

“ALIMENTACIÓN EMOCIONAL” MENÚ PARA NIÑOS CON CAPACIDADES ESPECIALES DE LA FUNDACIÓN SERLI

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo investigativo se realizó en Guayaquil – Ecuador, en SERLI (Sociedad Ecuatoriana Pro-Rehabilitación de los lisiados), con una duración aproximada de 5 meses.

La motivación para llevar a cabo la presente investigación surge como respuesta al problema de aplicación en algunos casos errónea de ciertas hierbas medicinales en la preparación sólo de bebidas, o en la aplicación de ciertos alimentos en preparaciones con una ingesta muy reducida y, en ciertos casos casi nula; dejando de lado la existencia de ese vínculo estrecho entre emociones y alimentación. Por lo que se propone la inclusión de alimentos funcionales y de hierbas medicinales nutraceuticas complementando la ingesta en la dieta diaria.

Los actores principales de esta investigación fueron niños y adolescentes entre 8 y 16 años de edad, estudiantes y pacientes de la institución antes mencionada.

MATERIALES Y MÉTODOS

La metodología utilizada en la presente investigación es:

Experimental, Diagnostica y de campo

Se utilizó el método teórico-deductivo puesto que a partir de la muestra escogida y de la aplicación de la alimentación sugerida, se podrá generalizar los resultados en otras instituciones con las mismas características de apoyo a estudiantes con capacidades especiales.

Se considera también, que en esta investigación se utilizó el método empírico de medición puesto que a partir de las encuestas aplicadas a los estudiantes se realizó un análisis estadístico de los resultados.

Para esta investigación se utilizaron dos técnicas de recolección de información: la encuesta y la entrevista; pues se consideró que ambas facilitan la recolección de los datos para el planteamiento de la propuesta.

RESULTADOS

De acuerdo a la muestra tomada, obtuvimos los siguientes resultados:

- Claramente se confirma que los alimentos que se provee a la población sujeta a investigación pueden ser entendidos como una expresión de afecto y empatía, siendo parte fundamental de la salud física y emocional del individuo.
- Se hace evidente que la calidad de los alimentos ingeridos y las propiedades implícitas de éstos al ser consumidos tienen un impacto en las emociones de los/las niños/ñas motivo de estudio
- Nótese que el agregado nutraceutico que tienen ciertos ingredientes al momento de preparar los alimentos que consume la población investigada favorece o influye de manera positiva en su salud emocional.
- En términos generales, los participantes de la investigación conocen las propiedades de algunas hierbas medicinales consideradas en la aplicación de recetas, destacando la manzanilla, la hierba luisa, menta y el toroniil.

CONCLUSIONES



Proceso de aplicación recetas con hierbas medicinales

- En la institución de SERLI hay un reducido número de niños/as que presentan alergias o intolerancia a alimentos como lácteos y carbohidratos, por lo tanto es necesario tomar en consideración esos padecimientos muchas veces propios de la condición que presentan, para la formulación de recetas e inclusión de alimentos a su ingesta diaria para evitar un cuadro médico desfavorable.
- El diseño de las recetas está pensado con la intención de mejorar calidad de vida de los niños/as con capacidades especiales de SERLI y en general población infantil, considerando que esta propuesta es para todos los niños, aportando en la ingesta regular y controlada de las preparaciones, beneficios a mediano y largo plazo que se reflejen en la salud integral (física y emocional) de los mismos.
- La incorporación de alimentos con propiedades nutraceuticas dirigidos a tener un impacto en las emociones de los niños/as, de ningún modo pretende desplazar el uso de fármacos pre-escritos en casos de conductas agresivas extremas o cuadros de crisis emocionales, la intención es ser un coadyuvante en el tratamiento de dichos padecimientos.

BIBLIOGRAFÍA

- Rodríguez Romero, D. (2017). Alimentación y Emociones. Una sinergia fundamental para nuestro bienestar. Proyecto Final del Postgrau en Educació Emocional i Benestar. Barcelona: Universitat de Barcelona. Dipòsit Digital: <http://hdl.handle.net/2445/118538>
- Moreno Leguizamón, C. J. (2016). Salud-enfermedad y cuerpo-mente en la medicina ayurvédica de la India y en la biomedicina contemporánea. *Antípoda. Revista de Antropología y Arqueología*, 91-121.
- Berrios Carmona, & Bracho de López. (2008). *Salud, alimentación esencial para el desarrollo humano*, 80-101.
- Peña Fernández, E., & Reidl Martínez, L. (2015). Las Emociones y la Conducta Alimentaria. *ACTA DE INVESTIGACIÓN PSICOLÓGICA*, (págs. 2182 - 2193). México.
- Izquierdo Hernández, A., Armenteros Borrell, M., Lances Cotilla, L., & Martin González, I. (2004). Alimentación saludable. *Revista Cubana de Enfermería*.
- Fundación Vivo Sano. (2017). Alimentos Funcionales.