

La autonomía infantil: Hábitos de higiene, alimentación y vestimenta en niños de primera infancia de dos instituciones educativas de San Gil

Child autonomy: hygiene, eating and clothing habits in early childhood children from two Educational Institutions in San Gil

Kelly Paola Lozano Guerrero, Yurley Andrea Hernández Caro, Lizeth Vanesa Reyes Castro, Paola Andrea Muñoz Cepeda¹⁻⁴, Liliana Acosta Cotes⁵
lilianaacosta@unisangil.edu.co

Artículo de investigación

Fecha de recepción: julio 4 de 2024
Fecha de aceptación: julio 18 de 2024

Resumen

La primera infancia es una etapa crucial en el desarrollo de los niños, donde se sientan las bases para su crecimiento físico, emocional e intelectual. De esta manera, la autonomía se presenta como la adquisición de habilidades que les permite tomar decisiones sobre su bienestar. Esta investigación propuso como objetivo fortalecer la autonomía en las niñas y niños de primera infancia de dos instituciones educativas de San Gil a partir de rutinas diarias en el ámbito de la higiene, la alimentación y la vestimenta. El proyecto siguió un enfoque cualitativo bajo un diseño de investigación acción, la población vinculada fue de 16 estudiantes divididos en dos grupos con edades que oscilan entre los

3 y 4 años. En los resultados se evidencian algunos cambios positivos en aquellos aspectos que se pretendía fortalecer, aunque aún se observa dependencia de los menores para realizar ciertas actividades, la literatura consultada respalda estos comportamientos como consecuencia de la sobreprotección de los padres de familia y la edad en la que se encuentran los niños.

Palabras clave: Autonomía, hábitos de higiene, hábitos de vestimenta, hábitos de alimentación rutinas diarias.

Abstract

¹⁻⁴ Estudiante de licenciatura en educación infantil IX semestre, Fundación Universitaria de San Gil, integrante del Semillero de Investigación en Pedagogía

⁵ Docente del programa de licenciatura en educación infantil, Fundación Universitaria de San Gil, Grupo de Investigación Tarepe. Coordinadora Semillero de Investigación en Pedagogía. Licenciada en educación infantil. Magíster en innovación y tecnologías para la educación.

Early childhood is a crucial stage in children's development, where the foundations for their physical, emotional, and intellectual growth are laid. In this context, autonomy is defined as the acquisition of skills that allow children to make decisions regarding their well-being. This research aimed to strengthen autonomy in early childhood children from two educational institutions in San Gil through daily routines in the areas of hygiene, nutrition, and dressing. The project followed a qualitative approach using an action research design, with a population of 16 students divided into two groups aged 3 to 4 years. The results show some positive changes in the targeted aspects, although continued dependence for certain activities is still observed. The literature consulted supports these behaviors as a consequence of parental overprotection and the children's age.

Keywords: Autonomy, hygiene habits, dressing habits, eating habits, daily routines

Introducción

La primera infancia es una etapa importante en el desarrollo de los niños, donde se sientan las bases para su crecimiento físico, emocional e intelectual. En este contexto, la autonomía infantil se presenta como un elemento fundamental que influye directamente en la formación de hábitos saludables, tales como la higiene, la alimentación y la vestimenta.

La autonomía infantil no solo se refiere a la capacidad de realizar acciones por sí mismos, sino también a la adquisición de habilidades que les permitan tomar decisiones informadas sobre su bienestar. En su proceso de desarrollo, los niños ejercen un mayor control y dominio sobre sus propios actos, utilizando sus habilidades cognitivas, motoras y afectivas que posee para realizar

actividades sin ayuda de sus padres o cuidadores (Sailema et al., 2020). En los escenarios escolares de primera infancia se ha evidenciado la dependencia de los menores para llevar a cabo tareas como ir al baño, consumir alimentos o colocarse alguna prenda de vestir por sí mismos.

En este sentido, lo que les permitirá a los niños actuar con cierta autonomía es la adquisición de hábitos, este término es definido como toda conducta o comportamiento aprendido a través de un aprendizaje autónomo y voluntario (Martínez, 2020). De esta manera, los primeros hábitos son adquiridos durante la infancia bajo la influencia de la familia para luego continuar su conformación en la escuela; por lo que, la transmisión de los mismos ayuda a crear unos valores que les brindan seguridad para actuar correctamente en las distintas situaciones que deba afrontar el infante.

En un estudio llevado a cabo en Chile, cuyo objetivo fue evaluar la adquisición de hábitos en los niños de 2 a 6 años durante el confinamiento producto de la Covid-19, se señala que la formación de los hábitos en contexto familiar se caracteriza por “la adquisición de patrones de forma mecánica, donde el niño y la niña a partir de actividades rutinarias son capaces de memorizar en forma automática” (Mujica, 2023, p. 285). En este sentido, la infancia corresponde a una etapa evolutiva en la que se adquieren hábitos en relación con su proceso de aprendizaje.

Los estudiantes de primera infancia tienen infinidad de capacidades para lograr buenos hábitos que les permita sentirse seguros de sus acciones y de la interacción con los demás a partir del reconocimiento de límites y del espacio. Sin embargo, en ocasiones son interrumpidas por la sobreprotección de la familia. De acuerdo con Macías y Henríquez (2023), la

sobreprotección se origina porque los padres sienten que, por la corta edad de los hijos, ellos son muy vulnerables y, por ende, deben controlar sus acciones, creen erróneamente que, a mayor cantidad de cuidados, mayor es el amor que se le da al hijo. El padre sobreprotector está totalmente convencido de que su hijo no tiene las fortalezas necesarias para enfrentar la vida, así que se dedica a resolverle problemas y evitar fracasos.

Tanto en la educación inicial como en la primaria la interiorización de los hábitos se lleva a cabo mediante rutinas a través de actividades que se realizan de manera recurrente y sistemática con un carácter riguroso. De esta manera, las rutinas se convierten en un método para fomentar la autonomía como lo confirma el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar - ICBF (2022) para el cual “las rutinas generan seguridad y confianza en las niñas y los niños, en tanto les permite anticiparse y estar preparados para lo que viene” (p. 8). Por tal motivo, la comunicación y el acompañamiento en estas tareas es importante para que el niño se sienta protegido y desarrolle su independencia y autonomía mientras aprende del adulto.

En los diferentes escenarios que se viven día a día en las aulas de primera infancia se evidencia que algunos estudiantes no son capaces de llevar a cabo algunas acciones simples de rutina diaria como ir al baño, lavarse las manos, consumir alimentos y colocarse prendas de vestir. Por lo tanto, se ven en la necesidad de llamar al cuidador principal, en este caso las profesoras. La experiencia docente de dos de las estudiantes-investigadoras del proyecto muestra que a pesar de la motivación continúa, muchas veces los niños no se animan a desarrollar su autonomía y usan el

llanto como herramienta rápida para lograr que el cuidador haga las cosas por ellos.

Por lo anterior, esta investigación se orientó a fortalecer la autonomía en los niños y niñas de primera infancia de dos instituciones educativas del municipio de San Gil, a partir de rutinas diarias sencillas en el ámbito de la higiene corporal, la alimentación y vestimenta.

Metodológica

La investigación obedece a un estudio cualitativo con un diseño de investigación acción el cual, según Hernández et al. (2010), busca resolver problemáticas y necesidades de alguna comunidad, con el fin de lograr la transformación de la realidad.

La población objeto de estudio estuvo conformada por dos grupos de 8 niñas y niños respectivamente en edades entre 3 y 4 años de la Institución Castillo Encantado y Hogar Infantil Dumbo ubicadas en San Gil, municipio de la provincia de Guantánamo, Santander.

Para la recolección de información se aplicó una encuesta a los padres de familia con el fin de identificar los conocimientos acerca de los hábitos de rutina que tenían sus hijos e hijas, por cuanto esta técnica le permite al investigador construir bloques de información a través de los datos que obtenga de los entrevistados (Molano et al., 2021). Las categorías analizadas fueron: Concepto de autonomía, rutinas de autonomía: Alimentación, higiene y vestimenta, además en la encuesta para los padres de familia se incluyen: La manera de incentivar la autonomía y la importancia de adquirir hábitos o rutinas de autocuidado.

Así mismo, se utilizó la observación participante ya que las investigadoras estaban inmersas en el campo de estudio, como lo sugiere Jiménez (2020), los investigadores son “sujetos y objetos activos

en el estudio, comparten vivencias, diversas actividades que le permiten enriquecer y llevar registros” (p. 64). De esta manera, se usaron diarios de campo donde se hizo el registro de los hallazgos de la investigación.

El proyecto contó con cinco fases siguiendo el procedimiento propuesto por Salazar (2020) distribuido de la siguiente manera: Definición del problema, diseño de trabajo, recogida de datos, análisis de datos e informe y validación de la información.

Resultados

A continuación, se presentan los resultados obtenidos de acuerdo con los objetivos planteados en la investigación.

En primer lugar, se aplicó una encuesta a 9 padres de familia de las dos instituciones educativas con el fin identificar los conocimientos que ellos tenían acerca de los hábitos de rutina de sus hijos e hijas. En la Tabla 1 se muestra el análisis categorial que se realizó con las respuestas. En relación con la primera pregunta ¿Qué es para usted la autonomía? La mayoría de los acudientes (5) relacionan el concepto con la independencia, en palabras de algunos de ellos, la autonomía “Es un sinónimo de independencia que hace referencia al ser humano cuando se le facilita hacer todo tipo de rutinas por sus propias manos, en el caso de mi hijo sin ayuda de sus padres”. Para la segunda pregunta ¿Qué rutinas de alimentación puede realizar su hijo(a) correctamente de forma independiente? Los padres de familia encuestados consideran actividades sencillas consumir las bebidas directamente del vaso o consumir los alimentos solo, esto concuerdan con lo expuesto en las respuestas “Mi hijo se sienta solo en el comedor, coge la cuchara para comer alimentos sencillos como sopa, arroz, pastas, la carne y pollos”. De acuerdo con la tercera pregunta ¿Qué rutinas de higiene

puede realizar su hijo(a) correctamente de forma independiente? Los acudientes relacionan sus respuestas a actos como cepillado de dientes, bañarse solo, lavado de manos y en su mayoría lo describen como la realización de las necesidades fisiológicas de manera independiente en el baño. En relación con la cuarta pregunta ¿Qué rutinas de vestimenta puede realizar su hijo(a) correctamente de forma independiente? La mayoría de los acudientes (8) señalan que los niños se colocan algunas prendas, pero no en su totalidad, o que se las colocan al revés esto corresponde con lo expuesto por algunos de ellos: “Ella es capaz de ponerse la ropa sola, los zapatos no sabe”, también, “Solamente se colocan las camisas sin botones porque está chiquito”, otro acudiente afirma: “Se pone las camisas y bóxer, los zapatos se los pone al revés”. En relación con la quinta pregunta ¿Cómo incentiva la autonomía en su hijo(a)? se presenta igual cantidad de respuestas para dos ítems: Con la ayuda ofrecida por los padres de familia, los acudientes expresan lo siguiente: “Yo la dejo que lo haga sola por momentos”, otro comentario fue “Dejo que haga el intento de las cosas solo y después le ayudo”, así mismo, otro padre de familia comenta: “Permitiendo que él realice las actividades y luego ayudándole a culminarlas”. El siguiente ítem llamado estímulos afectivos por parte de padres de familia, los encuestados expresan diferentes comentarios como: “Con abrazos y besos de su mamá y papá”, “Le digo que su mamá siempre le va a ayudar”, “Le digo que él va creciendo y puede ser un adulto que hace solo las cosas”, “Lo felicito con un beso”. Por último, a la pregunta ¿por qué es importante para un niño(a) adquirir hábitos diarios o rutinas de autocuidado? Los padres de familia consideran que es importante porque

les genera independencia en sus rutinas, y los proyecta a ser autónomos en un futuro.

Tabla 1

Análisis categorial de la encuesta a padres de familia

Categorías	Subcategorías	Frecuencia
Concepto de autonomía	Sinónimo de independencia	5
	Capacidad para defenderse en la vida	1
	Realizar la mayoría de los procesos solos	3
	Facultad de tomar decisiones	1
Rutinas de autonomía: Alimentación	Consume las bebidas directamente del vaso	3
	Consume los alimentos usando la cuchara	1
	Consume los alimentos con la mano	1
	Consume los alimentos solo	2
	Consume alimentos en el comedor	1
Rutinas de autonomía: Higiene	Cepillarse los dientes tres veces al día	4
	Lavado de manos	2
	Realiza sus necesidades fisiológicas de manera independiente en el baño	5
	Bañarse solo	2
	Retira sus prendas de vestir de manera independiente al momento bañarse	1
Rutinas de autonomía: Vestimenta	Se viste de manera independiente	1
	Se coloca algunas prendas	8
Incentivar la autonomía	Ayuda por parte de padres de familia	4
	Desarrollo de actividades sencillas	1
Importancia de estimular hábitos	Estímulos afectivos por parte de padres de familia	4
	Independencia en sus rutinas diarias	3
	Proyección de independencia en el futuro	3

Con respecto al objetivo diseñar estrategias lúdico-creativas para fortalecer la autonomía en rutinas diarias de las niñas y niños, se desarrolló, inicialmente, un diagnóstico a través de un proceso de observación para evaluar el nivel de autonomía en algunos aspectos de alimentación, higiene y vestimenta, con esta información como insumo, posteriormente

se diseñaron e implementaron una serie de actividades diseñadas específicamente para incentivar y mejorar los aspectos mencionados.

Las actividades se consignaron en una cartilla elaborada por el grupo investigador, en el cual, por el tiempo de ejecución del proyecto, solo se hicieron dos actividades por área. En el caso de la autonomía en la

higiene se presenta “Manitas resplandecientes” y “Limpiando mi bebé”. Relacionado con la autonomía en la alimentación se encuentran “Dramatizado con títeres” y “Comiendo y comiendo voy creciendo”, por último, en la autonomía de vestimenta, se destacan “Solito me vestiré” y “Desvestirme y vestirme es muy fácil”. Estas actividades, junto a aquellas rutinas que se realizan en el día a día, recopilan cada criterio que se pretendía reforzar en cada categoría. Como resultado del análisis de los diarios de campo, se presenta una comparativa de los resultados de la observación inicial y de la aplicación de la estrategia en las dos instituciones educativas.

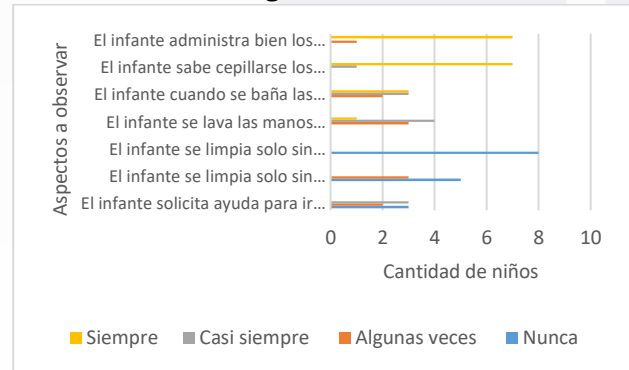
Institución educativa A

Para la institución A, se valoraron siete criterios o actividades relacionadas con la autonomía en la higiene como se muestra en la Figura 1. Allí se observa que la mayoría de los niños (7) siempre administran bien los útiles de aseo y pueden cepillarse los dientes, lo que indica que este aspecto está bien desarrollado en el grupo. Con respecto al ítem el infante cuando se baña las manos se seca solo con la toalla, su resultado es alentador con 6 niños haciéndolo siempre o casi siempre. Sobre el aspecto el infante se lava las manos después de ir al baño, la mitad de ellos lo hacen casi siempre, 3 de ellos algunas veces y solo uno lo hace siempre lo que indica una oportunidad de mejora. En cuanto al ítem el infante al defecar se limpia solo, sin ayuda de un adulto, el proceso de observación arroja que ningún niño lo hace y necesitan ayuda para limpiarse. En el caso del ítem que menciona si el infante se limpia solo sin ayuda de un adulto al orinar la mayoría de ellos (5) también requiere ayuda y solo 3 de ellos lo hacen solos algunas veces, esto sugiere una fuerte necesidad de desarrollar esta habilidad en el grupo y, por último, en lo que respecta al ítem, el infante

solicita ayuda para ir al baño, hay una distribución equilibrada entre los niños que nunca solicitan ayuda y los que lo hacen casi siempre, con una pequeña cantidad pidiéndola algunas veces, esto sugiere que la necesidad de ayuda varía entre el grupo.

Figura 1

Observación inicial en el aula sobre la autonomía en la higiene

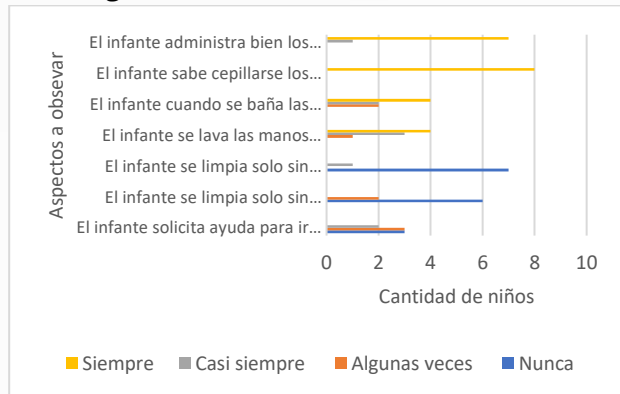


En la Figura 2 se presentan los resultados obtenidos tras la aplicación de las actividades de aula diseñadas con el objetivo de determinar si hubo una mejora significativa en los aspectos observados previamente, en relación con la autonomía en la higiene. Con respecto al ítem el infante cuando se baña las manos se seca solo con la toalla, se nota un aumento en la cantidad de niños que lo hacen siempre o casi siempre, lo que indica un aprendizaje significativo. Sobre el aspecto el infante se lava las manos después de ir al baño, se resalta que 3 de ellos que algunas veces lo hacían esta vez lo hacen casi siempre, en el caso de los ítems que indican si el infante se limpia solo sin ayuda de un adulto al orinar y defecar, los resultados muestran que no hubo cambios significativos, sigue siendo un área por trabajar, posiblemente se deba a la edad temprana de los niños a quienes, por su corta edad, aún no se les hace tan fácil. En lo que respecta al ítem, el infante solicita ayuda para ir al baño, sigue teniendo una

distribución equilibrada, aunque en esta oportunidad se suma un niño a solicitar ayuda algunas veces y se reduce a los que lo hacían casi siempre.

Figura 2

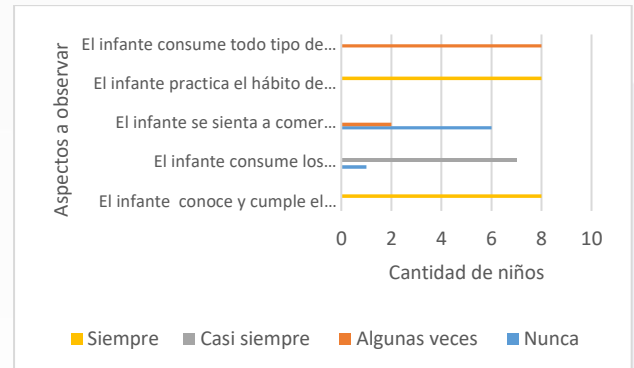
Aplicación de actividades sobre la autonomía en la higiene



Para la segunda categoría, en la autonomía en la alimentación, se tomaron 5 aspectos como se refleja en la Figura 3. De acuerdo con la información obtenida, se evidencia que las 8 niñas y niños algunas veces consumen todo tipo de alimentos, de la misma manera todos practican el hábito de lavado de manos con agua y jabón antes y después de consumir los alimentos. De acuerdo con el ítem el infante se sienta a comer adoptando una postura correcta, la mayoría nunca lo hace y solo dos los hacen algunas veces, lo que sugiere un área por trabajar. En relación con el ítem el infante consume solo los alimentos, la mayoría (7) lo hacen casi siempre y uno de ellos nunca lo hace y, por último, en relación con el infante conoce y cumple el horario de alimentación, todos lo conocen lo que sugiere que se tiene una rutina establecida y se es capaz de seguir consistentemente.

Figura 3

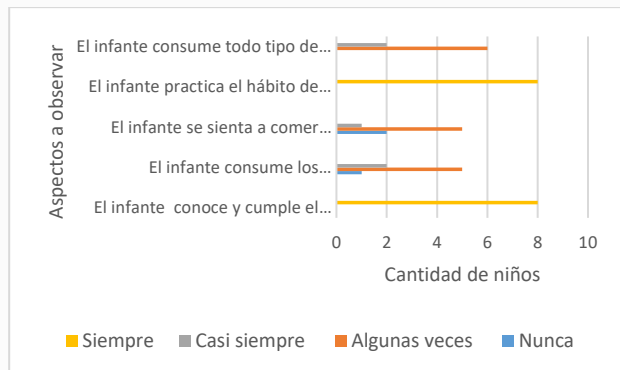
Observación inicial en el aula sobre la autonomía en la alimentación



En la Figura 4, se presentan los datos obtenidos tras la aplicación de las actividades de aula diseñadas con el objetivo de determinar si hubo una mejora significativa en los aspectos observados previamente en relación con la autonomía en la alimentación. De acuerdo con la información presentada, se destaca que todos los niños siguen mostrando una consistencia en el hábito de lavado de manos y el reconocimiento del horario de la alimentación. En los demás aspectos hubo una variación: en el caso del ítem el infante consume todo tipo de alimentos se observó un cambio positivo para dos niños que ahora lo hacen casi siempre. Sobre la postura correcta al sentarse al comedor, la mayoría (5) lo hacen algunas veces, además, dos continuaron no haciéndolo y uno casi siempre, lo que evidencia que sí hubo un cambio positivo en esta área. Por último, en el ítem, si el infante consume los alimentos solo, se vio un retroceso puesto que inicialmente la mayoría lo hacían casi siempre y esta vez disminuyó a algunas veces, solo dos de ellos continuaron haciéndolo casi siempre y el otro niño nunca lo hizo durante el proceso de investigación.

Figura 4

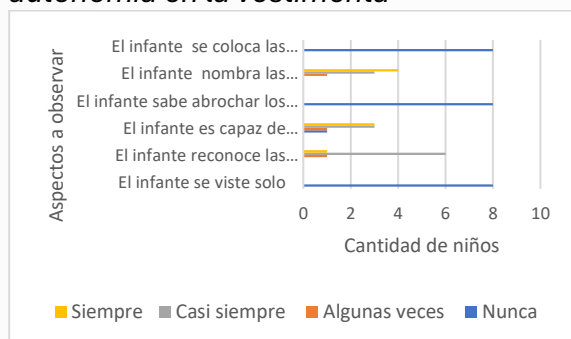
Aplicación de actividades sobre la autonomía en la alimentación



La tercera categoría observada fue sobre la autonomía en la vestimenta, para ello se tuvieron en cuenta 6 aspectos como se refleja en la Figura 5. De acuerdo con la información presentada, se resaltan tres factores que los niños participantes nunca hacen, estos se refieren a colocarse las prendas al derecho, abrocharse las prendas y vestirse solos. En el ítem, el infante reconoce las prendas de vestir que son de su propiedad, la mayoría (6) casi siempre lo hace y los otros dos niños siempre y algunas veces respectivamente. En relación con que, si el infante nombra las prendas de vestir por su nombre, la mitad siempre lo hace y los demás casi siempre o algunas veces. Por último, si el infante es capaz de quitarse la ropa solo, varía entre siempre y casi siempre y dos niños entre algunas veces y nunca.

Figura 5

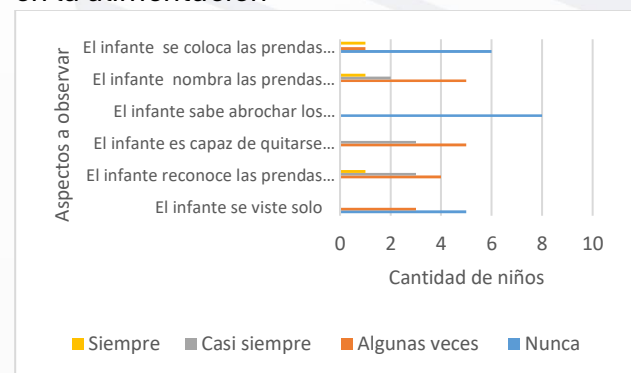
Observación inicial en el aula sobre la autonomía en la vestimenta



Tras la aplicación de las actividades educativas diseñadas (ver Figura 6), en relación con la autonomía en la vestimenta, se evidenciaron mínimos cambios positivos en dos aspectos que inicialmente los niños participantes nunca hacían, primero se destaca el ítem el infante se coloca las prendas al derecho, para el cual pocos alcanzaron el siempre y algunas veces. Sin embargo, la mayoría (6) nunca lo hizo. En cuanto al ítem el infante se viste solo, la mayoría (5) nunca lo hace, pero se evidencia un cambio en tres niños que si lo hacen algunas veces. No se encontró mejoría en que el infante se abroche los botones. En el ítem, el infante reconoce las prendas de vestir que son de su propiedad, disminuyó el avance que se tenía, por cuanto 4 de ellos lo hacen algunas veces a diferencia de la etapa de observación que la mayoría (6) casi siempre lo hacían. En relación con el infante nombra las prendas de vestir, también se dio un retroceso, puesto que ahora son 5 niños los que lo hacen algunas veces a diferencia de la etapa de observación que la mitad lo hacía siempre. Por último, para el ítem el infante es capaz de quitarse la ropa solo, la mayoría (5) lo hace algunas veces y los demás casi siempre.

Figura 6

Aplicación de actividades sobre la autonomía en la alimentación

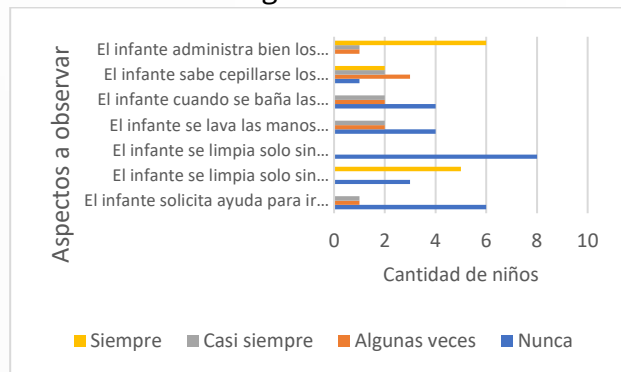


Institución educativa B

De la Figura 7 se puede concluir que la mayoría de los niños (6) hacen una buena administración de los útiles de aseo, además, otra actividad que en su mayoría (5) hacen de manera autónoma, es limpiarse solos al orinar y en una gran cantidad del grupo (6) no solicitan ayuda para ir al baño. Un área para reforzar está relacionada con el ítem el infante se limpia solo sin ayuda de un adulto al defecar ya que todos los niños aún requieren ayuda. Los demás aspectos observados presentan resultados variados, para el ítem el infante sabe cepillarse los dientes sin ayuda de un adulto, menos de la mitad (3) lo hacen algunas veces. En cuanto a los ítems el infante cuando se baña las manos se seca solo con la toalla y el infante se lava las manos después de ir al baño, la mitad de ellos (4) nunca lo hacen, solo dos siempre y el restante casi siempre.

Figura 7

Observación inicial en el aula sobre la autonomía en la higiene

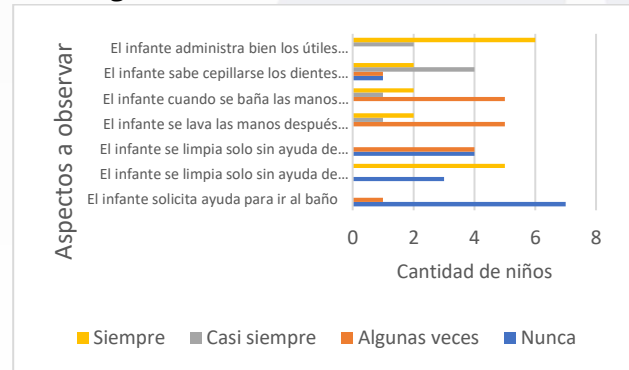


En cuanto al área que se buscaba reforzar sobre la limpieza de los niños al defecar de manera autónoma se evidencia un mínimo cambio después de la aplicación de las actividades de aula, puesto que se logró que de los ocho niños la mitad hiciera su limpieza algunas veces. De igual manera, los ítems observados inicialmente con mayor autonomía siguen siendo el administrar bien

los útiles de aseo y la limpieza después de orinar. En los demás aspectos se resalta un progreso frente al desarrollo de las actividades en mayor parte a algunas veces, seguido de una frecuencia de siempre y casi siempre.

Figura 8

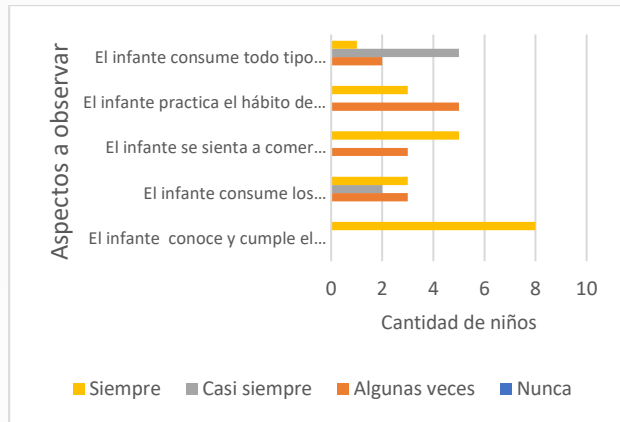
Aplicación de actividades sobre la autonomía en la higiene



En relación con la autonomía en la alimentación Figura 9, la observación inicial arroja resultados positivos, en su mayoría se evidencia que los niños realizan las actividades siempre o casi siempre, seguido de algunas veces. En conformidad con lo anterior, se muestra que todos los niños conocen y cumplen con el horario de alimentación; igualmente, la mayoría (5) adoptan una postura correcta al sentarse a comer. Además, se aprecian áreas para fortalecer la práctica del lavado de manos antes y después de consumir los alimentos y comer sin la ayuda de un adulto. En cuanto al ítem el infante consume todo tipo de alimentos, la mayoría (5) lo hacen casi siempre, dos algunas veces y solo uno siempre, aunque no está mal, se espera seguir fortaleciendo este aspecto.

Figura 9

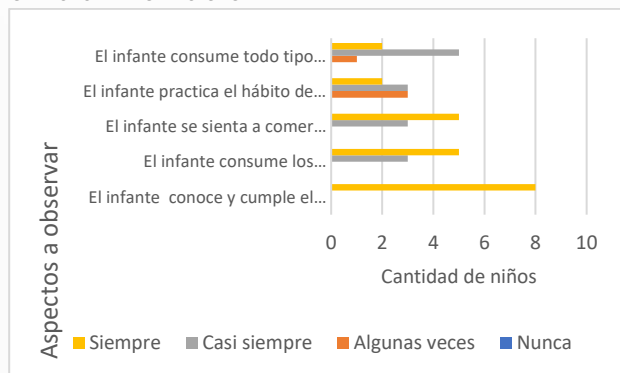
Observación inicial en el aula sobre la autonomía en la alimentación



Al desarrollar las actividades para fortalecer la autonomía en la alimentación, los resultados destacan que hubo cambios significativos en las áreas que se requerían. En cuanto a los ítems, el infante adopta una postura correcta al sentarse a comer y el infante conoce y cumple el horario de alimentación, se mantuvieron iguales arrojando la misma cantidad de niños que inicialmente lo hacían, en la mayoría de los aspectos se logró que los niños lo hicieran siempre o casi siempre y solo en dos ítems quedó en un rango de algunas veces como: Consumo de todo tipo de alimentos y el lavado de manos, aun así, el cambio fue muy positivo.

Figura 10

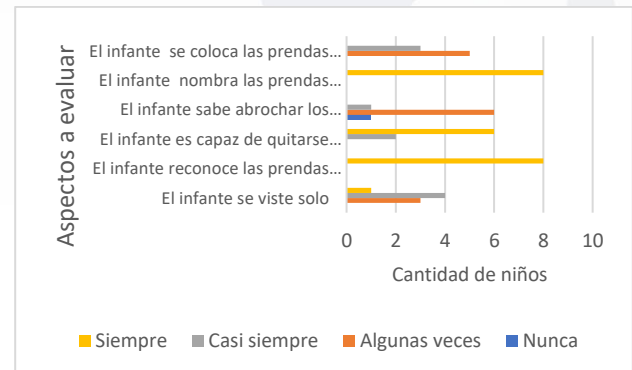
Aplicación de actividades sobre la autonomía en la alimentación



De acuerdo con la observación inicial en los aspectos relacionados con la autonomía en la vestimenta se aprecia que varias de las actividades son desarrolladas por los niños de manera autónoma; entre ellas: reconocer las prendas de vestir que son de su propiedad, nombrar las prendas de vestir y una gran mayoría (6) logran siempre quitarse la ropa sin ayuda. Las áreas por fortalecer para el logro de una mayor autonomía son: abrochar los botones de las prendas, colocarse la ropa al derecho y vestirse solo.

Figura 11

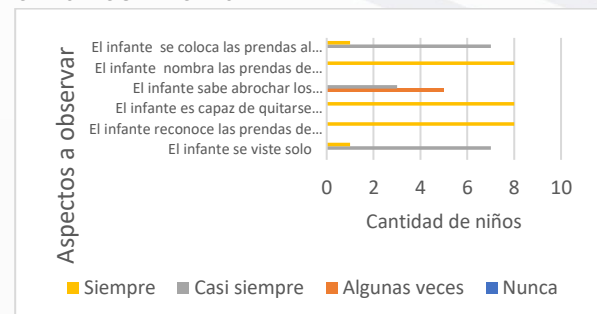
Observación inicial en el aula sobre la autonomía en la vestimenta



A través de la aplicación de las actividades, se evidencian logros significativos en el proceso de generar autonomía en la vestimenta, en la mayoría de los ítems se obtuvo una valoración en rangos de siempre o casi siempre, solo en el ítem, abrochar los botones de las prendas quedó en un rango de algunas veces.

Figura 12

Aplicación de actividades sobre la autonomía en la vestimenta



Discusión

Como se evidenció en los resultados, las actividades desarrolladas en las dos instituciones sirvieron para fortalecer la autonomía en los aspectos de higiene, alimentación y vestimenta. En la etapa de observación las investigadoras identificaron que las niñas y niños no tienen una práctica de hábitos fortalecida desde el hogar. De acuerdo con la encuesta aplicada a los padres de familia, para el concepto de autonomía ellos mencionan que los niños logran hacer tareas de manera individual, no obstante, en el aula se demuestra que aún es necesario trabajar para obtener un nivel de autonomía satisfactorio en ellos. Al respecto, Quijije y Flores (2022) afirman:

La prisa es el mayor enemigo para fomentar la autonomía de los infantes, el adulto se desespera por tardar menos en las actividades, no se da tiempo de ayudar o enseñar, sucumbiendo de esta manera al facilismo y a la dependencia agravada de los niños (p. 199). Esto conlleva a que las docentes retomen actividades que ayuden a crear independencia y establecer acuerdos de corresponsabilidad con la familia para que los procesos continúen en el hogar.

En el contexto de estudio, se puede apreciar que la rutina para el indicador de autonomía en la higiene incluyó prácticas como la limpieza de manos y su respectivo secado, ayuda para ir al baño, limpieza después de hacer las necesidades fisiológicas y cepillado de dientes. La higiene corporal hace referencia al aseo del cuerpo, su importancia se fundamenta en mantener una buena salud evitando el contagio de infecciones y previniendo enfermedades del entorno (Solórzano, 2024). En esta investigación los resultados infieren que aún se debe afianzar las prácticas de limpieza después de ir al baño. Algunos estudios relacionados con el tema resaltan la

importancia, primero de guiar a los niños en el entrenamiento del uso del sanitario antes de los 18 meses, según la pediatra Garza (2020) “La decisión de los padres de iniciar el entrenamiento debe basarse en la madurez socioemocional y psicológica del niño” (p. 42). Después de ello, se inicia con el aprendizaje de limpiado, aunque no es una tarea sencilla, requiere tiempo y paciencia por parte de los cuidadores, especialmente si aún están perfeccionando sus habilidades de coordinación, en este proceso se debe hacer hincapié en la importancia de obtener esa sensación de limpieza (Ortega, 2019). Por lo anterior, se infiere sobre la autonomía en la higiene, que las niñas y niños de las dos instituciones se encuentran en el rango de edad donde aún es normal depender de un adulto para su limpieza y posiblemente se irá evidenciando algún tipo de progreso con el tiempo y el hábito en este aspecto.

Con relación al indicador de autonomía en la alimentación esta incluyó prácticas como el reconocimiento del horario para consumir los alimentos, lavado de manos antes y después de comer, postura correcta al sentarse, consumo de todo tipo de alimentos e independencia al comer. En las dos instituciones los resultados evidenciaron muestras de autonomía en la mayoría de los aspectos observados, así mismo, se debe continuar con las rutinas en áreas como la correcta postura y el consumo de variados alimentos, puesto que en la investigación se identificó la negativa de gran parte de los niños en las dos instituciones por ingerir verduras en las comidas, razón por la cual es importante crear hábitos alimentarios desde las familias y tener en cuenta en los menús la pirámide alimenticia que representa la proporción que deben guardar los alimentos, la cantidad y la frecuencia de su consumo (Arboleda y Villa, 2006). Por consiguiente, el desarrollo de buenos hábitos no debe

basarse en mitos sobre alimentación sino en un conocimiento crítico y profesional en aras de brindar entornos saludables y conocimientos sobre alimentación sana.

Por último, el indicador de autonomía en vestimenta incluyó prácticas como el vestir y desvestir solo, colocarse las prendas al derecho, abrochar los botones de la ropa, reconocer las prendas de su propiedad y llamarlas por su nombre. A pesar de implementar actividades que incluyeron este tipo de ejercicios, al terminar el proceso de investigación aún se observan dificultades en áreas como abrochar los botones de la ropa y la postura al derecho de la misma. En la literatura se encuentran guías en las cuales se mencionan las actividades que los niños pueden realizar categorizadas por edades, en cuanto a la vestimenta se estima que sobre los 8 o 9 años de edad el niño ya ha adquirido una serie de habilidades que le permite alcanzar un nivel de autonomía avanzado donde se incluye el vestido y desvestido, sacar la ropa del armario y la capacidad para seleccionar ropa adecuada para la ocasión, pero es importante darle el espacio a los niños de hacerlo solo desde muy pequeños para no retrasar la adquisición de estas habilidades (Santamaría, 2022).

Finalmente, en el marco de las actividades realizadas y el registro de todo lo observado se apreció una gran motivación por parte de los infantes durante la realización de todas las tareas propuestas, manifestando interés por desarrollarlas ellos mismos, pero con la contrariedad, que al transcurrir los días esta motivación se redujo puesto que los niños no realizaban las actividades si la docente no les solicitaba su cumplimiento. Al igual, algunos niños manifestaron que sus padres no les permitían realizar rutinas sencillas por sí solos, lo cual lleva a concluir a las investigadoras que el trabajo debe ser articulado entre la familia y la escuela, en

procura del desarrollo de la autonomía en los menores.

Conclusiones

A través de la caracterización de la autonomía en las rutinas diarias de las niñas y niños de educación inicial, se identifica que algunos menores dependen en gran medida de sus padres o docentes para el desarrollo de actividades relacionadas con las áreas de higiene, alimentación y vestimenta.

Tras las intervenciones educativas, se observa un resultado parcialmente positivo en la autonomía de los niños, las falencias en los logros esperados se explican debido al corto tiempo de la implementación de las actividades. Asimismo, algunos niños manifiestan que sus padres no les permiten realizar rutinas sencillas por sí solos, siendo este un factor fundamental para el desarrollo de la autonomía, por lo que se insiste en el trabajo articulado entre la familia y la escuela.

El análisis de los resultados obtenidos, en el marco de las estrategias, mostró que sí es posible incentivar la autonomía de los niños en actividades cotidianas a través de una rutina clara y constante, las observaciones y la investigación sugieren que hay ciertas tareas que aún requieren un apoyo continuo por la edad en la que se encuentran los menores, sin embargo, el apoyo de la familia es fundamental para que se adquieran las habilidades en esta edad temprana.

Referencias

- Arboleda, L. y Villa, P. (2016). Preferencias alimentarias en los hogares de la ciudad de Medellín, Colombia. *Saúde e Sociedade*, 25(3), 750-759.
<https://doi.org/10.1590/S0104-12902016149242>
- Garza, R. (2020). Control de esfínteres. *Acta Pediatr Mex.* 2020; 41(1):40-2.

- <http://dx.doi.org/10.18233/APM41No1pp40-421974>
- Hernández, S., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*, vol. 6. <https://pdfs.semanticscholar.org/1b69/d0d72548b5f4dc45a8544041752251bafb42>.
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2022). *Práctica 4, promover la construcción de normas y límites*. https://www.icbf.gov.co/system/files/procesos/pu9.mo13.pp_ficha_practica_4_promover_la_construccion_de_normas_y_limites_v1.pdf
- Jiménez, L. (2020). Impacto de la investigación cuantitativa en la actualidad. *Convergence Tech*, 4(1), 59–68. <https://doi.org/10.53592/convtech.v4i1V.35>
- Quijije, A. y Flores, A. (2022). Guía de actividades lúdicas que fomenten la autonomía en los niños de educación inicial II. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 26 (Extraordinario), 215–235. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v26iExtraordinario.1704>
- Macías, C. y Henríquez, M. (2023). Estrategia didáctica para el desarrollo de la autonomía en niños del nivel preescolar. *MQRInvestigar*, 7(2), 886-900. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.7.2.2023.886-900>
- Martínez, M. (2020). *Hábitos saludables en la vida diaria de los niños y niñas*. Editorial Inclusión. <https://acortar.link/DwX956>
- Molano, M., Valencia, A. y Apraez, M. (2021). Características e importancia de la metodología cualitativa en la investigación científica. *Revista Semillas del Saber*, 1(1), 18-27. <https://revistas.unicatolica.edu.co/revista/index.php/semillas/article/view/314>
- Mujica, A. (2023). Formación de hábitos en la primera infancia: Tiempos de pospandemia. *Revista Internacional de Investigación en Ciencias Sociales*, 19(2), 271-288. <http://doi.org/10.18004/riics.2023.diciembre.271>
- Ortega, L. (2019). El curioso método de una profesora para enseñar a los niños a limpiarse solos. *Bebés y Más*. <https://www.bebesymas.com/salud-infantil/curioso-metodo-profesora-para-ensenar-a-ninos-a-limpiarse-solos-como-ensenarles-casa-esta-importante-leccion>
- Sailema, A., Defaz, Y., Constante, M. y Cañizares, L. (2020). Niños autónomos e independientes en la educación inicial. *Rimarina. Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2), 21-27. <http://investigacion.utc.edu.ec/index.php/rimarina/article/view/554/723>
- Santamaría, M. (2022). Módulo VI. Desarrollo de la autonomía personal. Departamento de Ciencias de la Salud Universidad de Burgos. https://www2.ubu.es/earlycare_t/sites/www2.ubu.es.earlycare_t/files/imgs_ubu/resultados/es/Presentacion_Modulo_VI_2_R
- Salazar, L. (2020). Investigación cualitativa: Una respuesta a las investigaciones sociales educativas. *CIENCIAMATRIA*, 6(11), 101-110. <https://doi.org/10.35381/cm.v6i11.327>
- Solórzano, L. (2024). *El juego simbólico en la práctica de hábitos de higiene en el subnivel II*. [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato]. https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/40489/1/TRABAJO%20DE%20ITULACI%c3%93N_SOL%c3%93RZANO%20LIZBETH%203-signed-signed%201-signed