemente su entorno con las manos y la boca. En este sentido, la Organización Panamericana de la Salud (2022) destaca que el lavado de manos es la medida preventiva más eficaz y accesible para reducir contagios, especialmente de infecciones respiratorias y digestivas, muy comunes en la primera infancia. No obstante, la implementación de estas prácticas requiere constancia, supervisión y modelamiento por parte del adulto, ya que los niños pequeños aún no poseen autonomía suficiente para realizar rutinas de higiene completas. Por esta razón, la labor pedagógica debe incluir actividades que introduzcan estas prácticas de forma gradual, repetitiva y visual, asegurando que el niño internalice la importancia del autocuidado.

Entornos saludables y control de agentes contaminantes

El entorno escolar desempeña un rol determinante en la salud infantil, ya que los materiales, juguetes, superficies y espacios de interacción pueden convertirse en vehículos de transmisión de microorganismos si no existe una adecuada limpieza. Según Buitrago (2025), los entornos no saludables incrementan la vulnerabilidad inmunológica, especialmente en poblaciones con condiciones climáticas adversas, como sucede en zonas altoandinas donde la humedad y las bajas temperaturas favorecen la proliferación de agentes infecciosos. En educación inicial, garantizar un ambiente limpio y organizado es esencial para proteger la salud de los niños, por lo que se requiere un protocolo constante de desinfección y ventilación del aula. Este control de agentes contaminantes complementa las prácticas de higiene personal, consolidando así una estrategia integral que contribuye al fortalecimiento del sistema inmunológico.

Actividad física

Actividad física y regulación del sistema inmune

La actividad física constituye un factor fundamental en la regulación del sistema inmunológico, ya que mejora la circulación sanguínea, promueve la movilización de células defensivas y estimula la oxigenación del organismo. De acuerdo con Ponte (2024), el movimiento en la primera infancia no solo fortalece el desarrollo psicomotor, sino que también contribuye a la prevención de enfermedades, al mantener un equilibrio

fisiológico que favorece la respuesta inmunológica. Por ello, los niños de 2 años requieren actividades motoras permanentes que estimulen su cuerpo a través del juego libre, las rondas, el desplazamiento y la exploración del espacio. Estos movimientos, aunque sencillos, representan estímulos biológicos esenciales para el fortalecimiento de las defensas naturales del organismo infantil.

Actividad motriz en el contexto educativo inicial

La psicomotricidad en la educación inicial permite que los niños desarrollen competencias físicas, cognitivas y emocionales a través del movimiento. Según Asto (2023), las actividades motrices planificadas favorecen la coordinación, el equilibrio, la autonomía y generan condiciones saludables que repercuten en el bienestar integral del niño. En este marco, los docentes deben diseñar sesiones motrices que respondan a las necesidades de los niños de 2 años, fomentando la participación activa, el juego y la exploración. La actividad física adecuada, cuando se desarrolla de forma constante, promueve la energía vital del niño y fortalece indirectamente su sistema inmunológico, convirtiéndose en un componente indispensable dentro del proceso educativo.

2.3. Definición de términos.

Sistema inmunológico

Conjunto de estructuras biológicas, células y mecanismos que permite al organismo defenderse frente a agentes patógenos como virus, bacterias y parásitos, regulando respuestas para mantener la salud integral del niño.

Inmunidad

Capacidad del organismo para resistir y combatir enfermedades mediante respuestas naturales o adquiridas, desarrollándose progresivamente durante la primera infancia y fortaleciéndose a través de prácticas saludables.

Nutrición saludable

Proceso mediante el cual el niño recibe alimentos variados y equilibrados que aportan nutrientes esenciales como proteínas, vitaminas y minerales, fundamentales para el desarrollo adecuado del sistema inmunológico.

Micronutrientes

Vitaminas y minerales que el organismo necesita en pequeñas cantidades, como hierro, zinc y vitaminas A, C y D, indispensables para la función inmune y la prevención de enfermedades.

Higiene básica

Conjunto de prácticas orientadas al cuidado personal y la prevención de infecciones, tales como el lavado de manos, limpieza de utensilios, aseo corporal y mantenimiento del entorno educativo.

Lavado de manos

Práctica preventiva que consiste en limpiar adecuadamente las manos con agua y jabón para eliminar microorganismos, considerada una de las medidas más efectivas para reducir contagios en la infancia.

Actividad física

Movimiento corporal que realiza el niño durante el juego, exploración o actividades psicomotrices, favoreciendo el desarrollo motor, la circulación sanguínea y la capacidad defensiva del organismo.

Psicomotricidad

Conjunto de acciones que integran movimiento, cognición y emoción, permitiendo al niño desarrollar su coordinación, equilibrio, orientación espacial y habilidades motoras que fortalecen su salud.

Alimentación balanceada

Ingesta adecuada de alimentos provenientes de diferentes grupos nutricionales, asegurando variedad, moderación y calidad para promover el crecimiento, la energía y el fortalecimiento inmunológico.

Entorno saludable

Espacio físico seguro, limpio, ventilado y libre de agentes contaminantes que contribuye al bienestar infantil, facilitando la prevención de enfermedades y el adecuado funcionamiento del sistema inmunológico

2.4. Hipótesis.

El fortalecimiento del sistema inmunológico influye positivamente en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco

2.5. Variables e indicadores.

Variable.

Sistema Inmunológico

Dimensiones.

- Nutrición saludable.
- Higiene básica.
- Actividad física.

2.6. Operacionalización de variables.

VARIABLES DE ESTUDIO	DIMENSIONES	INDICADORES
Sistema Inmunológico	Nutrición saludable.	1. ¿El niño consume frutas durante la jornada escolar?
		2. ¿El niño acepta alimentos variados durante el refrigerio?
		3. ¿El niño muestra disposición para probar nuevos alimentos saludables?
		4. ¿El niño bebe agua segura durante las actividades?
		5. ¿El refrigerio del niño presenta alimentos nutritivos y no ultra-procesados?
		6. ¿El niño realiza lavado de manos antes del refrigerio?
		7. ¿El niño realiza lavado de manos después de usar el baño?
	Higiene básica.	8. ¿El niño mantiene limpios sus materiales o utensilios?
		9. ¿El niño sigue indicaciones básicas de higiene dadas por la docente?
		10. ¿El niño evita llevarse objetos sucios a la boca?
		11. ¿El niño participa activamente en las actividades psicomotrices?
	Actividad física.	12. ¿El niño se desplaza con libertad por el espacio (camina, corre, salta)?
		13. ¿El niño muestra coordinación en actividades de movimiento?
		14. ¿El niño interviene en juegos que impliquen actividad física diaria?
		15. ¿El niño mantiene un nivel adecuado de energía durante las actividades?

CAPITULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Diseño de la investigación.

El diseño de la presente investigación respondió al enfoque cualitativo de tipo descriptivo, ya que buscó comprender en profundidad las prácticas, percepciones y dinámicas que influyeron en el fortalecimiento del sistema inmunológico en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús”. Desde esta perspectiva, el interés no se centró en la medición numérica, sino en la interpretación de comportamientos y significados que emergieron en el entorno educativo cotidiano. Según Hernández y Mendoza (2018), el diseño cualitativo permitió analizar fenómenos desde la experiencia real de los participantes, considerando su contexto, valores y relaciones, lo que resultó adecuado cuando se estudiaron procesos educativos y sociales construidos en interacción permanente.

El diseño específico adoptado fue la investigación–descriptivo, puesto que se orientó a describir una problemática del aula, reflexionar sobre ella y generar una propuesta de mejora mediante la participación activa de la docente investigadora y de los propios niños. Para Colmenares (2020), la investigación–descriptiva fue un proceso cíclico que integró observación, planificación, acción y evaluación con la finalidad de transformar prácticas pedagógicas, lo que la convirtió en una estrategia pertinente cuando se buscó intervenir sobre factores que afectaron el bienestar y la salud infantil.

Este diseño permitió observar directamente las rutinas asociadas a la nutrición saludable, la higiene básica y la actividad física, analizando cómo estas contribuyeron al fortalecimiento inmunológico. Además, facilitó la introducción de cambios pedagógicos progresivos que pudieron ser evaluados en el mismo contexto de aplicación, favoreciendo la mejora continua del proceso educativo, aun en situaciones donde los recursos fueron limitados y la participación familiar resultó variable. En consecuencia, la investigación–descriptiva ofrece un marco metodológico coherente con los objetivos del estudio y con la realidad contextual de la institución educativa.

3.2. Población y muestra.

3.2.1. Población

La población de la presente investigación estuvo constituida por los 64 niños matriculados en la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N.º 35002 “Zoila Amoretti de Odria”, ubicada en el distrito de Chaupimarca – Pasco. Esta población presentó características homogéneas propias del

nivel inicial, especialmente en relación con el desarrollo físico, emocional y social, lo cual permitió observar de manera directa las prácticas vinculadas al fortalecimiento del sistema inmunológico. Según Bernal (2019), la población en un estudio cualitativo se definió como el conjunto de sujetos que compartieron rasgos relevantes para la comprensión del fenómeno, más allá de criterios estadísticos, puesto que se buscó profundidad interpretativa antes que representatividad numérica. En ese sentido, la población total brindó un marco adecuado para identificar dinámicas, comportamientos y factores educativos que influyeron en la nutrición saludable, la higiene básica y la actividad física de los niños.

3.2.2. Muestra

La muestra estuvo conformada por 22 niños de 2 años que asistieron regularmente a la cuna “Niño Jesús”, los cuales fueron seleccionados mediante un muestreo intencional, propio del enfoque cualitativo. Este tipo de selección, también denominado muestreo deliberado, se caracterizó por la elección de participantes que aportaron información relevante al objetivo del estudio. Tal como señaló Martínez (2020), en la investigación cualitativa la muestra no buscó ser probabilística, sino estratégica, ya que se eligieron casos que permitieron comprender el fenómeno con mayor profundidad y riqueza contextual.

Los niños seleccionados presentaron características pertinentes para analizar prácticas de autocuidado, alimentación y movimiento, además de hallarse en una etapa clave para el fortalecimiento del sistema

inmunológico. La edad de 2 años fue especialmente significativa, porque en esta fase el niño desarrolló autonomía básica y participó en rutinas educativas que pudieron observarse directamente en el aula. Asimismo, la docente investigadora interactuó diariamente con esta muestra, lo cual favoreció la observación sistemática, el registro naturalista y la comprensión de comportamientos auténticos en su contexto real.

3.3. Procedimientos, técnicas e instrumentos de recojo de información.

El desarrollo del proceso investigativo siguió un conjunto de etapas progresivas que permitieron garantizar la calidad del recojo de información. En una primera fase, se realizó la inmersión en el aula con la finalidad de reconocer las dinámicas propias de los niños de 2 años y observar de manera preliminar los momentos pedagógicos vinculados a la nutrición, la higiene y la actividad física. Esta aproximación inicial permitió comprender el contexto sin intervenirlo, de modo que las prácticas de los niños se mantuvieron naturales y espontáneas. Según Hernández y Mendoza (2018), en el enfoque cualitativo fue fundamental iniciar con un acercamiento flexible que facilitara una visión profunda del fenómeno educativo.

Posteriormente, se procedió a la planificación del proceso de observación, definiéndose los horarios, situaciones y momentos clave para registrar información relevante. La docente investigadora implementó observaciones continuas durante varios días, verificando comportamientos repetitivos y conductas específicas relacionadas con el fortalecimiento del sistema inmunológico. Además, se organizaron los registros en una secuencia

cronológica que facilitó la comparación progresiva, acción indispensable en la investigación–descriptiva, ya que según Colmenares (2020) permitió la reflexión constante orientada a mejorar la intervención pedagógica.

Técnicas de recolección de datos

La técnica principal empleada fue la observación directa, puesto que permitió captar comportamientos naturales en escenarios donde el niño interactuó libremente. Esta técnica resultó adecuada para estudios cualitativos que buscaron interpretar prácticas cotidianas, ya que el investigador no manipuló la situación y solo registró aquello que ocurrió. Según Martínez (2020), la observación estructurada permitió obtener datos válidos cuando se requirió identificar acciones específicas relacionadas con hábitos y rutinas.

Asimismo, se consideró la observación participante, dado que la propia docente investigadora formó parte activa del proceso educativo, lo cual facilitó interpretar las situaciones desde la experiencia pedagógica y desde el vínculo establecido.

Instrumentos de recolección de datos

Guía de observación

Se empleó únicamente una guía de observación, la cual fue elaborada específicamente para esta investigación. Este instrumento contuvo indicadores descriptivos organizados en torno a las tres dimensiones de la variable: nutrición saludable, higiene básica y actividad física. La guía permitió registrar comportamientos, interacciones y

acciones observables que los niños realizaron durante momentos específicos de la jornada escolar. Asimismo, incluyó descriptores claros que facilitaron la identificación de prácticas relacionadas con el fortalecimiento del sistema inmunológico, sin perder la riqueza interpretativa propia del enfoque cualitativo.

La guía fue diseñada considerando criterios de pertinencia, claridad y aplicabilidad educativa, asegurando que su uso fuera coherente con los objetivos del estudio y con la metodología de investigación–descriptiva.

3.4. Análisis de información.

El análisis de la información se desarrolló exclusivamente mediante el proceso de triangulación de datos, técnica fundamental en los estudios cualitativos porque permitió contrastar información desde distintos momentos y perspectivas, otorgando mayor consistencia a los hallazgos. Según Hernández y Mendoza (2018), la triangulación consistió en la verificación cruzada de los datos obtenidos con la finalidad de identificar patrones, coincidencias o diferencias que fortalecieron la validez del estudio, especialmente en investigaciones donde el investigador participó activamente del contexto.

En esta investigación, la triangulación se aplicó considerando tres fuentes principales de verificación: los registros de la guía de observación, las categorías teóricas derivadas del marco conceptual y la interpretación reflexiva de la investigadora durante el proceso de investigación–descriptiva. En primer lugar, se analizaron las anotaciones obtenidas en diferentes días y situaciones del aula, comparándose los comportamientos observados en los niños respecto a la

nutrición saludable, la higiene básica y la actividad física. Luego, estos registros fueron contrastados con los fundamentos teóricos que explicaron el desarrollo inmunológico infantil, lo que permitió determinar si las prácticas observadas se alinearon o no con lo esperado para favorecer la salud inmunológica.

Finalmente, se incorporó la reflexión pedagógica continua que caracterizó a la investigación descriptiva, puesto que, como afirmó Colmenares (2020), el docente investigador interpretó los datos desde su conocimiento del contexto, lo que agregó profundidad a la comprensión de los resultados. Este cruce sistemático de información permitió obtener categorías interpretativas sólidas, asegurando que los hallazgos no dependieran de una sola observación, sino del análisis integrado de varias evidencias complementarias.

CAPITULO IV

PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Descripción del trabajo de campo.

El trabajo de campo se desarrolló de manera progresiva durante varias semanas dentro del aula de 2 años de la cuna “Niño Jesús”, donde se tuvo la oportunidad de observar directamente las rutinas diarias de los niños y sus interacciones con las actividades vinculadas al fortalecimiento del sistema inmunológico. Desde el inicio, se procuró una integración natural al espacio educativo, respetándose los tiempos de los niños y evitándose modificar su comportamiento habitual, con la finalidad de registrar acciones auténticas que reflejaran su realidad cotidiana.

Cada jornada inició con un reconocimiento del aula, revisándose los materiales que se utilizaron durante el día y organizándose la guía de observación para asegurar que ningún indicador quedara sin registrar. Durante

el momento del refrigerio, se observó cómo los niños recibieron sus alimentos, si consumieron frutas o agua segura; no obstante, en algunos casos se evidenciaron hábitos que requirieron mayor acompañamiento. Posteriormente, se acompañó el proceso de higiene, especialmente el lavado de manos, verificándose si los niños siguieron las instrucciones básicas o si necesitaron apoyo adicional.

En las sesiones de psicomotricidad se apreció con mayor claridad la participación física de cada niño, sus desplazamientos, la energía que demostraron y la forma en que respondieron a las actividades de movimiento. Se registraron comportamientos repetitivos, avances y también dificultades, manteniéndose en todo momento una postura reflexiva que permitiera comprender las razones de determinadas acciones dentro del aula.

El trabajo de campo permitió un acercamiento profundo a la dinámica real del grupo, comprender sus necesidades y reconocer aspectos del entorno educativo que influyeron en la nutrición, la higiene y la actividad física. Esta experiencia fortaleció la interpretación de los datos y permitió visualizar con claridad cómo estas prácticas se articularon en el proceso de fortalecimiento del sistema inmunológico de los niños de 2 años.

***APLICACIÓN DE LA TÉCNICA DE OBSERVACIÓN Y EL INSTRUMENTO
DENOMINADA GUÍA DE OBSERVACIÓN DURANTE EL DESARROLLO DE LA
INVESTIGACIÓN INTITULADA “FORTALECER EL SISTEMA INMUNOLÓGICO EN
NIÑOS DE 2 AÑOS DE LA CUNA ‘NIÑO JESÚS’ DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
N.º 35002 “ZOILA AMORETTI DE ODRÍA”, DISTRITO DE CHAUPIMARCA –
PASCO”***

En el trabajo de investigación titulado “Fortalecer el sistema inmunológico en niños de 2 años de la cuna ‘Niño Jesús’ de la Institución Educativa N.º 35002 ‘Zoila Amoretti de Odría’, distrito de Chaupimarca – Pasco” se utilizó la técnica de la observación, aplicándose como instrumento una guía de observación, elaborada el 14 de octubre de 2025. Dicho instrumento permitió registrar de manera sistemática los comportamientos relacionados con la nutrición saludable, la higiene básica y la actividad física, dimensiones consideradas fundamentales para el fortalecimiento del sistema inmunológico en la primera infancia.

A. Aplicación descriptiva de la dimensión: Nutrición saludable.

En la dimensión de nutrición saludable, los resultados evidenciaron un desempeño altamente favorable por parte de los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús”. Se observó que la mayoría de los niños consumía frutas durante la jornada escolar de manera regular y sin resistencia, lo que refleja la presencia de hábitos alimentarios saludables consolidados. Asimismo, los niños aceptaron una variedad de alimentos durante el refrigerio, mostrando apertura hacia opciones nutritivas que favorecen una alimentación balanceada.

Del mismo modo, se evidenció una disposición positiva para probar nuevos alimentos saludables, lo cual indica una actitud favorable hacia la exploración de sabores y texturas propias de esta etapa del desarrollo. En cuanto a la hidratación, se constató que los niños bebían agua segura durante las actividades, alcanzando el nivel de logro esperado, aunque aún requerían recordatorios ocasionales para mantener una adecuada ingesta de líquidos. Finalmente, se observó que los refrigerios enviados por las familias estaban conformados mayoritariamente por alimentos nutritivos y no ultraprocesados, contribuyendo de manera significativa al fortalecimiento del sistema inmunológico.

B. Aplicación descriptiva de la dimensión: Higiene básica

Respecto a la dimensión de higiene básica, los resultados evidenciaron niveles altos de logro en la mayoría de los indicadores observados. Se constató que los niños realizaban el lavado de manos antes del refrigerio de manera constante, lo que demuestra la internalización de esta práctica preventiva con mínima supervisión. De igual forma, los niños efectuaban el lavado de manos después de usar el baño, evidenciando que esta rutina de autocuidado se encontraba bien establecida dentro de la institución.

Asimismo, se observó que los niños mantenían limpios sus materiales y utensilios, participando activamente en acciones de cuidado y limpieza, lo cual reduce la exposición a agentes contaminantes. Los resultados también mostraron que los niños seguían adecuadamente las indicaciones básicas de higiene proporcionadas por la docente, reflejando comprensión y responsabilidad

progresiva. En cuanto a la conducta de evitar llevarse objetos sucios a la boca, se alcanzó el nivel de logro esperado, lo que indica que, si bien esta práctica está presente en la mayoría de los casos, aún requiere acompañamiento constante debido a las características propias de la edad.

En términos generales, la dimensión de higiene básica presentó un desempeño altamente favorable, evidenciando rutinas de limpieza consolidadas que contribuyen al cuidado de la salud y al fortalecimiento del sistema inmunológico infantil.

C. Aplicación descriptiva de la dimensión: Actividad física

En relación con la actividad física, los resultados evidenciaron un desempeño óptimo en todos los indicadores evaluados. Se observó que los niños participaban activamente en las actividades psicomotrices, mostrando motivación, disposición y respuesta positiva a los estímulos del entorno educativo. Asimismo, los niños se desplazaban con libertad por el espacio, caminando, corriendo y saltando con seguridad, lo que refleja confianza en sus habilidades motoras básicas.

Del mismo modo, se constató que los niños presentaban una adecuada coordinación en las actividades de movimiento, respondiendo con control a las propuestas psicomotrices. También se evidenció una participación constante y entusiasta en juegos que implicaban actividad física diaria, lo cual favorece el desarrollo motor y contribuye al fortalecimiento del sistema inmunológico. Finalmente, se observó que los niños mantenían un nivel adecuado de energía

durante las actividades, demostrando resistencia física acorde a su edad y una participación sostenida a lo largo de la jornada.

APLICACIÓN DESCRIPTIVA DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN: GUÍA DE ENTREVISTA.

En el estudio titulado “Fortalecer el sistema inmunológico en niños de 2 años de la cuna ‘Niño Jesús’ de la Institución Educativa N.º 35002 ‘Zoila Amoretti de Odría’, distrito de Chaupimarca – Pasco” se aplicó la técnica de la entrevista, empleando como instrumento una guía de entrevista. La aplicación se realizó el 23 de octubre de 2025 y permitió recopilar información desde tres fuentes: docentes, padres de familia e investigadores. Esta información fue analizada mediante triangulación de datos, con el fin de contrastar percepciones y corroborar hallazgos sobre prácticas y condiciones vinculadas al fortalecimiento del sistema inmunológico en niños de 2 años.

A. Prácticas de nutrición saludable

En relación con la nutrición saludable, las docentes describieron que en la jornada diaria se observa una alimentación relativamente variada, ya que la mayoría de niños lleva refrigerios con opciones saludables como frutas, yogurt natural y alimentos caseros. No obstante, señalaron que existe un grupo reducido que continúa recibiendo productos procesados, lo cual requiere acompañamiento y orientación para mejorar progresivamente. Además, indicaron que durante el refrigerio se promueve el consumo de agua segura y se incentiva a los niños a probar diferentes alimentos como medida preventiva para fortalecer su salud.

Desde la perspectiva de los padres, se manifestó la intención de enviar alimentos nutritivos al colegio, principalmente frutas y panes caseros; sin embargo, reconocieron que en ocasiones recurren a productos envasados debido a limitaciones de tiempo o economía. Asimismo, señalaron que sus decisiones dependen de la disponibilidad en el hogar y que, aunque intentan seguir las recomendaciones brindadas por la docente, aún requieren apoyo para consolidar ciertos hábitos alimentarios.

Los investigadores registraron que, en el aula, se aprecia un avance importante en el consumo de alimentos saludables, debido a que la mayoría de niños acepta frutas y prueba nuevos alimentos sin dificultad. No obstante, también se identificaron casos con diversidad alimentaria limitada, lo que evidencia la necesidad de reforzar el trabajo articulado con las familias para mejorar la calidad nutricional de los refrigerios.

En conjunto, la triangulación permitió concluir que las prácticas nutricionales muestran avances consistentes y una tendencia favorable, aunque persisten situaciones puntuales de consumo de alimentos procesados asociadas a factores familiares y económicos. Por ello, se considera necesario fortalecer un acompañamiento sostenido entre escuela y hogar para consolidar hábitos alimentarios que favorezcan el sistema inmunológico.

B. Prácticas de higiene básica.

En cuanto a la higiene básica, las docentes señalaron que diariamente se implementan rutinas como el lavado de manos antes del refrigerio y después de

usar el baño. Indicaron que la mayoría de niños realiza estas prácticas con apoyo mínimo, aunque algunos requieren guía constante debido a su edad. Asimismo, mencionaron que se refuerzan recordatorios para evitar llevarse objetos sucios a la boca y se procura mantener limpios los materiales usados durante las actividades.

Los padres manifestaron que en el hogar también intentan promover el lavado de manos; sin embargo, reconocieron que no siempre pueden supervisar de manera constante debido a responsabilidades laborales u otras actividades. Afirmaron que los niños tienden a replicar lo aprendido en la escuela, especialmente en el lavado de manos, pero admitieron que aún es difícil evitar ciertas conductas propias de la edad, como manipular objetos sucios o llevarlos a la boca durante el juego.

Por su parte, los investigadores observaron que las rutinas de higiene se encuentran bastante consolidadas en el aula, evidenciándose una secuencia organizada durante el lavado de manos y una disposición colaborativa del grupo. No obstante, registraron que algunos niños presentan dificultades intermitentes para mantener limpios utensilios o evitar conductas típicas de la edad, lo que demanda refuerzo constante.

La triangulación evidenció que las prácticas de higiene están mayormente fortalecidas, especialmente el lavado de manos, tanto en la institución como en el hogar, aunque con distintos niveles de supervisión. Se concluye que las rutinas están bien encaminadas, pero requieren continuidad y refuerzo sostenido para consolidar hábitos y disminuir conductas de riesgo.

C. Prácticas de actividad física

Respecto a la actividad física, las docentes señalaron que diariamente se desarrollan actividades psicomotrices en las que los niños caminan, corren, saltan y participan en juegos dirigidos. Indicaron que la mayoría mantiene interés y energía constante, y que tanto el aula como los espacios abiertos se aprovechan para promover el movimiento libre; sin embargo, señalaron que en ocasiones se requiere una mejor organización del espacio para evitar distracciones.

Los padres indicaron que sus hijos son activos en casa y realizan movimientos constantes; no obstante, reconocieron que no siempre cuentan con tiempo suficiente para acompañar actividades físicas estructuradas. También señalaron que los niños regresan del colegio con disposición para continuar jugando, lo que sugiere que en la institución se estimula de manera permanente el movimiento.

Los investigadores observaron que las sesiones psicomotrices son variadas e integradas en la rutina diaria, promoviendo habilidades motoras básicas y coordinación. Registraron que los niños se desplazan con libertad, mantienen energía durante la actividad y participan sin resistencia; sin embargo, identificaron casos aislados que requieren mayor orientación para ejecutar movimientos más complejos o integrarse plenamente en juegos grupales.

En términos generales, la triangulación permitió concluir que las prácticas de actividad física son constantes y adecuadas, favorecen el desarrollo motor y

contribuyen al bienestar integral, aunque se recomienda reforzar el acompañamiento individual en casos específicos.

D. Principales dificultades para fortalecer el sistema inmunológico

En relación con las dificultades para fortalecer el sistema inmunológico, las docentes señalaron que una de las principales limitaciones es la falta de constancia en hábitos saludables provenientes del hogar, lo que genera diferencias en alimentación, higiene y participación física. Indicaron que algunos refrigerios aún incluyen alimentos procesados y que ciertos niños muestran resistencia inicial a rutinas como el lavado de manos, requiriendo acompañamiento permanente. También señalaron que el clima frío de la zona influye en la asistencia escolar y favorece la aparición de resfríos.

Los padres manifestaron dificultades asociadas a factores económicos, falta de tiempo y limitada disponibilidad de alimentos frescos, especialmente en temporadas de incremento de precios. Asimismo, indicaron que no siempre resulta posible controlar el consumo de productos procesados en casa o con otros familiares, y mencionaron que los cambios bruscos de temperatura afectan la salud de sus hijos.

Los investigadores confirmaron que la dificultad central se relaciona con la inconsistencia entre las prácticas saludables desarrolladas en el aula y las que se refuerzan en el hogar, lo cual explica diferencias notorias en hábitos y vulnerabilidad. Además, registraron que la humedad y el frío característicos de Pasco incrementan riesgos y limitan el impacto de las prácticas saludables.

La triangulación evidenció que las principales dificultades responden a factores familiares, económicos y ambientales. En consecuencia, se concluye que el fortalecimiento inmunológico requiere un trabajo articulado y sostenido entre escuela, familia y condiciones del entorno.

E. Participación de las familias en la promoción de hábitos saludables

Sobre la participación familiar, las docentes indicaron que, en general, es positiva, ya que la mayoría responde a recomendaciones y envía refrigerios saludables; sin embargo, señalaron que existe un grupo reducido con dificultades para mantener hábitos constantes en casa. Asimismo, mencionaron que la asistencia a reuniones y talleres es irregular, principalmente por razones laborales.

Los padres expresaron que realizan esfuerzos por reforzar alimentación e higiene, y valoran la orientación docente; no obstante, reconocieron limitaciones relacionadas con tiempo, economía y disponibilidad de alimentos, lo que dificulta mantener una constancia diaria.

Los investigadores observaron que la participación familiar es variable: mientras un grupo muestra compromiso enviando refrigerios adecuados y reforzando higiene, otro presenta dificultades por factores económicos, falta de supervisión o desconocimiento. Asimismo, registraron que cuando la familia se involucra activamente, los niños evidencian mayor autonomía y coherencia en sus hábitos.

En conjunto, la triangulación indica que la participación familiar es favorable pero desigual, por lo que se recomienda fortalecer la articulación familia–escuela mediante estrategias de acompañamiento y formación para consolidar hábitos saludables.

F. Entorno educativo y su influencia en la salud y el sistema inmunológico

En relación con el entorno educativo, las docentes señalaron que la institución influye directamente en la salud infantil al brindar espacios limpios, ventilados y organizados, así como disponibilidad de agua segura, áreas para actividad física y horarios estructurados que favorecen hábitos saludables. Sin embargo, mencionaron limitaciones asociadas al clima frío, que dificulta mantener ventilación constante.

Los padres consideraron que la institución ofrece un entorno seguro y ordenado, adecuado para el movimiento y el cuidado de la salud; no obstante, algunos señalaron que, por el clima o por la cantidad de niños, el espacio puede resultar reducido en determinadas actividades. También destacaron que valoran el orden institucional, el cual no siempre se logra con la misma regularidad en el hogar.

Los investigadores observaron que el entorno educativo presenta condiciones favorables para promover higiene, nutrición y actividad física, evidenciándose organización y recursos básicos. Sin embargo, confirmaron que el clima y la ubicación geográfica generan restricciones de ventilación y temperatura, influyendo especialmente en la salud respiratoria de los niños. Pese a ello, identificaron un compromiso institucional por mantener ambientes seguros y adaptados.

La triangulación permitió concluir que el entorno educativo es un factor clave para el fortalecimiento inmunológico, dado que facilita rutinas y condiciones saludables; sin embargo, se requiere mejora continua para mitigar las limitaciones derivadas de las condiciones ambientales de la zona.

4.2. Discusión.

1. Los resultados mostraron que la mayoría de los niños alcanza niveles de logro destacado en consumo de frutas, aceptación de alimentos variados y disposición para probar nuevos alimentos saludables, lo cual revela prácticas consolidadas que favorecen la maduración del sistema inmunológico. Esta evidencia cuantitativa se encuentra alineada con las percepciones cualitativas de docentes y padres, quienes señalaron que los refrigerios enviados incluyen fruta, yogurt natural y pan casero, aunque todavía persisten casos donde se incorporan productos procesados debido al tiempo o limitaciones económicas. Esta situación coincide con lo planteado por Alcívar y Ubillus (2024), quienes sostienen que los hábitos alimentarios en la infancia se ven influenciados tanto por el entorno familiar como por las prácticas educativas, y que los alimentos ultra-procesados siguen siendo un riesgo persistente en los primeros años. Asimismo, los investigadores de campo observaron que algunos niños presentan poca diversidad alimentaria, lo que coincide con la afirmación de Buitrago (2025) sobre la desigualdad en el acceso a alimentos nutritivos y la necesidad de estrategias educativas para contrarrestar deficiencias alimentarias. En conjunto, la información triangulada permite

concluir que, si bien la institución educativa promueve prácticas sólidas de nutrición saludable, es indispensable fortalecer la articulación con las familias para garantizar que la variedad alimentaria y el consumo de alimentos frescos se mantengan con mayor regularidad, logrando así un impacto sostenido en el fortalecimiento del sistema inmunológico.

2. Los resultados de la observación revelaron que cuatro indicadores de higiene básica alcanzaron logro destacado, principalmente el lavado de manos antes del refrigerio y después de usar el baño, lo que evidencia la presencia de rutinas pedagógicas consistentes. Sin embargo, el indicador relacionado con evitar llevar objetos sucios a la boca se ubicó en logrado esperado, reflejando una conducta natural de la edad que aún requiere acompañamiento. Las entrevistas muestran coincidencia entre los tres actores: los docentes refuerzan frecuentemente las prácticas de higiene, los padres reconocen que sus niños imitan lo aprendido en la institución, aunque no siempre pueden supervisarlos, y los investigadores señalan que la secuencia pedagógica es adecuada, pero todavía existen conductas de riesgo. Este hallazgo se encuentra en la línea de lo planteado por Ponte y Sánchez (2024), quienes explican que los hábitos de autocuidado se adquieren progresivamente y requieren refuerzo constante; además coincide con Asto (2023), quien resalta que el conocimiento de prácticas preventivas por parte de las familias no siempre se traduce en acciones coherentes. De este modo, las prácticas de higiene básica contribuyen significativamente al fortalecimiento inmunológico; no

obstante, se requiere una participación más activa de las familias para asegurar continuidad en el hogar y evitar retrocesos en las conductas observadas en el aula.

3. La dimensión de actividad física presentó resultados altamente favorables, ya que los cinco indicadores alcanzaron logro destacado, evidenciando que los niños participan activamente en las actividades psicomotrices, mantienen coordinación adecuada y muestran energía sostenida durante la jornada. Tanto docentes como padres coinciden en que los niños son físicamente activos y que la escuela promueve un entorno donde el movimiento libre y los juegos dirigidos son parte de la rutina diaria. Los investigadores corroboraron esta afirmación, señalando que la actividad física se encuentra bien integrada en la dinámica educativa. Estos hallazgos guardan relación con la literatura especializada, donde se reconoce que el movimiento en la primera infancia favorece el desarrollo neuromotor y la regulación inmunológica, al reducir el sedentarismo y estimular la capacidad adaptativa del organismo. Autores como Gamarra (2025) refieren que prácticas cotidianas de autocuidado y actividad física impactan directamente en la capacidad de defensa de los niños, especialmente cuando se realizan de manera sistemática tanto en el hogar como en la escuela. En este sentido, la actividad física constituye un pilar complementario que, junto con la nutrición y la higiene, contribuye al fortalecimiento integral del sistema inmunológico infantil.

4. La triangulación de datos permitió identificar que las dificultades más relevantes para fortalecer el sistema inmunológico provienen de factores externos al aula: irregularidad en los hábitos en el hogar, limitaciones económicas, escaso acceso a alimentos frescos, cambios climáticos propios de la región y tiempos reducidos para supervisar rutinas saludables. Las docentes enfatizaron la falta de constancia en algunos hogares, mientras que los padres mencionaron dificultades asociadas a trabajo, economía o disponibilidad de alimentos. Los investigadores, por su parte, indicaron que existe una brecha entre las prácticas saludables promovidas en la institución y aquellas que realmente se sostienen en casa. Este hallazgo coincide con Buitrago (2025), quien sostiene que la vulnerabilidad alimentaria y sanitaria está profundamente influenciada por factores estructurales del contexto familiar y comunitario. Asimismo, se refleja lo planteado por Asto (2023), respecto a que el conocimiento materno no siempre se traduce en prácticas consistentes. A pesar de estas dificultades, la participación de las familias es en general positiva, aunque desigual, y cuando existe una articulación efectiva escuela–familia, los avances en hábitos saludables son más sólidos. Por ello, la intervención educativa debe dirigirse no solo al niño, sino también a la familia, fortaleciendo estrategias de acompañamiento y comunicación que permitan consolidar hábitos que repercutan directamente en la salud inmunológica.

CONCLUSIONES.

1. En relación con el objetivo de comprender cómo se desarrolla la nutrición saludable en los niños de 2 años, los resultados permitieron concluir que la mayoría de ellos presenta hábitos alimentarios adecuados caracterizados por el consumo frecuente de frutas, la aceptación de alimentos variados y la disposición para probar nuevas opciones nutritivas. La triangulación entre docentes, padres e investigadores evidenció que la institución ha logrado consolidar prácticas favorables; sin embargo, persiste la influencia del contexto familiar donde, por razones de tiempo y economía, algunos refrigerios incluyen productos procesados. Por tanto, se concluye que el fortalecimiento del sistema inmunológico infantil dependerá de la continuidad y coherencia entre las prácticas promovidas en el aula y aquellas reproducidas en el hogar.
2. Respecto al objetivo orientado a comprender las prácticas de higiene básica, se concluye que los niños han interiorizado adecuadamente rutinas esenciales como el lavado de manos antes del refrigerio y después del uso del baño,

prácticas que repercuten directamente en la prevención de enfermedades infecciosas. Sin embargo, persisten dificultades propias de la etapa, como llevarse objetos sucios a la boca o mantener limpios sus materiales sin supervisión. La triangulación muestra que, aunque la institución promueve secuencias pedagógicas efectivas, la continuidad en casa no siempre es constante, lo que refuerza la necesidad de un trabajo sostenido con las familias para consolidar hábitos que contribuyan al fortalecimiento inmunológico.

3. En relación con el objetivo de comprender las prácticas de actividad física, los hallazgos permiten concluir que los niños participan activamente en actividades psicomotrices, se desplazan con libertad y mantienen adecuada energía durante la jornada. Esta participación constante favorece el desarrollo motor y constituye un factor protector que contribuye al fortalecimiento del sistema inmunológico. La triangulación reflejó coherencia entre la percepción de docentes, padres e investigadores, quienes coinciden en que el movimiento está integrado de manera efectiva en la rutina escolar. No obstante, algunos niños requieren acompañamiento adicional en actividades complejas, lo que implica la necesidad de continuar reforzando estrategias que promuevan la actividad física como práctica integral para la salud infantil.
4. Finalmente, en función del objetivo de comprender las dificultades que afectan el fortalecimiento del sistema inmunológico, se concluye que estas se originan principalmente en factores familiares, económicos y ambientales, tales como la falta de constancia en los hábitos saludables en el hogar, la disponibilidad limitada de alimentos frescos y el clima frío característico de la región. La

triangulación evidenció brechas entre las prácticas promovidas en la institución y las que se sostienen en casa, lo que demuestra que el fortalecimiento inmunológico no depende únicamente de la intervención escolar, sino de una articulación constante entre escuela–familia–comunidad. Por ello, se concluye que el fortalecimiento del sistema inmunológico infantil requiere estrategias integrales que aborden tanto la educación nutricional como las condiciones del entorno familiar y regional.

RECOMENDACIONES.

- 1.** Para fortalecer las prácticas de nutrición saludable, se recomienda implementar un programa permanente de educación alimentaria dirigido a las familias, que incluya talleres prácticos sobre preparación de refrigerios nutritivos y estrategias económicas para reemplazar alimentos procesados. Asimismo, la institución puede diseñar una cartilla mensual de sugerencias alimentarias que oriente a los padres en la selección de alimentos accesibles y adecuados para la edad, promoviendo coherencia entre lo trabajado en el aula y lo practicado en el hogar.
- 2.** Con el fin de consolidar las prácticas de higiene básica, se recomienda reforzar las rutinas diarias mediante estrategias lúdicas, pictogramas y recordatorios visuales que faciliten a los niños la interiorización de los hábitos de limpieza. Además, se sugiere realizar jornadas de sensibilización para las familias sobre la importancia del lavado de manos en la prevención de enfermedades, de modo que estas prácticas se mantengan de forma constante tanto en la escuela como en el hogar.

3. Para continuar fortaleciendo la actividad física, la institución debe mantener e incrementar las actividades psicomotrices dentro y fuera del aula mediante juegos dirigidos, circuitos motores y actividades libres que promuevan equilibrio, coordinación y resistencia física. Se recomienda también fomentar campañas familiares de actividad física, incentivando la participación de los padres en dinámicas recreativas que complementen la práctica motora de los niños y contribuyan a su bienestar integral.
4. A fin de disminuir las dificultades que afectan el fortalecimiento del sistema inmunológico, se recomienda articular acciones conjuntas entre docentes, directivos y familias a través de un plan anual de salud preventiva. Este plan debe incluir seguimiento personalizado a niños con mayor vulnerabilidad, coordinación con centros de salud de la comunidad, así como actividades educativas sobre cuidados frente al clima y manejo responsable de alimentos. De igual modo, se aconseja promover espacios de diálogo donde las familias puedan expresar sus limitaciones y recibir orientación adecuada para mejorar las condiciones de salud de sus hijos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Asto Gonzales, M. M. (2023). *Conocimiento y actitudes de las madres sobre inmunizaciones en niños menores de cinco años en un establecimiento de salud, 2023* (Trabajo académico para optar el título de especialista en Enfermería en Salud y Desarrollo Integral Infantil). Escuela Académico Profesional de Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud.
- Alcívar Rodríguez, M. G., & Ubillus Saltos, S. P. (2024). Educación alimentaria para la prevención de problemas de salud en niños de educación inicial. *Revista Sinapsis*, 24(1), 1–15. <https://www.itsup.edu.ec/sinapsis>
- Bernal, C. (2019). *Metodología de la investigación: administración, economía, humanidades y ciencias sociales*. Pearson.
- Buitrago Ortiz, J. C., Méndez París, S., Arroyo Cantillo, A. L., & Santamaría García, A. J. (2025). *Índice de vulnerabilidad alimentaria infantil en Colombia: construcción metodológica y aplicaciones para la política pública 2024*. Asociación de Bancos

de Alimentos de Colombia (ABACO) y Asociación Nacional de Empresarios de Colombia (ANDI).

Colmenares, A. (2020). *Investigación–descriptiva en el aula: fundamentos y aplicaciones pedagógicas*. Editorial Académica.

Gamarra Vega, G. L. (2025). *Conocimiento y práctica sobre lactancia materna exclusiva en madres de niños menores de 6 meses de un hospital público, Pasco–2025* (Trabajo académico para optar el título de Especialista en Enfermería Pediátrica). Facultad de Ciencias de la Salud, Programa Académico de Enfermería, Universidad Norbert Wiener.

Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill.

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2024). *El 43,1% de niñas y niños de 6 a 35 meses presenta anemia en el Perú*. INEI. <https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/nota-de-prensa-n-030-2024/>

Martínez, M. (2020). *Investigación cualitativa: fundamentos y técnicas para el trabajo de campo*. Editorial Académica.

Murphy, K., & Weaver, C. (2017). *Janeway's Immunobiology* (9.^a ed.). Garland Science.
Este libro es una de las fuentes más sólidas sobre el funcionamiento del sistema inmunológico.

Molina, J. (2019). *Inmunidad y desarrollo temprano en la infancia*.

Organización Panamericana de la Salud. (2022). *Salud del niño: prevención de enfermedades infecciosas en la primera infancia*. OPS.
<https://www.paho.org/es/temas/salud-nino>

Ponte Segovia, A. S., & Sánchez Tirado, E. A. (2024). *Conocimiento y actitudes en inmunizaciones en padres de niños menores de un año del Centro de Salud Raúl Porras Barrenechea, Carabayllo – 2024* (Tesis de licenciatura en Enfermería). Escuela Profesional de Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud.

Seminario Pinedo, E. P., & Trinidad Eufrazio, L. J. (2025). *Conocimientos de la madre de familia sobre anemia ferropénica y nivel de hemoglobina en niños menores de 3 años del Centro de Salud Paragsha, Pasco 2024* (Tesis para optar el título de Licenciado en Nutrición Humana). Facultad de Agropecuaria y Nutrición, Escuela Profesional de Nutrición Humana, Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle.

UNICEF. (2019). *Estado Mundial de la Infancia 2019: Niños, alimentos y nutrición*. UNICEF. <https://www.unicef.org/es/informes/estado-mundial-infancia-2019>

ANEXOS

MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título: Sistema Inmunológico en niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES/DIMENSIONES	METODOLOGÍA
Problema general	Objetivo general	Hipótesis general	Variable. Sistema Inmunológico Dimensiones. • Nutrición saludable. • Higiene básica. • Actividad física.	Tipo de investigación Cualitativa Diseño de investigación. Descriptivo Diagrama Descriptivo Población y Muestra. Población. 64 niños de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco. Muestra. 22 niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco. Técnicas e instrumentos de recolección de datos. Técnicas. Observación Instrumentos. Guía de observación Método de análisis de datos. Triangulación de información
¿Cómo fortalecer el sistema inmunológico en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco?	Comprender el fortalecimiento del sistema inmunológico en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco, 2025.	El fortalecimiento del sistema inmunológico influye positivamente en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco		
Problemas específicos:	Objetivos específicos:	Hipótesis específicas:		
¿Cómo fortalecer la nutrición saludable en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco?	Comprender el fortalecimiento de la nutrición saludable en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco, 2025.	El fortalecimiento de la nutrición saludable influye positivamente en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco		
¿Cómo fortalecer la higiene básica en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco?	Comprender el fortalecimiento de la higiene básica en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco, 2025.	El fortalecimiento de la higiene básica influye positivamente en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco		
¿Cómo fortalecer la actividad física en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco?	Comprender el fortalecimiento de la actividad física en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco, 2025	El fortalecimiento de la actividad física influye positivamente en los niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco		

MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Título: Fortalecer el Sistema Inmunológico en niños de 2 años de la cuna “Niño Jesús” de la Institución Educativa N° 35002 “Zoila Amoretti de Odria” distrito de Chaupimarca – Pasco.

Variables de estudio	Dimensiones	Indicadores.
Sistema inmunológico Murphy y Weaver (2017). El sistema inmunológico es el conjunto de estructuras, procesos biológicos y respuestas del organismo que permiten proteger al cuerpo frente a agentes infecciosos como virus, bacterias y otros patógenos. En la primera infancia, su desarrollo depende en gran medida de factores educativos asociados a la nutrición, los hábitos de higiene y la actividad física, los cuales contribuyen a fortalecer la capacidad de defensa del organismo. Definición operacionalizacional Para fines de esta investigación, el sistema inmunológico se entiende como el conjunto de prácticas observables en los niños de 2 años relacionadas con la nutrición saludable, la higiene básica y la actividad física, las cuales son identificadas, registradas y analizadas mediante una guía de observación y una lista de cotejo aplicada durante las actividades cotidianas de la cuna “Niño Jesús”	Nutrición saludable.	1. ¿El niño consume frutas durante la jornada escolar? 2. ¿El niño acepta alimentos variados durante el refrigerio? 3. ¿El niño muestra disposición para probar nuevos alimentos saludables? 4. ¿El niño bebe agua segura durante las actividades? 5. ¿El refrigerio del niño presenta alimentos nutritivos y no ultra-procesados?
	Higiene básica.	6. ¿El niño realiza lavado de manos antes del refrigerio? 7. ¿El niño realiza lavado de manos después de usar el baño? 8. ¿El niño mantiene limpios sus materiales o utensilios? 9. ¿El niño sigue indicaciones básicas de higiene dadas por la docente? 10. ¿El niño evita llevarse objetos sucios a la boca?
	Actividad física.	11. ¿El niño participa activamente en las actividades psicomotrices? 12. ¿El niño se desplaza con libertad por el espacio (camina, corre, salta)? 13. ¿El niño muestra coordinación en actividades de movimiento? 14. ¿El niño interviene en juegos que impliquen actividad física diaria? 15. ¿El niño mantiene un nivel adecuado de energía durante las actividades?

INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

**APLICACIÓN DE LA GUÍA DE OBSERVACIÓN EN EL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN INTITULADA:
“FORTALECER EL SISTEMA INMUNOLÓGICO EN NIÑOS DE 2 AÑOS DE LA CUNA “NIÑO
JESÚS” DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 35002 “ZOILA AMORETTI DE ODRIA” DISTRITO DE
CHAUPIMARCA – PASCO”**

Técnica: Observación

Instrumento: Guía de observación.

Tabla 1. Nutrición saludable.

Ítems	Indicadores observables	En inicio	En proceso	Logrado esperado	Logro destacado
1	¿El niño consume frutas durante la jornada escolar?				
2	¿El niño acepta alimentos variados durante el refrigerio?				
3	¿El niño muestra disposición para probar nuevos alimentos saludables?				
4	¿El niño bebe agua segura durante las actividades?				
5	¿El refrigerio del niño presenta alimentos nutritivos y no ultra-procesados?				

Tabla 2. Higiene básica.

Ítems	Indicadores observables	En inicio	En proceso	Logrado esperado	Logro destacado
6	¿El niño realiza lavado de manos antes del refrigerio?				
7	¿El niño realiza lavado de manos después de usar el baño?				
8	¿El niño mantiene limpios sus materiales o utensilios?				
9	¿El niño sigue indicaciones básicas de higiene dadas por la docente?				
10	¿El niño evita llevarse objetos sucios a la boca?				

Tabla 3. Actividad física.

Ítems	Indicadores observables	En inicio	En proceso	Logrado esperado	Logro destacado
11	¿El niño participa activamente en las actividades psicomotrices?				

12	¿El niño se desplaza con libertad por el espacio (camina, corre, salta)?				
13	¿El niño muestra coordinación en actividades de movimiento?				
14	¿El niño interviene en juegos que impliquen actividad física diaria?				
15	¿El niño mantiene un nivel adecuado de energía durante las actividades?				

INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

APLICACIÓN DE LA GUÍA DE ENTREVISTA EN EL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN INTITULADA: “FORTALECER EL SISTEMA INMUNOLÓGICO EN NIÑOS DE 2 AÑOS DE LA CUNA “NIÑO JESÚS” DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 35002 “ZOILA AMORETTI DE ODRIA” DISTRITO DE CHAUPIMARCA – PASCO”

Tabla 4. ¿Cómo describe las prácticas de nutrición saludable que se desarrollan diariamente en relación con los niños de 2 años?

Docentes.
Padre de familias.
Investigadores.

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 5. ¿Cómo describe las prácticas de higiene básica que se realizan diariamente en relación con los niños de 2 años?

Docentes.
Padre de familias.
Investigadores.

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 6. ¿Cómo describe las prácticas de actividad física que se desarrollan diariamente en relación con los niños de 2 años?

Docentes.
Padre de familias.
Investigadores.

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 8. ¿Cómo describe la participación de las familias en la promoción de hábitos saludables en los niños de 2 años?

Docentes.
Padre de familias.

Investigadores.

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 9. ¿Cómo describe los aspectos del entorno educativo que influyen en la salud y el sistema inmunológico de los niños de 2 años?

Docentes.
Padre de familias.
Investigadores.