

**INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO SUDAMERICANO**



INSTITUTO TECNOLÓGICO  
**SUDAMERICANO**  
*¡Hacemos gente de talento!*

**TECNOLOGÍA SUPERIOR EN GASTRONOMÍA**

**LA GASTRONOMÍA COMO RECURSO DIDÁCTICO EN LA EDUCACIÓN AL  
CENTRO DIURNO DE DESARROLLO INTEGRAL PARA PERSONAS CON  
DISCAPACIDAD DEL MIES, LOJA 2023**

**INFORME DEL ANTEPROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA OBTENCION  
DEL TÍTULO DE TECNOLOGO EN LA CARRERA DE TECNOLOGIA SUPERIOR EN  
GASTRONOMÍA**

**AUTOR:**

**Byron Mauricio Lanche Jiménez**

**DIRECTOR:**

**Lic. René Andrés Jaramillo Gamboa**

**Loja, 2023**

**a) Certificación**

Loja, 10 de abril de 2023

**Ing. René Andrés Jaramillo Gamboa****DOCENTE TUTOR DE PROYECTO DE TITULACIÓN****CERTIFICA:**

Que el señor, Byron Mauricio Lanche Jiménez ha cumplido al 100% los requerimientos del proceso de proyecto de titulación denominado: **“LA GASTRONOMIA COMO RECURSO DIDACTICO EN LA EDUCACIÓN AL CENTRO DIURNO DE DESARROLLO INTEGRAL PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD DEL MIES, LOJA 2023”**, es cuanto puedo certificar en honor a la verdad.

Atentamente,



Ing. René Andrés Jaramillo Gamboa.

**DIRECTOR**

**b) Autoría**

Yo, Byron Mauricio Lanche Jiménez, con C.I 1104113632, en calidad de estudiante de la carrera de Gastronomía de Instituto Superior Tecnológico Sudamericano, como autor del proyecto: **“LA GASTRONOMIA COMO RECURSO DIDACTICO EN LA EDUCACIÓN AL CENTRO DIURNO DE DESARROLLO INTEGRAL PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD DEL MIES, LOJA 2023”**, dejo como punto claro el asumir que este proyecto es de autoría propia, en el cual no se ha realizado un contexto sin una citación adecuada al caso.



Byron Mauricio Lanche Jiménez

C.I 1104113632

### **c) Dedicatoria**

El presente trabajo investigativo lo dedico principalmente a Dios, por ser el inspirador y darme fuerza para continuar en este proceso de obtener uno de los anhelos más deseados.

A mi querida madre, quien con su amor, paciencia y esfuerzo me ha permitido llegar a cumplir hoy un sueño más, gracias por inculcar en mí el ejemplo de esfuerzo y valentía y de seguir adelante que con esfuerzo y paciencia se logran las metas, de no temer las adversidades porque Dios está conmigo siempre.

A mis hermanos quienes me motivaron a seguir adelante con cada uno de mis proyectos. A mi familia en general, porque me han brindado su apoyo incondicional y me han ido motivado por compartir conmigo buenos y malos momentos.

Para mi hija, que me ha motiva para seguir adelante. Ella es lo mejor que me ha pasado, y ha venido a este mundo para darme el último empujón para terminar el trabajo. Es sin duda mi referencia para el presente y para el futuro.

A los docentes quienes nos han enseñado y guiado profesionalmente en el transcurso de la carrera, con mucho respeto y agradecimiento de corazón, especialmente al Ing. René Jaramillo Gamboa por toda su colaboración y confianza brindada, durante este proyecto, a mis amigos, compañeros y todas aquellas personas que de una manera u otra han contribuido para el logro de mis objetivos.

***Byron Mauricio lanche Jiménez***

#### **d) Agradecimiento**

Mi agradecimiento muy especial para el Instituto Superior Tecnológico Sudamericano y a los docentes de la Carrera de Gastronomía, quienes con sus conocimientos y paciencia se convirtieron en la base fundamental en mi formación profesional.

Así también me es justo reconocer el esfuerzo y dedicación del Ing. René Andrés Jaramillo Gamboa por su guía, paciencia en el desarrollo de mi proyecto de investigación y por su enorme calidad de docencia.

A mi querida madre y hermanos, y a todas las personas que contribuyeron de alguna u otra forma para el desarrollo de mi proyecto de investigación.

Por otro lado, me es grato extender un cordial y especial agradecimiento al centro de desarrollo MIES quien me permitió toda la apertura necesaria para la elaboración del presente proyecto.

***Byron Mauricio lanche Jiménez***

**e) Acta de Cesión de Derechos de Proyecto de Investigación de Fin de Carrera**

Conste por el presente documento la Cesión de los Derechos de proyecto de investigación de fin de carrera, de conformidad con las siguientes cláusulas:

**PRIMERA.** - Por sus propios derechos; el Ing. René Jaramillo, en calidad de director del proyecto de investigación de fin de carrera; y Byron Mauricio Lanche Jiménez en calidad de autor del proyecto de investigación de fin de carrera; mayores de edad emiten la presente acta de cesión de derechos.

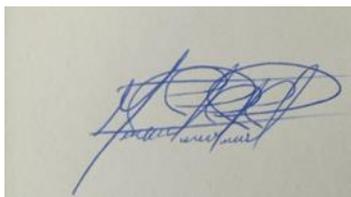
**SEGUNDA.** -Byron Mauricio Lanche Jiménez, realizo la Investigación: **“LA GASTRONOMIA COMO RECURSO DIDACTICO EN LA EDUCACIÓN AL CENTRO DIURNO DE DESARROLLO INTEGRAL PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD DEL MIES, LOJA 2023”**, para optar por el título de Tecnólogo en Gastronomía, en el Instituto Superior Tecnológico Sudamericano de Loja, bajo la dirección bajo la dirección del Lic. René Jaramillo.

**TERCERA.** - Es política del Instituto que los proyectos de investigación de fin de carrera se apliquen y materialicen en beneficio de la comunidad.

**CUARTA.** - Los comparecientes Lic. René Jaramillo, en calidad de Director del proyecto de investigación de fin de carrera y como autor, Byron Mauricio Lanche JIMENEZ , por medio del presente instrumento, tiene a bien ceder en forma gratuita sus derechos de proyecto de investigación de fin de carrera titulado: **“LA GASTRONOMIA COMO RECURSO DIDACTICO EN LA EDUCACIÓN AL CENTRO DIURNO DE DESARROLLO INTEGRAL PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD DEL MIES, LOJA 2023”**, y, conceden autorización para que el Instituto pueda utilizar esta investigación en su beneficio y/o de la comunidad, sin reserva alguna.

**QUINTA.** - Aceptación. - Las partes declaran que aceptan expresamente todo lo estipulado en la presente cesión de derechos.

Para constancia suscriben la presente cesión de derechos, en la ciudad de Loja, en el mes de abril del año 2023.



.....  
**DIRECTOR**

Ing. René Jaramillo

C.I.1104210867

.....  
**AUTOR**

Byron Mauricio Lanche Jiménez

C.I.1104113632

**f) Declaración Juramentada**

Loja, abril de 2023

**Nombre:** Byron Mauricio

**Apellidos:** Lanche Jiménez

**Cédula de Identidad:** 1104113632

**Carrera:** Gastronomía

**Semestre de ejecución del proceso de titulación:** Octubre – abril de 2023

Tema de proyecto de investigación de fin de carrera con fines de titulación: **“LA GASTRONOMIA COMO RECURSO DIDACTICO EN LA EDUCACIÓN AL CENTRO DIURNO DE DESARROLLO INTEGRAL PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD DEL MIES, LOJA 2023”**.

En calidad de estudiante del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano de la ciudad de Loja;

Declaro bajo juramento que:

1. Soy autor del trabajo intelectual y de investigación del proyecto de fin de carrera.
2. El trabajo de investigación de fin de carrera no ha sido plagiado ni total ni parcialmente, para la cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas.
3. El trabajo de investigación de fin de carrera presentada no atenta contra derechos de terceros.
4. El trabajo de investigación de fin de carrera no ha sido publicado ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.

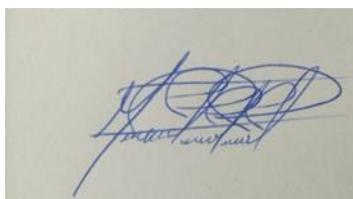
5. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falsificados, ni duplicados, ni copiados. Las imágenes, tablas, gráficas, fotografías y demás son de mi autoría; y en el caso contrario aparecen con las correspondientes citas o fuentes.

Por lo expuesto; mediante la presente asumo frente al INSTITUTO cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido del trabajo de investigación de fin de carrera.

En consecuencia, me hago responsable frente al INSTITUTO y frente a terceros, de cualquier daño que pudiera ocasionar al INSTITUTO o a terceros, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar causa en el trabajo de investigación de fin de carrera presentada, asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello.

Asimismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse para EL INSTITUTO en favor de terceros por motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraren causa en el contenido del trabajo de investigación de fin de carrera.

De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo de investigación haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente dispuesta por la LOES y sus respectivos reglamentos y del Instituto Tecnológico Superior Sudamericano de la ciudad de Loja.



.....

AUTOR

Byron Mauricio Lanche Jiménez

C.I. 1104113632

## 1. Índice de contenido

a) Certificación.....	II
b) Autoría.....	III
c) Dedicatoria .....	IV
d) Agradecimiento .....	V
e) Acta de Cesión de Derechos de Proyecto de Investigación de Fin de Carrera .....	VI
f) Declaración Juramentada .....	VIII
1. Índice de contenido .....	1
1.1 Índice de figuras .....	8
1.2 Índice de tablas .....	9
2. Resumen.....	11
3. Abstract .....	12
4. Problemática.....	13
5. Tema.....	16
6. Elección de la línea y sublínea de investigación .....	17
6.1 Línea de Investigación.....	17
6.2 Sublínea de Investigación.....	17
7. Justificación.....	18
8. Objetivos .....	20
8.1 Objetivo general .....	20
8.2 Objetivos específicos.....	20

9. Marco teórico .....	21
9.1 Marco institucional.....	21
9.1.1 Institución: Ministerio de Inclusión Económica y Social .....	21
9.1.2 Objetivos Estratégicos.....	22
9.1.3 Historia.....	23
9.2 Marco conceptual .....	26
9.2.1 Gastronomía.....	26
9.2.2 Historia de la Gastronomía.....	27
9.2.3 Gastronomía en la actualidad.....	27
9.2.4 Gastronomía Saludable.....	28
9.2.5 Que es la discapacidad.....	29
9.2.6 Personas con discapacidad.....	29
9.2.7 Tipos de discapacidades.....	30
9.2.8 Barreras de la discapacidad .....	30
9.2.9 Inclusión y autonomía de personas con discapacidad.....	32
9.2.10 Educación para personas con discapacidad .....	33
9.2.11 Recursos Didácticos.....	33
9.2.12 Gastronomía como recurso didáctico en la educación .....	33
9.2.13 Gastronomía como recurso didáctico para personas con discapacidad.....	34
10. Metodología.....	35
10.1 Métodos de investigación.....	35

10.1.1	<i>Método Fenomenológico</i> .....	35
10.1.2	<i>Método Hermenéutico</i> .....	35
10.1.3	<i>Método Práctico Proyectual</i> .....	36
10.2	Técnicas de investigación.....	37
10.2.1	<i>Observación</i> .....	37
10.2.2	<i>Encuesta</i> .....	37
10.2.3	<i>Entrevista</i> .....	38
10.2.4	<i>Tamaño de la muestra</i> .....	39
10.2.5	<i>Población o muestra</i> .....	40
11.	Análisis e interpretación de resultados .....	42
11.1	Análisis e interpretación de resultados de la encuesta .....	42
11.1.1	<i>Análisis Global de la encuesta</i> .....	60
11.2	Análisis e interpretación de resultados de las entrevistas .....	61
11.2.1	<i>Análisis global de las entrevistas</i> .....	65
12.	Propuesta de acción .....	66
12.1	Recopilación bibliográfica .....	66
12.1.1	<i>Gastronomía</i> .....	66
12.1.2	<i>Personas con discapacidad</i> .....	66
12.1.3	<i>Barreras de la discapacidad</i> .....	67
12.1.4	<i>Inclusión y autonomía de personas con discapacidad</i> .....	67
12.1.5	<i>Educación para personas con discapacidad</i> .....	68

12.1.6	<i>Gastronomía como recurso didáctico para personas con discapacidad.....</i>	68
12.2	Flujogramas de procesos .....	69
13.	Planificación .....	73
13.1	Elaboración de hamburguesas .....	73
13.1.1	<i>Tema.....</i>	73
13.1.2	<i>Objetivo General.....</i>	73
13.1.3	<i>Objetivos Específicos.....</i>	73
13.1.4	<i>Problemática.....</i>	73
13.1.5	<i>Marco Teórico .....</i>	74
13.1.6	<i>Cronograma.....</i>	77
13.1.7	<i>Recursos.....</i>	79
13.1.8	<i>Temporalización .....</i>	79
13.1.9	<i>Metodología.....</i>	79
13.1.10	<i>Conclusión.....</i>	80
13.1.11	<i>Recomendación .....</i>	80
13.2	Elaboración galletas de avena .....	81
13.2.1	<i>Tema.....</i>	81
13.2.2	<i>Objetivo General.....</i>	81
13.2.3	<i>Objetivos Específicos.....</i>	81
13.2.4	<i>Problemática.....</i>	81
13.2.5	<i>Marco Teórico .....</i>	82

13.2.6	<i>Cronograma</i> .....	85
13.2.7	<i>Recursos</i> .....	86
13.2.8	<i>Temporalización</i> .....	87
13.2.9	<i>Metodología</i> .....	87
13.2.10	<i>Conclusión</i> .....	87
13.2.11	<i>Recomendación</i> .....	88
13.3	Elaboración de cortes básicos de cocina .....	88
13.3.1	<i>Tema</i> .....	88
13.3.2	<i>Objetivo General</i> .....	88
13.3.3	<i>Objetivos Específicos</i> .....	88
13.3.4	<i>Problemática</i> .....	89
13.3.5	<i>Marco Teórico</i> .....	90
13.3.6	<i>Cronograma</i> .....	93
13.3.7	<i>Recursos</i> .....	94
13.3.8	<i>Temporalización</i> .....	94
13.3.9	<i>Metodología</i> .....	95
13.3.10	<i>Conclusión</i> .....	95
13.3.11	<i>Recomendación</i> .....	96
13.4	Elaboración de ensalada de frutas .....	96
13.4.1	<i>Tema</i> .....	96
13.4.2	<i>Objetivo General</i> .....	96

13.4.3	<i>Objetivos Específicos</i> .....	97
13.4.4	<i>Problemática</i> .....	97
13.4.5	<i>Marco Teórico</i> .....	98
13.4.6	<i>Cronograma</i> .....	101
13.4.7	<i>Recursos</i> .....	102
13.4.8	<i>Temporalización</i> .....	102
13.4.9	<i>Metodología</i> .....	102
13.4.10	<i>Conclusión</i> .....	103
13.4.11	<i>Recomendación</i> .....	104
13.5	<i>Elaboración de pizza</i> .....	104
13.5.1	<i>Tema</i> .....	104
13.5.2	<i>Objetivo General</i> .....	104
13.5.3	<i>Objetivos Específicos</i> .....	105
13.5.4	<i>Problemática</i> .....	105
13.5.5	<i>Marco Teórico</i> .....	106
13.5.6	<i>Cronograma</i> .....	108
13.5.7	<i>Recursos</i> .....	109
13.5.8	<i>Temporalización</i> .....	109
13.5.9	<i>Metodología</i> .....	110
13.5.10	<i>Conclusión</i> .....	110
13.5.11	<i>Recomendación</i> .....	111

14. Costos de fabricación.....	112
14.1 Tabla de evaluación hedónica .....	117
14.2 Presentar la guía .....	120
15. Conclusiones.....	121
16. Recomendaciones .....	122
17. Presupuesto .....	123
17.1 Gasto material de oficina.....	123
17.2 Gastos de producción .....	123
17.3 Gastos estipulados para la presente investigación.....	123
18. Cronograma .....	124
19. Referencias.....	125
20. Anexos .....	132

## 1.1 Índice de figuras

Figura 1. Institución del centro diurno MIES .....	21
Figura 2. Croquis de ubicación de la Institución, Centro Diurno de Desarrollo Integral Para Personas Con Discapacidad .....	25
Figura 3. Estructura Orgánica-Dirección Distrital-MIES LOJA .....	25
Figura 4. Elaboración de talleres de gastronomía a personas con discapacidad.....	70
Figura 5. Elaboración de Hamburguesas .....	80
Figura 6. Elaboración de Galletas .....	87
Figura 7. Elaboración de Cortes básicos de cocina.....	95
Figura 8. Elaboración de Pizza .....	103
Figura 9. Preparación de Ensalada de Frutas .....	110
Figura 10. Ficha de Costos-Hamburguesa .....	112
Figura 11. Ficha de Costos de Avena .....	113
Figura 12. Ficha de Cortes Básicos de Cocina .....	114
Figura 13. Ficha de Costos-Ensalada de Frutas .....	115
Figura 14. Ficha de Costos-Pizza.....	116
Figura 15. Evaluación a profesionales y educadores .....	118
Figura 16. Portada de la guía gastronómica.....	120

## 1.2 Índice de tablas

Tabla 1. Edad .....	42
Tabla 2. Sexo .....	43
Tabla 3. ¿Se debería implementar un manual didáctico de cocina a personas con discapacidad? .....	44
Tabla 4. ¿Cree usted que la gastronomía como recurso didáctico tendría un impacto en la sociedad?.....	45
Tabla 5. ¿Las personas con discapacidad deberían tener talleres para su habilidad motriz y autonomía?.....	47
Tabla 6. ¿Cómo califica la gastronomía como recurso didáctico en la educación de las personas con discapacidad? .....	48
Tabla 7. ¿La gastronomía como recurso didáctico promueve el trabajo en equipo?.....	49
Tabla 8. La gastronomía podría promover una alimentación sana en las personas con discapacidad? .....	51
Tabla 9. La gastronomía en la educación mejora la calidad de vida de las personas con discapacidad? .....	52
Tabla 10. ¿La gastronomía como recurso didáctico favorece el desarrollo integral de las personas con discapacidad? .....	54
Tabla 11. ¿La gastronomía como recurso sirve como medio para el desarrollo de innovaciones sociales? .....	55
<i>Tabla 12. ¿Considera que la gastronomía como recurso en la educación puede en un futuro ser incluidas las personas con discapacidad al mercado laboral? .....</i>	<i>56</i>
Tabla 13. ¿Existe barreras sociales para las personas con discapacidad en el área de la gastronomía? .....	58

Tabla 14. La gastronomía puede promover la inclusión social en las personas con discapacidad? .....	59
Tabla 15. Cronograma de actividades 1 .....	77
Tabla 16. Cronograma de actividades 2 .....	85
Tabla 17. Cronograma de actividades 3 .....	93
Tabla 18. Cronograma de actividades 4.....	101
Tabla 19. Cronograma de actividades 5.....	108
Tabla 20. Escala hedónica.....	117
Tabla 21. Costos y presupuestos .....	123
Tabla 22. Cronograma detallado de las actividades para el proyecto de titulación .....	124

## 2. Resumen

El presente trabajo se centra en descubrir las oportunidades que aporta la Gastronomía en la inclusión de las personas con discapacidad cuya técnica está basada en contar con recursos didácticos. A través del mismo se ha efectuado una propuesta en el Centro Diurno de Desarrollo Integral para Personas Con Discapacidad Mies-Loja, lugar en el cual se han desarrollado actividades relacionadas con la cocina para comprobar los aprendizajes que se pueden alcanzar gracias a ella.

Para el cumplimiento de esta investigación se aplicaron los siguientes métodos: El método fenomenológico facilitó la aplicación de técnicas de investigación en este caso se aplicaron entrevistas dirigidas al personal profesional del Mies-Loja, con el fin de realizar talleres de gastronomía como recurso didáctico en el proceso de atención a personas con discapacidad. Además, el método hermenéutico accedió a la indagación bibliográfica acerca del tema objeto de estudio con la finalidad de ofrecer talleres de calidad. Luego, el método práctico proyectual permitió ejecutar cinco talleres de gastronomía con enfoque didáctico que favoreció la autonomía de las personas con discapacidad, generando también oportunidades de inclusión.

Finalmente, se hace énfasis a las conclusiones establecidas, demostrando que el tema de investigación es factible, por la aceptación de talleres en Gastronomía con un enfoque didáctico a efectuar; así mismo se evidenció la buena acogida por parte del Centro de intervención, en donde se logró inculcar la Gastronomía como una estrategia para promover el desarrollo de destrezas, incrementar el funcionamiento individual y reforzar las relaciones sociales de las personas con discapacidad.

### 3. Abstract

The present study focuses on discovering the opportunities provided by gastronomy in the inclusion of people with disabilities, which technique is based on the use of didactic resources. Through this study, a proposal has been made at the Centro Diurno de Desarrollo Integral Para Personas Con Discapacidad Mies-Loja, a place where activities related to cooking have developed in order to verify the learning that can be achieved through this activity.

To accomplish this research, the following methods were applied: The phenomenological method facilitated the application of research techniques; in this case, interviews were conducted with the professional staff of Mies-Loja, to carry out gastronomy workshops as a didactic resource in the process of caring for people with disabilities. In addition, the hermeneutic method accesses the bibliographic research on the subject under study to offer quality workshops. Then, the practical project method allowed the execution of five gastronomic workshops with a didactic approach that favored the autonomy of people with disabilities, generating opportunities for inclusion.

Finally, an emphasis is placed on the established conclusions, demonstrating that the research topic is feasible due to the acceptance of gastronomy workshops with a didactic approach to be carried out; likewise, it was evidenced the excellent reception by the intervention center, where gastronomy was instilled as a strategy to promote the development of skills, increase individual functioning, and strengthen the social relationships of people with disabilities

#### 4. Problemática

Casi todo el mundo enfrenta privaciones y dificultades en algún momento. Aunque, para las personas con discapacidades las barreras resultan ser más frecuentes y tener un mayor impacto, puesto que en la sociedad la barrera más predominante es la actitud hacia las personas con discapacidad, porque tienen una limitada participación en el medio, una causa puede ser por los estereotipos pues se cree que su calidad de vida es mala o que no están sanos debido a sus deficiencias, entonces se crea una discriminación, por lo que carecen y en muchos de los casos no tienen oportunidades en cualquier ámbito que permita desenvolverse de acuerdo a sus capacidades (CDC, 2020). Pocas personas con discapacidad cuentan con poco conocimiento y con implementos necesarios para integrarse a un futuro al campo laboral, debido a que no hay suficientes lugares o centros educativos de acuerdo a su necesidad que brinden una formación o capacitación para promover la inclusión (Acosta, 2022).

En el Ecuador, el Consejo Nacional para la Igualdad de Discapacidades (CONADIS) reporta a que, aproximadamente 58699 personas con discapacidad, no están ejerciendo su derecho a estudiar y ser integrados en la sociedad, tal como lo garantiza la Constitución de la República en sus artículos 46 y 47 (Solano, 2020). Además los centros escolares, no brindan siempre una educación didáctica, siendo importante en la pedagogía porque permite llevar a cabo y con calidad la tarea docente, seleccionar y utilizar los materiales, actividades didácticas que facilitan el desarrollo de las competencias y los indicadores de logro, evita la rutina, posibilita la reflexión sobre las diferentes estrategias de aprendizaje (Malajovich, 2008). En el Ecuador si bien es cierto brindan servicios de educación especial con una base educativa y preparativa para una posible inclusión de los estudiantes con necesidades educativas especiales en ámbitos: educación, social y pre laboral, procurando el desarrollo integral, debería ser también el

escenario adecuado para promover recursos didácticos, y exista una verdadera inclusión del cual falta mucho por trabajar (Tomalá et al., 2018).

La cocina puede considerarse como un recurso didáctico, debido que una educación tradicional puede tornarse indiferente o rutinario en el alumno, y más aún en la persona con discapacidad, este tipo de actividad es un arte, es un placer del que podemos obtener múltiples beneficios: estimula la motricidad fina, es relajante, favorece las relaciones sociales, ejercita y abre la mente, hace que brote la creatividad, aleja los malos hábitos alimenticios (Johnson, 2018).

La Gastronomía promueve la vida independiente de personas con discapacidad además permite llevar una vida saludable, pues es conveniente que tanto las normas de higiene a la hora de manipular los alimentos como todo lo relacionado a su preparación se enseñe de forma simultánea, planteando la cuestión de la higiene no solo en términos de habilidades motrices, sino en relación a buenos hábitos higiénicos y de elaboración de alimentos (UNSTA, 2021).

De lo antes mencionado, el presente trabajo de investigación se ha considerado que a través de la gastronomía como recurso didáctico en la educación se pueden contar para inculcar en las personas con discapacidad correctos hábitos alimenticios e higiénicos, para ello aprender a cocinar es el primer paso para una gastronomía, cuyo reto es enfocarse en la elaboración de recetas económicas, y sencillas, a su vez despertar el interés al estudiante por la cocina de esta manera se desarrolla destrezas en ellos. Con este tema de gastronomía como recurso didáctico en la educación para personas con discapacidad puede llegar a conocer algunos resultados preliminares del desarrollo de una unidad didáctica, que aborda la comprensión de la alimentación como determinación de estrategias alimentarias que a su vez se desarrollen en lo sensorial en cualquier actividad que fomente el uso de los sentidos del olfato, el gusto, el tacto, el

sonido o la vista, que además permitirá en las personas con discapacidad mejorar la autonomía y relaciones sociales para lograr la inclusión social, y la oportunidad de insertarse al ámbito laboral (Díaz, 2020).

## **5. Tema**

La gastronomía como recurso didáctico en la educación a personas con discapacidad en el centro diurno MIES.

## **6. Elección de la línea y sublínea de investigación**

### **6.1 Línea de Investigación**

Formación, identidad cultural y transformación digital en la educación.

### **6.2 Sublínea de Investigación**

Metodologías de enseñanza (Didáctica), y multiculturalidad.

## 7. Justificación

La elaboración y desarrollo de la presente investigación permitirá la obtención del título de Tecnólogo en Gastronomía del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano – Loja., a su vez será una oportunidad en la que se pondrá a manifiesto los conocimientos adquiridos en el proceso de aprendizaje.

A través de la presente investigación, se ha evidenciado la importancia de contar con recursos didácticos en espacios de formación educativa donde se puede inculcar la Gastronomía o el arte de la cocina, siendo una estrategia para promover el desarrollo de destrezas, intereses, bienestar personal, incrementar el funcionamiento individual y reforzar las relaciones sociales.

De tal manera se puede inculcar la Gastronomía, como recurso didáctico a personas con discapacidad atendidas por el Ministerio de Inclusión Económica y Social, fomentando el amor a la cocina, la autonomía, la enseñanza sobre nutrición, preparación de alimentos sanos, y deliciosos. Además, se puede incentivar a los usuarios para que continúen preparándose para un futuro, y así tener mayores oportunidades de empleo y una mejor calidad de vida.

Es así que la presente Investigación propone la cocina como una nueva estrategia didáctica para que las personas con discapacidad participen en un sistema dinámico que sirva de estimulación cognitiva, emocional y social, puesto que la cocina desarrolla ciertas destrezas físicas, creativas y expresivas para poder usar su potencial completo. Indicando también un dato importante que se ha encontrado evidencias científicas sobre los beneficios de la involucración directa en la preparación de alimentos y de la educación en habilidades culinarias en niños, adolescentes y adultos, tales como: el incremento del conocimiento en temas alimentarios y nutricionales, el incremento del consumo de frutas y verduras, el incremento de la confianza a la hora de cocina, y la influencia positiva en las elecciones dietética (Ali y Arriaga, 2016).

A su vez esta investigación puede presentar la Gastronomía como una posible estrategia educativa, tanto a niños como adolescentes con y sin discapacidad, podrían tener la oportunidad de recibir una materia más en los centros educativos con similar aprendizaje, de una manera teórica, práctica, y dinámica adquiriendo habilidades para la vida como lo es cocinar y adopción de hábitos alimentarios saludables. Siendo además en un futuro una oportunidad de formación profesional y laboral, permitiendo sobre todo una inclusión a la persona con discapacidad en la sociedad.

## 8. Objetivos

### 8.1 Objetivo general

Implementar talleres de gastronomía como recurso didáctico en el proceso de atención a personas con discapacidad atendidas en el Ministerio de Inclusión Económica y Social para promover su autonomía e inclusión en la sociedad.

### 8.2 Objetivos específicos

- Elaborar una guía de actividades gastronómicas en base a productos alimenticios saludables y sencillos para la adquisición de múltiples beneficios en las personas con discapacidad.
- Realizar una revisión bibliográfica a través de la investigación en documentos electrónicos, artículos científicos y revistas indexadas para recopilar contenidos teóricos basados en el tema de estudio.
- Promover la participación, mediante clases interactivas, en donde las personas con discapacidad también tengan la oportunidad de hacer sus creaciones culinarias.
- Enseñar la elaboración de platos sencillos y saludables que permita el desarrollo de los sentidos sensoriales y la estimulación de la psicomotricidad tanto fina como gruesa
- Ejecutar actividades dinámicas y sencillas del arte culinario, de manera cada vez más autónoma, para elevar la autoconfianza y la seguridad.

## 9. Marco teórico

*Figura 1.*

*Institución del centro diurno MIES*



*Nota: imagen del logo de la institución*

### 9.1 Marco institucional

#### 9.1.1 Institución: *Ministerio de Inclusión Económica y Social*

##### 9.1.1.1 Misión

Definir y ejecutar políticas, estrategias, planes, programas, proyectos y servicios de calidad y con calidez, para la inclusión económica y social, con énfasis en los grupos de atención prioritaria y la población que se encuentra en situación de pobreza y vulnerabilidad, promoviendo el desarrollo y cuidado durante el ciclo de vida, la movilidad social ascendente y fortaleciendo a la economía popular y solidaria.

##### 9.1.1.2 Visión

Lograr la inclusión laboral y social de las personas con discapacidad que asisten a este centro diurno.

##### 9.1.1.3 Valores

Integridad: Proceder y actuar con coherencia entre lo que se piensa, se siente, se dice y se hace, cultivando la honestidad y el respeto a la verdad.

- **Transparencia:** Acción que permite que las personas y las organizaciones se comporten de forma clara, precisa y veraz, a fin de que la ciudadanía ejerza sus derechos y obligaciones, principalmente la contraloría social.
- **Calidez:** Formas de expresión y comportamiento de amabilidad, cordialidad, solidaridad y cortesía en la atención y el servicio hacia los demás, respetando sus diferencias y aceptando su diversidad.
- **Solidaridad:** Acto de interesarse y responder a las necesidades de los demás.
- **Colaboración:** Actitud de cooperación que permite juntar esfuerzos, conocimientos y experiencias para alcanzar los objetivos comunes.
- **Efectividad:** Lograr resultados con calidad a partir del cumplimiento eficiente y eficaz de los objetivos y metas propuesto en su ámbito laboral.
- **Respeto:** Reconocimiento y consideración a cada persona como ser único, con intereses y necesidades particulares.
- **Responsabilidad:** Cumplimiento de las tareas encomendadas de manera oportuna en el tiempo establecido, con empeño y afán, mediante la toma de decisiones de manera consciente, garantizando el bien común y sujetas a los procesos institucionales.
- **Liderazgo democrático:** Tomar decisiones después de fomentar la discusión grupal.

### **9.1.2 *Objetivos Estratégicos***

- Incrementar el acceso y calidad de los servicios de inclusión social con énfasis en los grupos de atención prioritaria y la población que se encuentra en pobreza o vulnerabilidad, para reducir las brechas existentes.

- Incrementar la promoción del desarrollo integral de la población que requiere de los servicios de inclusión social, durante el ciclo de vida, así como la corresponsabilidad de las familias y comunidad ligadas a la prestación de los servicios que brinda el MIES.
- Incrementar las intervenciones de prevención en el ámbito de la protección especial para la población susceptible de vulneración de derechos.
- Incrementar la inclusión económica de la población en situación de pobreza a través del fortalecimiento de la Economía Popular y Solidaria desde una perspectiva territorial, articulación de redes de actores de la EPS, e inserción en el cambio de la matriz productiva, como un mecanismo para la superación de desigualdades.
- Incrementar la movilidad ascendente de las personas y las familias en condiciones de vulnerabilidad y extrema pobreza a través de transferencias monetarias y el fortalecimiento de sus capacidades para concretar un proyecto de vida que les permita salir de su situación de pobreza
- Incrementar la eficacia institucional del MIES.
- Incrementar el uso eficiente del presupuesto del MIES.
- Incrementar el desarrollo del talento humano del MIES.

### **9.1.3 Historia**

El Centro Diurno de Desarrollo Integral para persona con discapacidad de la Ciudad de Loja, inicio sus actividades en el año de 1975 por iniciativa de padres de familia, amparados por la fundación “Daniel Álvarez Burneo”, debido a la gran demanda de niños y adolescentes vulnerables pasa a cargo del Ministerio de Bienestar Social.

En 1992 y de acuerdo a las competencias asignadas al Ministerio de Bienestar Social a través de la ley 180 sobre Discapacidades se reprograman sus objetivos y se transforma a la

Institución en Centro de Rehabilitación Integral de personas con discapacidad del Sur a través del Acuerdo Ministerial N° 2073 del 21 de abril de 1992, cuyos objetivos principales eran capacitar y formar laboralmente; sin embargo y en vista de que dicho programa correspondía al Ministerio del Trabajo se reprograman sus servicios al ámbito exclusivo de protección social por lo que mediante Acuerdo Ministerial N° 1480 del 07 de octubre de 1997 se asignan nuevas atribuciones y funciones transformándose en Centro de Protección para personas con discapacidad bajo el Acuerdo Ministerial N° 468 del 12 de mayo del 2000

En la actualidad La Dirección Distrital Loja del Ministerio de Inclusión Económica y Social, a través de la Atención Directa del Centro Diurno de Desarrollo Integral para Personas con Discapacidad, se encarga de potenciar las habilidades y capacidades de las personas con discapacidad Física, intelectual, y/o sensorial mediante un trabajo conjunto con las familias, Tiene una cobertura para 45 usuarios, entre 18 y 65 años de edad, el servicio se presta en jornadas de ocho horas diarias, durante los cinco días hábiles de la semana, año corrido.

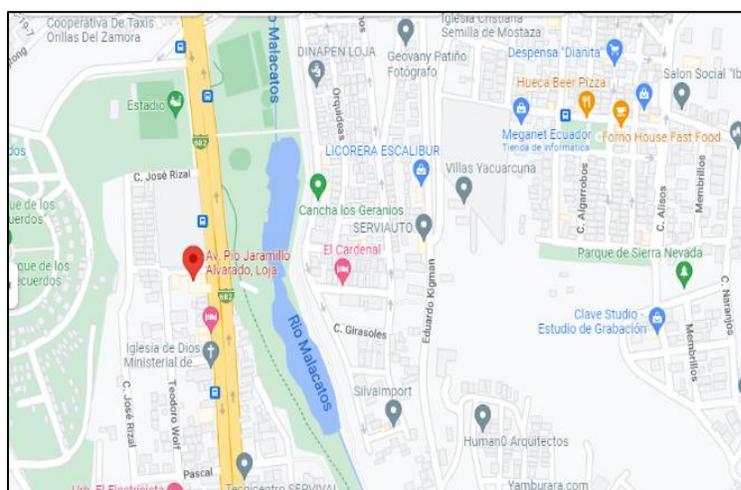
Como parte de la atención integral, las y los usuarios reciben terapias ocupacionales, talleres con diversas temáticas, bailoterapia y realizan actividades que buscan potenciar sus habilidades, sin dejar de lado la dotación de cuatro ingestas diarias, contemplando una adecuada nutrición.

Para el desarrollo de estas actividades en el Centro Diurno están destinadas tres salas de facilitación, así como un gimnasio, áreas de terapia ocupacional, música y de habilidades para la vida diaria. Asimismo, en el distrito Loja a través de 47 unidades de servicio se promueven mecanismos de participación y responsabilidad comunitaria para la integración e interacción social de más de 5 mil personas con discapacidad.

### 9.1.3.1 Croquis de ubicación de la institución

**Figura 2.**

*Croquis de ubicación de la Institución, Centro Diurno de Desarrollo Integral Para Personas Con Discapacidad*

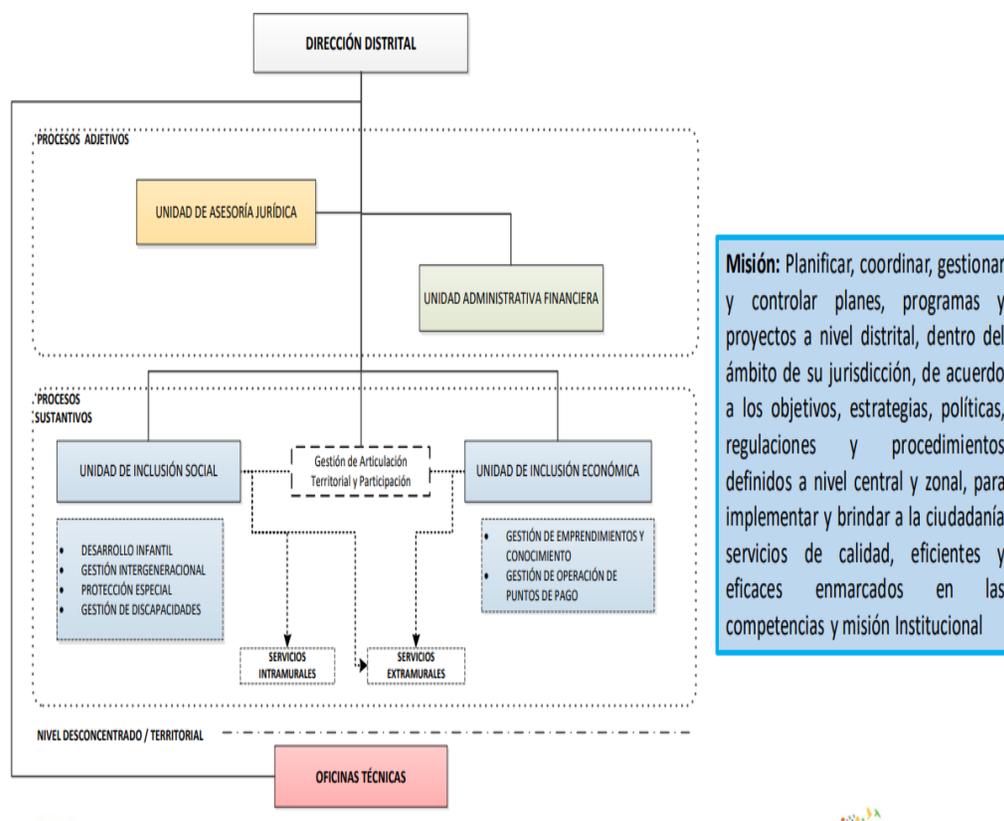


*Nota: la imagen indica la ubicación geográfica del centro diurno de Mies.*

### 9.1.3.2 Organigrama de la Institución

**Figura 3.**

Estructura Orgánica-Dirección Distrital-MIES.LOJA



Nota: la imagen indica el organigrama de la institución

## 9.2 Marco conceptual

### 9.2.1 Gastronomía

El origen etimológico del término gastronomía deriva de la lengua griega, concretamente de los vocablos “nomos” y “gastros”, que en castellano significan ley y estómago, respectivamente. La gastronomía es un arte que, no solo consiste en preparar platos o degustar comidas exquisitas, sino que hay que tener en cuenta una serie de conceptos teóricos y técnicas que dan lugar a una serie de recetas en las que se usan determinados ingredientes y en las que es muy importante destacar la forma de prepararlos (Rojas, 2022).

Se denomina gastronomía a la actividad que se encarga de la preparación de alimentos de modo tal que signifique un proceso cultural. En efecto, este tipo de proceso trasciende la

preparación de alimentos y la nutrición, intentado dar a cada plato un tinte de preparación que roce lo artístico (Economipedia, 2019).

La gastronomía es también una disciplina que estudia la relación del ser humano con su alimentación, el entorno natural del cual obtiene los recursos alimenticios y la manera en que los utiliza, así como los aspectos sociales y culturales que intervienen en la relación que cada sociedad establece con su gastronomía (Garzón, 2019).

### **9.2.2 Historia de la Gastronomía**

Referente a la historia de la gastronomía se remonta a la antigüedad clásica, cuando surgieron los primeros recetarios, en parte impulsados por la presencia en la Roma Imperial de alimentos provenientes de diversos rincones de África, Asia y Europa del norte (Raffino, 2020).

La historia de la gastronomía ofrece una visión multidisciplinaria de cómo el ser humano ha variado su manera de alimentarse desde la prehistoria hasta hoy. De ser una acción netamente de supervivencia, se ha llegado a una época en la que la gastronomía se ha convertido, para muchos, en un arte (Montaño, 2022).

### **9.2.3 Gastronomía en la actualidad**

Las tendencias actuales presentan varias características propias que las hacen muy distinguibles frente a otras épocas. Por una parte, ha aparecido un movimiento que propugna el regreso a una alimentación sana. La obesidad se ha convertido en un problema en las sociedades avanzadas y cada vez aparecen más productos que buscan el equilibrio alimentario (Montaño, 2022).

### 9.2.4 Gastronomía Saludable

Cuando se habla de gastronomía saludable, se hace referencia a la aplicación de métodos y técnicas (arte) en la preparación de los alimentos, con el propósito de conservar sus moléculas y valores nutricionales, además de asegurar el atractivo en términos de color, sabor, textura y apariencia (Caldera, 2019).

El mejor plato (elaborado de forma impecable a nivel nutricional y gastronómico) es el que tiene mejor aceptación; es decir, el que se consume por completo. Los factores relacionados con aspectos gastronómicos y sensoriales que pueden influir en la percepción que tienen las personas de la alimentación recibida son varios: la temperatura (3), el sabor, el olor, el color, la textura, la variedad, la presentación en la bandeja y el tamaño de la ración (Garriga et al., 2018).

La nueva cocina sana utiliza seguramente una variedad de alimentos más amplia que ninguna otra gastronomía, Para la nueva cocina saludable no existen rankings de alimentos. Ni por precio, ni por prestigio gastronómico, ni por cualquier otro criterio, El valor de un ingrediente se mide por su resultado nutritivo o sensorial (Nuñez, 2022).

La cocina es un gran espacio de experimentación sensorial, de aprendizaje significativo basado en la realidad, donde nada es impostado ni programado (Rejuega, 2018):

- Los utensilios y cacharros de cocina con su diversidad de materiales, texturas, formas y pesos.
- Los alimentos y especias con sus texturas, aromas, densidades, formas, colores.
- Un sin fin de sabores donde en natural pueden tener un sabor, pero variar al combinarse, al cocinarse.

### **9.2.5 Que es la discapacidad**

Para la OMS, la discapacidad es un término genérico que incluye déficit, limitaciones en la actividad y restricciones en la participación. indica los aspectos negativos de la interacción entre un individuo (con una condición de salud) y sus factores contextuales (factores ambientales y personales). La discapacidad no es sólo una condición de salud propia de la persona, sino el resultado de la interacción entre las limitaciones humanas y el medio en el que nos desenvolvemos (Madrid, 2021).

La discapacidad es un concepto que evoluciona y que resulta de la interacción entre las personas con deficiencias y las barreras debidas a la actitud y al entorno, que evitan su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás (Msp, 2022). En la actualidad, persisten aún multitud de tics históricos, culturales y de desconocimiento, que perpetúan las actitudes de sobreprotección, posicionan las políticas pasivas de empleo (subsidios) como la única opción económica para las personas con discapacidad y conducen a la inactividad y a la dependencia (Gil, 2018).

### **9.2.6 Personas con discapacidad**

Son aquellas personas que presentan deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales a largo plazo que, al interactuar con el entorno, encuentran diversas barreras, que pueden impedir su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con los demás ciudadanos (Msp, 2022).

La existencia de una discapacidad implica pues una dificultad u obstáculo para la participación del sujeto en la sociedad o en algún aspecto o dominio vital en comparación con las posibilidades que presentan aquellas personas sin la deficiencia en cuestión o incluso el propio sujeto en un momento anterior de su vida (Castillero, 2018).

### **9.2.7 Tipos de discapacidades**

No existe solo un tipo de discapacidad, sino que podemos encontrar diferentes clasificaciones en función del tipo de problema en que se presenten dificultades. Se puede establecer diferentes tipos de discapacidad (Castillero, 2018):

- **Discapacidad física:** limitación generada por la presencia de una problemática vinculada a una disminución o eliminación de capacidades motoras o físicas, como por ejemplo la pérdida física de una extremidad o de su funcionalidad habitual.
- **Discapacidad sensorial:** La discapacidad sensorial hace referencia a la existencia de limitaciones derivadas de la existencia de deficiencias en alguno de los sentidos que nos permiten percibir el medio sea externo o interno. Existen alteraciones en todos los sentidos, si bien las más conocidas son la discapacidad visual y la auditiva.
- **Discapacidad intelectual:** limitación del funcionamiento intelectual que dificulta la participación social o el desarrollo de la autonomía o de ámbitos como el académico o el laboral, poseyendo un CI inferior a 70, influyendo en diferentes habilidades cognitivas y en la participación social.
- **Discapacidad psíquica:** alteraciones de tipo conductual y del comportamiento adaptativo, generalmente derivadas del padecimiento de algún tipo de trastorno mental.

### **9.2.8 Barreras de la discapacidad**

Existen aún muchos factores ambientales que limitan la participación de las personas con discapacidad, a los que hay que hacerles frente. Entre estos se encuentran (Madera, 2019):

- Políticas y normas inadecuadas: el diseño de las políticas no siempre toma en cuenta las necesidades de las personas con discapacidad o, en ocasiones, las políticas y las normas existentes no se aplican.
- Actitudes negativas: las opiniones y los prejuicios constituyen obstáculos.
- Falta de prestación de servicios: las personas con discapacidad son especialmente vulnerables a las deficiencias en servicios.
- Financiamiento insuficiente: los recursos asignados a la ejecución de políticas y planes suelen ser insuficientes.
- Falta de accesibilidad: las construcciones (incluidos los espacios públicos), los sistemas de transporte y la información suelen ser inaccesibles.
- Falta de consultas y participación: en muchos casos, se excluye a las personas con discapacidad del proceso de adopción de decisiones sobre cuestiones que afectan directamente sus vidas.
- Falta de datos y pruebas: a menudo, la falta de datos rigurosos y comparables sobre discapacidad y pruebas acerca de programas con resultados satisfactorios impide comprender la situación y actuar en consecuencia.

Para García (2021) las formas de exclusión, comienzan con la educación: un 15% de los niños con discapacidad entre 6 y 12 años están fuera de la escuela. Muchos de los que asisten al salón de clases van a escuelas especializadas, segregadas del resto. Algunos se quedan en casa porque el estigma asociado a la discapacidad despierta el temor de los padres a que los discriminen o porque simplemente creen que no podrán aprender.

## **9.2.9 Inclusión y autonomía de personas con discapacidad**

### ***9.2.9.1 Autonomía***

La autonomía es un término que hace referencia a la capacidad de alguien, sea persona o grupo de ellas, para actuar por su cuenta y criterio, sin impedimentos por parte de otros. Ser autónomo es una noción ligada a la de gobernarse a sí mismo, el autogobierno, desde la persona misma hasta un país entero. Y tiene, por tanto, una estrecha relación con la libertad y la responsabilidad (Girondella, 2022).

### ***9.2.9.2 Inclusión***

La inclusión es el reconocimiento de que todas las personas tienen habilidades y potencialidades propias, distintas a las de los demás, por lo que las distintas necesidades exigen respuestas diversas o diferentes. Por ello la inclusión busca que se fomente y garantice también que toda persona sea “parte de” y que no permanezca “separado de”. Entonces la Inclusión, significa que los sistemas establecidos proveerán acceso y participación recíproca; y que el individuo con discapacidad y su familia tengan la posibilidad de participar en igualdad de condiciones (Incluyeme, 2018).

La inclusión de personas con discapacidad significa entender la relación entre la manera en que las personas funcionan y cómo participan en la sociedad, así como garantizar que todas tengan las mismas oportunidades de participar en todos los aspectos de la vida al máximo de sus capacidades y deseos (CDC, 2018).

Buscar y fomentar la independencia de las personas con discapacidad es una cuestión de derechos humanos. Del mismo modo, potenciar la autonomía de las personas con discapacidad es básico para mejorar su calidad de vida y aumentar su autoestima. Potenciar la autonomía de las personas con discapacidad no siempre es fácil, porque, aunque las personas de este colectivo

pueden conseguir cualquier cosa que se propongan, deben ser conscientes de que, para hacerlo, pueden necesitar la ayuda y el apoyo de terceros o invertir más esfuerzos y tiempo para lograr sus objetivos (Sunrise, 2020).

#### **9.2.10 Educación para personas con discapacidad**

“La Educación Especial es una modalidad de atención del sistema educativo de tipo transversal e interdisciplinario dirigida a estudiantes con necesidades educativas especiales asociadas la discapacidad no susceptible de inclusión” (Tomalá et al., 2018).

El Estado ecuatoriano ha impulsado el Modelo nacional de gestión y atención para estudiantes con necesidades educativas especiales asociadas a la discapacidad de las instituciones de educación especializadas. Algunos de los proyectos que propone el Modelo son: Programa Educando en Familia, Programa de Apoyo a la Inclusión (Programa de Apoyo a la Inclusión Educativa, Programa de Apoyo a la Inclusión Social y Programa de Apoyo a la Inclusión Pre laboral) y Programa de Transición hacia la Vida Adulta (Tomalá et al., 2018).

#### **9.2.11 Recursos Didácticos**

Los Recursos didácticos, son materiales o herramientas educativas que se encargan de facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje en el aula, tanto para el estudiante como para el docente, es decir se encargan de proporcionar información clara sobre un tema específico se tornan creativos, siendo un motor esencial de la motivación en clase y facilitar su entendimiento (Bohórquez, 2022).

#### **9.2.12 Gastronomía como recurso didáctico en la educación**

Es importante introducir, en todas las etapas educativas, actividades y contenidos que inculquen un enfoque sostenible de agricultura y alimentación, para el cual la gastronomía

saludable es una contribución fundamental, ofrecer herramientas que les permita a los educandos pensar más allá de los límites de las asignaturas, para ser conscientes de su comportamiento como consumidores, desde la elección hasta la preparación e incluso la eliminación de alimentos (Vives, 2021).

### **9.2.13 Gastronomía como recurso didáctico para personas con discapacidad**

Para Boloña (2021) la pedagogía inclusiva requiere un cambio en la cultura educativa dentro de las prácticas de enseñanza y apoyo. Implementar actividades en el arte culinario se quiere promover un cambio en la actitud del colectivo, y que las personas con algún tipo de discapacidad aprendan a relacionar su bienestar físico con el cuidado de su alimentación. Es así que, aprendiendo a desenvolverse en la cocina, las personas con discapacidad fomentan su autonomía personal y potencian habilidades que les permitan llevar una vida lo más independiente posible. En este sentido ayudamos a lograr que las personas con discapacidad puedan accedan a su “derecho a vivir de forma independiente”

## 10. Metodología

Para el desarrollo del presente proyecto de investigación se utilizó los siguientes métodos.

### 10.1 Métodos de investigación

#### 10.1.1 *Método Fenomenológico*

La fenomenología inicia como un intento por fundamentar la ciencia. Husserl, matemático y astrónomo, se dio cuenta de que en la ciencia que profesaba se encontraban ciertos vacíos que la misma ciencia no era capaz de resolver. Poco a poco, como él mismo lo confiesa, fue desplazando su interés desde los asuntos matemáticos, hacia los asuntos lógicos y epistemológicos. Para Husserl (2009), la única filosofía posible para abordar esta cuestión era la fenomenología (Carlos Aguirre-García et al., 2012).

La fenomenología se entiende, en términos generales, como el estudio del fenómeno. El fenómeno es “lo que se da a la luz”, “el aparecer” o “lo que se muestra”. En *Ser y tiempo*, Heidegger sostiene que el fenómeno, por su origen etimológico, debe comprenderse como “lo que se muestra en sí mismo” (Doris, 2019).

Mediante este método se analizará y se observará los resultados de factibilidad del proyecto a desarrollar, permitiendo recoger primeramente la información pertinente, para poder explicar dichos sucesos, dirigidas a profesionales del Mies para poder saber sus criterios y conocimientos sobre la importancia de gastronomía como recurso didáctico en la educación de las personas con discapacidad que asisten al centro de desarrollo Integral.

#### 10.1.2 *Método Hermenéutico*

La hermenéutica de F. Schleiermacher (1768-1834), máximo exponente de la hermenéutica, puede considerarse como el paradigma de toda una tradición, que se ha mantenido

viva hasta nuestros días, 3 y como la vía de acceso a una generalización filosófica del Verstehen y a la universalización de la hermenéutica como dimensión fundamental de la filosofía (Enrique y Guervós, 2005)

Se utilizará este método para simplificar información cuantitativa y cualitativa con el objeto de plasmar lo más relevante del trabajo, primeramente, permitirá investigar todos los conceptos e información del tema de trabajo, para ellos se observará fuentes bibliográficas que contribuirán a la obtención de información y comprensión sobre la gastronomía como recurso didáctico en la educación, para la aplicación correcta en las personas con discapacidad que asisten al centro diurno de desarrollo integral, Mies.

### **10.1.3 Método Práctico Proyectual**

El método proyectual consiste simplemente en una serie de operaciones necesarias, dispuestas en un orden lógico dictado por la experiencia. (Luis, 2011).

Las metodologías proyectuales surgidas durante la consolidación del diseño como disciplina ya no son válidas en el contexto actual, ahora vivimos en una sociedad mucho más compleja y los problemas que surgen de esta requieren de nuevos métodos de trabajo para resolverlos. Hoy en día es muy difícil plantear soluciones de diseño a problemas concretos. Las diferentes problemáticas sociales surgen de situaciones inciertas, tan inciertas y maleables como la sociedad en la que vivimos. Por lo tanto, nuestra mirada como diseñadores debe practicarse desde la lente del investigador, que se acerca a la sociedad para obtener datos y plantear posibles soluciones a problemas reales (Sánchez, 2015).

Su finalidad es realizar el estudio de manejo, determinar el presupuesto, conclusiones y recomendaciones del proyecto, de tal manera este metodo hace referencia a la finalización del

presente proyecto con el fin de elegir un adecuado taller de actividades de cocina como recurso didáctico, cuyo objetivo es que las personas con discapacidad del centro diurno puedan adquirir habilidades relacionadas a la preparación de alimentos, así como la elaboración de platos sencillos y saludables, para mejorar o aumentar la autonomía de las personas usuarias con discapacidad, generando también oportunidades de inclusión.

## **10.2 Técnicas de investigación**

### **10.2.1 Observación**

La observación es un procedimiento de recolección de datos e información que consiste en utilizar los sentidos para observar hechos y realidades sociales presentes y a la gente donde desarrolla normalmente sus actividades. Es el método por el cual se establece una relación concreta e intensiva entre el investigador y el hecho social o los actores sociales, de los que se obtienen datos que luego se sintetizan para desarrollar la investigación, además la observación es un procedimiento empírico por excelencia, el más primitivo y a la vez el más usado (Fabbri, s. f.).

Este tipo de técnica es necesaria para una adecuada evaluación y autoevaluación, entonces será el principal instrumento de evaluación global, formativa y continua de las capacidades de los usuarios con discapacidad, permitiendo planificar las actividades de cocina, de tal manera ser capaz de crear lazos de comunicación coordinados con los usuarios con discapacidad y profesionales.

### **10.2.2 Encuesta**

La encuesta como técnica de investigación permite la recolección de datos con carácter cuantitativo. De esta manera se pretende recopilar: opiniones, creencias. Sobre todo indagar en

temas múltiples acerca de la conducta, el consumo o cualquier otra actividad que realiza una persona o un grupo determinado (Casas et al., 2020).

La encuesta como técnica de investigación se caracteriza por utilizar una serie de procedimientos estandarizados, a partir de cuya aplicación se recogen, procesan y analizan un conjunto de datos de una muestra estimada como representativa de una población o universo mayor, al cual se extrapolarán los resultados que de ella se obtengan (Jorge Castro y Julio Fitipaldo, 2020).

Esta valiosa herramienta que corresponde a un conjunto de preguntas que permitirán obtener información a base de experiencias, opiniones acerca de la temática que se está tratando en la presente investigación, dichas informaciones nos pueden facilitar el personal profesional, incluso las personas con discapacidad, para conocer de sus gustos y preferencias partiendo de ahí también para ubicarse mejor para la planificación de los talleres gastronómicos.

### **10.2.3 Entrevista**

La entrevista es una técnica de gran utilidad en la investigación cualitativa para recabar datos; se define como una conversación que se propone un fin determinado distinto al simple hecho de conversar. Es un instrumento técnico que adopta la forma de un diálogo coloquial, es más eficaz que el cuestionario porque obtiene información más completa y profunda, además presenta la posibilidad de aclarar dudas durante el proceso, asegurando respuestas más útiles (Laura et al., 2013). En la mayoría de los casos, el entrevistador es el experto en la materia que pretende conocer las opiniones de los encuestados mediante una serie de preguntas y respuestas bien planificadas y ejecutadas (Consultores, 2021).

La presente técnica permitirá recolectar información pertinente y oportuna por parte de los profesionales o servidores públicos que laboran en el MIES, mismos que otorgarán de sus conocimientos empíricos y científicos también para el desarrollo del presente proyecto investigativo, de tal manera que aporta al proceso de autonomía e inclusión de las personas con discapacidad.

#### **10.2.4 *Tamaño de la muestra***

El tamaño de la muestra hace referencia a la proporción significativa que se extrae de la población y que cumple con los objetivos de la investigación, beneficiará al investigador en no gastar tanto por conocer los datos de la población y se calculará en función del presupuesto establecido y del tiempo (Méndez, 2020).

La técnica del muestreo que parte de dos principios fundamentales como son la ley de los grandes números y el teorema de límite central, debe controlar en principio los siguientes aspectos: Las unidades del sub-conjunto debe haber sido seleccionadas al azar, seguido de que deben tener una probabilidad conocida de ser seleccionadas, y a su vez debemos conocer el error probable con el cual se va a trabajar. Los muestreos probabilísticos representan los únicos a través de los cuales podemos extrapolar los resultados muestrales a la población, con niveles de confianza y margen de error conocidos (Jorge Castro y Julio Fitipaldo, 2020).

La población escogida es el centro diurno de desarrollo integral para personas con discapacidad del Mies, Loja. a la que asisten 45 usuarios, con diferentes tipos de discapacidad Física, intelectual, y/o sensorial. Son un grupo de entre 18 y 65 años de edad. Cuenta con un equipo multidisciplinario de profesionales del área social, pedagógica quienes atienden a las necesidades de desarrollo de habilidades de las personas con discapacidad, profesionales con formación técnica del equipo multidisciplinario en los enfoques de derechos, género,

interculturalidad, inclusión social y calidad de atención para las personas responsables de la atención de las/os usuarias/os con discapacidad, en el marco de la estrategia de gestión del servicio.

### 10.2.5 Población o muestra

La presente investigación pretende la gastronomía como recurso didáctico en la educación al centro diurno de desarrollo integral para personas con discapacidad del MIES, Loja 2022 donde se aplicarán encuestas y entrevistas a profesionales del área de trabajo social y psicología.

#### Muestra

Esta técnica es la que nos sirve para determinar un tamaño adecuado para un muestreo de la población a la cual nos dirigimos mientras menor el rango de porcentaje a utilizar mayor el muestreo el cual es recomendado 521 154 habitantes.

$$n = \frac{z^2 * p * N}{e^2(N-1) + z^2 * p}$$

$$n = \frac{(1,96)^2 * (0,50)^2 * 521.154}{(0,05)^2(521.154- 1) + (1,96)^2 *(0,50)^2}$$

$$n = \frac{3,8416 * 0,25 * 521.154}{0,0025(521.153) + 3,8416 * 0,25}$$

$$0,9604 * 521.154$$

$$n = \frac{\quad}{1302,88 + 0,9604}$$

$$500,516.3016$$

$$n = \frac{\quad}{1303,84}$$

$$n = 384$$

## 11. Análisis e interpretación de resultados

### 11.1 Análisis e interpretación de resultados de la encuesta

Los resultados promedios de las preguntas, de forma descriptiva se indican a continuación:

Ítems Generales

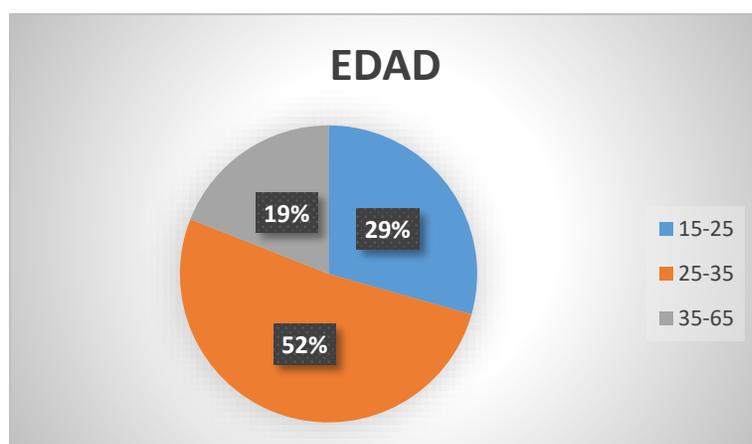
**Tabla 1**

<i>Edad</i>		
VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
15-25	113	29%
25-35	198	52%
35-65	73	19%
TOTAL	<b>384</b>	<b>100%</b>

*Nota:* En esta tabla se indican los resultados obtenidos en la encuesta.

Gráfico 1

*Edad*



*Nota:* Resultados obtenidos en la encuesta.

Las edades de las 384 personas encuestadas oscilan entre 15 hasta 25 años, con un 29%, personas de 25 hasta 35 años de un 52% y de 35 hasta 65 años con un 19%. Tanto en la tabla como la figura, se puede

apreciar que la mayoría de las personas encuestadas tienen entre 15 y 25 años, de tal manera se contó con su participación o colaboración para el llenado de la encuesta para la presente investigación.

**Tabla 2**

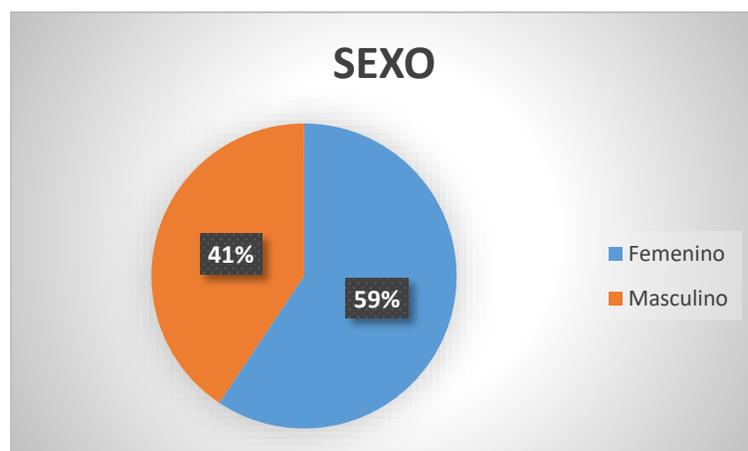
Sexo

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
<b>Femenino</b>	228	59%
<b>Masculino</b>	156	41%
<b>Otros</b>		%
<b>TOTAL</b>	<b>384</b>	<b>100%</b>

*Nota: En esta tabla se indican los resultados obtenidos en la encuesta.*

Gráfico 2

Sexo



*Nota: Resultados obtenidos en la encuesta.*

En el gráfico, se logra evidenciar que el estudio presentó un criterio de inclusión importante de resaltar, la muestra tuvo un total de 384 personas entre las cuales 228 fueron mujeres y 156 fueron hombres.

Ítems Específicos

## 1. ¿Considera usted que se debería implementar un manual didáctico de cocina a personas con discapacidad?

**Tabla 3.**

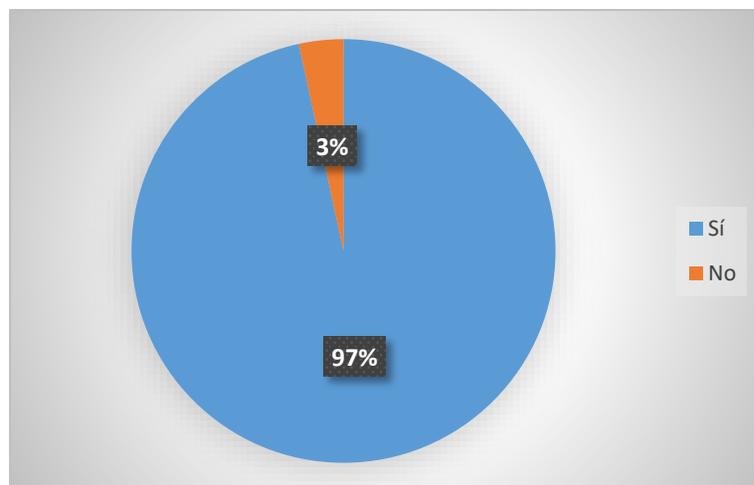
*¿Se debería implementar un manual didáctico de cocina a personas con discapacidad?*

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
<b>SÍ</b>	371	97
<b>NO</b>	13	3
<b>TOTAL</b>	<b>384</b>	<b>100%</b>

*Nota: En esta tabla se indican los resultados obtenidos en la encuesta.*

*Figura 3*

*Implementar un manual didáctico de cocina a personas con discapacidad*



*Nota: Resultados obtenidos en la encuesta.*

### **Análisis Cuantitativo**

De acuerdo con los resultados obtenidos del ítem, se pudo evidenciar que el 97% de las personas encuestadas, sí están de acuerdo en implementar un manual didáctico de cocina a personas con discapacidad, mientras que el 3% de los encuestados indicó que no consideran implementar dicho manual.

## Análisis Cualitativo

Teniendo en cuenta la cantidad de personas que están de acuerdo en la implementación de un manual didáctico de cocina para personas con discapacidad, que es casi en su totalidad de la muestra, se podría determinar la importancia de un recetario o manual de cocina adaptado a personas con discapacidad sea tipo intelectual, sensorial, de acorde a sus necesidades, puesto que será una herramienta didáctica, inclusiva que permitirá o dará la oportunidad de acceder a la rama de la gastronomía y su vez fomentará la autonomía de las personas con discapacidad en la cocina

### 2. ¿Cree usted que la gastronomía como recurso didáctico tendría un impacto en la sociedad?

**Tabla 4:**

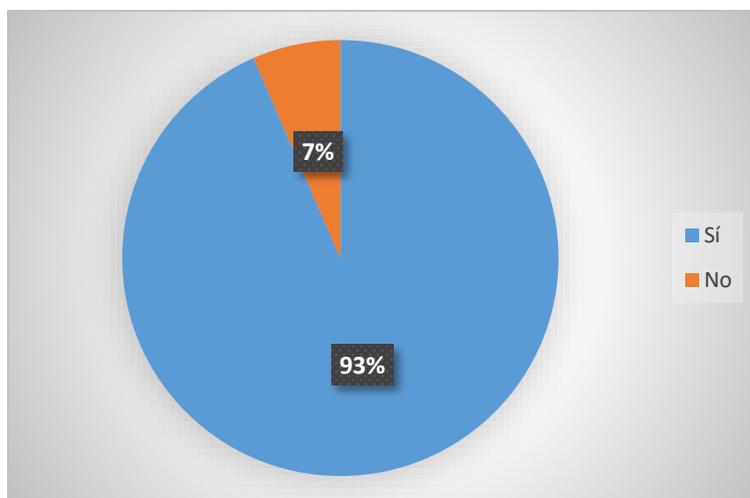
*¿Cree usted que la gastronomía como recurso didáctico tendría un impacto en la sociedad?*

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
<b>SÍ</b>	359	93
<b>NO</b>	25	7
<b>TOTAL</b>	<b>384</b>	<b>100%</b>

*Nota: En esta tabla se indican los resultados obtenidos en la encuesta.*

*Figura 2:*

*Cree usted que la gastronomía como recurso didáctico tendría un impacto en la sociedad.*



*Nota: Resultados obtenidos en la encuesta.*

### **Análisis Cuantitativo**

Mediante los resultados se indica que, del total de 384 personas encuestadas, 359 personas que corresponden al 93% consideran que la gastronomía como recurso didáctico tendría un impacto en la sociedad, en cambio 7 personas es decir un 25% piensan que no tendría un impacto en la sociedad.

### **Análisis Cualitativo**

Se puede apreciar en esta pregunta que la mayoría de personas encuestadas están de acuerdo que la gastronomía tendría un impacto en la sociedad, dado que como recurso didáctico en la educación de las personas con o sin discapacidad se van formando, aprendiendo a desenvolverse en la cocina, potenciando sus habilidades culinarias, mejorando sus relaciones sociales y fomentando su autonomía, sobre todo en las personas con discapacidad, pues la gastronomía permitirá en ellos estimular sus sentidos sensoriales, la motricidad tanto fina como gruesa, con la finalidad de que lleven una vida lo más independiente posible promoviendo de tal manera su inclusión social.

### 3 ¿Considera usted que las personas con discapacidad deberían tener talleres de cocina para mejorar su habilidad motriz y autonomía?

**Tabla 5:**

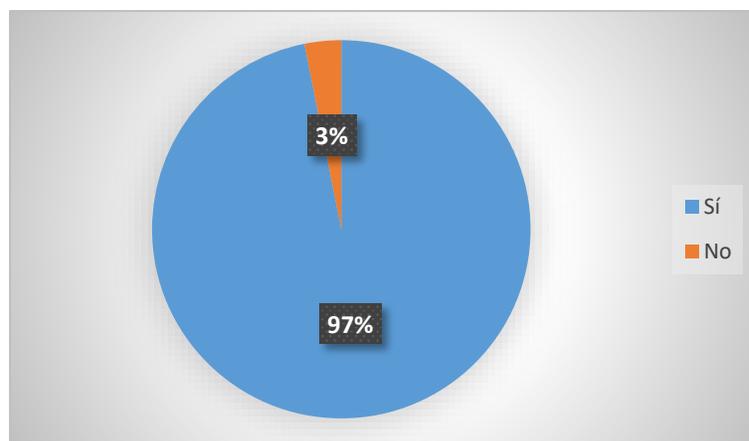
*¿Las personas con discapacidad deberían tener talleres para su habilidad motriz y autonomía?*

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
<b>SÍ</b>	372	97
<b>NO</b>	12	3
<b>TOTAL</b>	<b>384</b>	<b>100%</b>

*Nota: En esta tabla se indican los resultados obtenidos en la encuesta.*

*Grafico 5:*

*¿Las personas con discapacidad deberían tener talleres para su habilidad motriz y autonomía?*



*Nota: Resultados obtenidos en la encuesta*

### **Análisis Cuantitativo**

De acuerdo con los resultados obtenidos del ítem, se pudo evidenciar que el 97% de las personas encuestadas, indican que las personas con discapacidad deberían tener talleres de cocina para mejorar su nivel su habilidad motriz y autonomía, por su parte el 3% de los

encuestados, aunque sea mínimo, expresó que no mejorarían en las personas con discapacidad el nivel motriz y autonomía los talleres de cocina.

### **Análisis Cualitativo**

Con estos resultados se puede determinar que en su mayoría de las personas encuestadas consideran que la implementación de talleres de cocina para personas con discapacidad resulta positiva, de esta manera la implementación de gastronomía con enfoque didáctico mejorará sus habilidades motrices, sobre todo la motricidad fina en el movimiento de las manos, además desarrollará su creatividad, mejorará su concentración, memoria y creatividad, por tanto permitirá potenciar su autonomía, elevará su confianza y autoestima.

#### **4. ¿Cómo califica la gastronomía como recurso didáctico en la educación de las personas con discapacidad?**

##### **Tabla 6:**

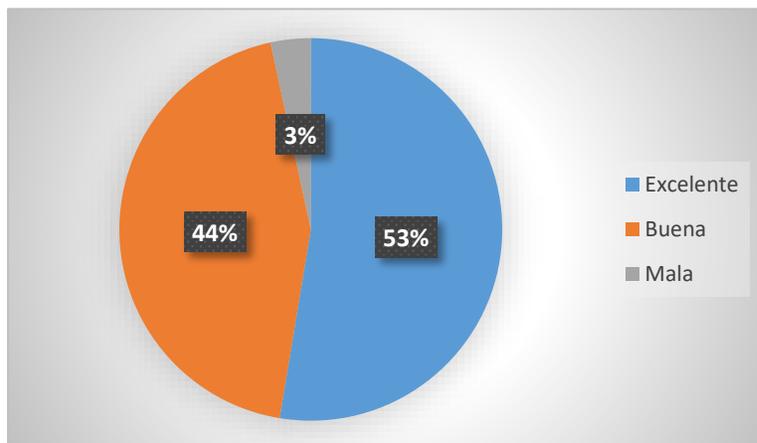
*¿Cómo califica la gastronomía como recurso didáctico en la educación de las personas con discapacidad?*

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
<b>Excelente</b>	202	53
<b>Buena</b>	169	44
<b>Mala</b>	13	3
<b>TOTAL</b>	<b>384</b>	<b>100%</b>

**Nota:** En esta tabla se indican los resultados obtenidos en la encuesta

##### **Grafico 6:**

*¿Cómo califica la gastronomía como recurso didáctico en la educación de las personas con discapacidad?*



*Nota: Resultados obtenidos en la encuesta*

### **Análisis Cuantitativo**

El 53% de las personas encuestadas, calificaron excelente la gastronomía como recurso didáctico en la educación de las personas con discapacidad. Mientras que el 44% de los encuestados manifiestan como buena, y un 3 % la califican como mala.

### **Análisis Cualitativo**

Con estos resultados se determina que el mayor porcentaje dan una buena aceptación a la gastronomía como recurso didáctico en la educación de las personas con discapacidad, de modo que la consideran favorable, dado que la Gastronomía se puede considerar una estrategia para promover el desarrollo de destrezas, incrementar el funcionamiento individual y reforzar las relaciones sociales de las personas con discapacidad, en concreto es una contribución fundamental para la autonomía e inclusión de la persona con discapacidad.

## **6. ¿La gastronomía como recurso didáctico promueve el trabajo en equipo?**

### **Tabla 7:**

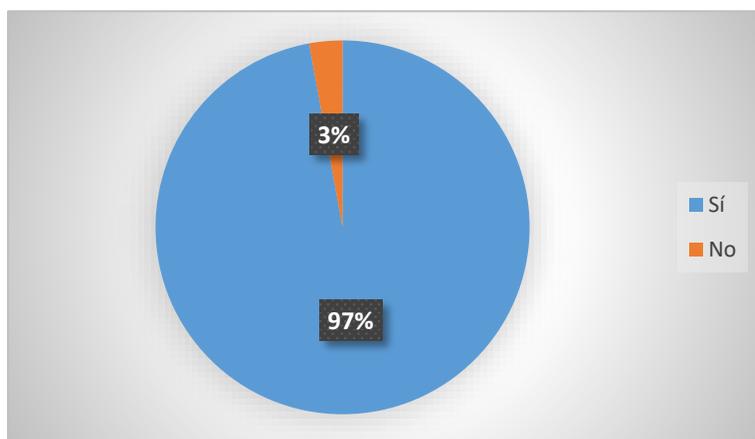
¿La gastronomía como recurso didáctico promueve el trabajo en equipo?

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
<b>SÍ</b>	373	97
<b>NO</b>	11	3
<b>TOTAL</b>	<b>384</b>	<b>100%</b>

**Nota:** En esta tabla se indican los resultados obtenidos en la encuesta.

*Grafico7.*

*La gastronomía como recurso didáctico promueve el trabajo en equipo*



*Nota:* Resultados obtenidos en la encuesta.

### **Análisis Cuantitativo**

Con un total de 384 personas encuestadas, 373 personas que competen a un 97% indican que la gastronomía como recurso didáctico sí promueve el trabajo en equipo, en cambio 11 personas es decir un 3% mencionan que la gastronomía como recurso didáctico no promueve el trabajo en equipo.

### **Análisis Cualitativo**

Con este alto porcentaje de los resultados obtenidos se puede evidenciar que la Gastronomía Como Recurso Didáctico además de promover el desarrollo de destrezas, intereses, de incrementar el funcionamiento individual, también refuerza las relaciones sociales, fomentando el trabajo en equipo. La Gastronomía es un espacio para aprender a cocinar, para

relacionarse mejor, compartir, interactuar, generar un clima de confianza, por ello mejora las relaciones interpersonales.

## 6. ¿Cree usted que la gastronomía como recurso didáctico podría promover una alimentación sana en las personas con discapacidad?

**Tabla 8:**

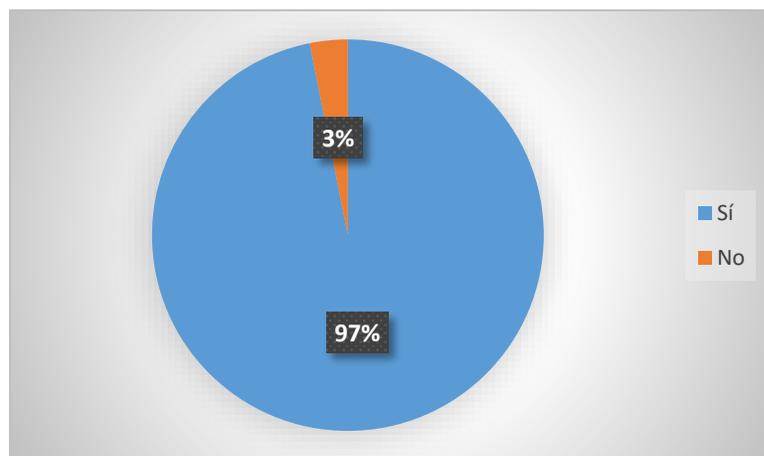
*¿La gastronomía podría promover una alimentación sana en las personas con discapacidad?*

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
<b>SÍ</b>	372	97
<b>NO</b>	12	3
<b>TOTAL</b>	<b>384</b>	<b>100%</b>

*Nota: En esta tabla se indican los resultados obtenidos en la encuesta.*

**Grafico 8.**

*La gastronomía podría promover una alimentación sana en las personas con discapacidad.*



*Nota: Resultados obtenidos en la encuesta.*

### **Análisis Cuantitativo**

Con un total de 384 personas encuestadas, 372 personas que competen a un 97% indican que la gastronomía como recurso didáctico sí promueve una alimentación sana en las personas

con discapacidad, en cambio 12 personas que competen a un 3% mencionan que la gastronomía como recurso didáctico no promueve una alimentación sana en las personas con discapacidad.

### **Análisis Cualitativo**

Con este alto nivel indicativo que se observa en la representación gráfica se comprueba que la gastronomía como recurso didáctico promueve una vida saludable, ya que impulsa hábitos saludables a la hora de cocinar. Se puede indicar que con la gastronomía se mejora la autonomía, se puede obtener el conocimiento y autodescubrimiento de sus capacidades y a su vez se puede enseñar la correcta higiene alimentaria en la cocina y establecer normas prácticas de aseo personal e higiene.

### **7. ¿Considera que la gastronomía como recurso didáctico en la educación mejora la calidad de vida de las personas con discapacidad?**

#### ***Tabla 9:***

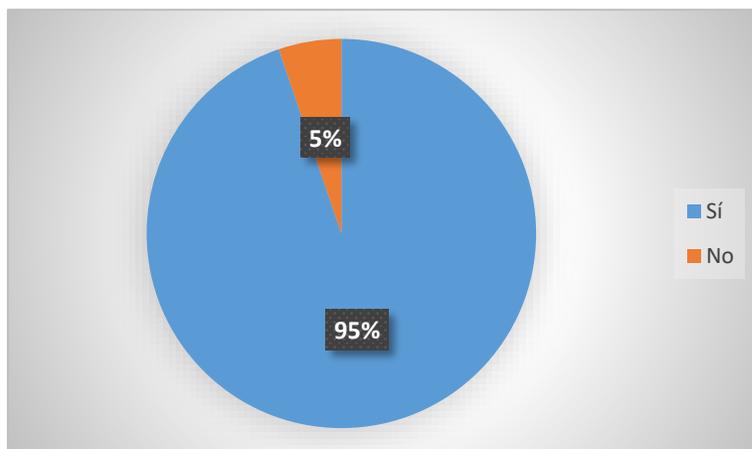
*¿La gastronomía en la educación mejora la calidad de vida de las personas con discapacidad?*

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
<b>SÍ</b>	364	95
<b>NO</b>	20	5
<b>TOTAL</b>	<b>384</b>	<b>100%</b>

**Nota:** En esta tabla se indican los resultados obtenidos en la encuesta

#### **Gráfico 9.**

La gastronomía en la educación mejora la calidad de vida de personas con discapacidad



*Nota: Resultados obtenidos en la encuesta.*

### **Análisis Cuantitativo**

Con un total de 384 personas encuestadas, 364 personas que competen a un 95% indican que la gastronomía como recurso didáctico en la educación mejora la calidad de vida de las personas con discapacidad, en cambio 20 personas que competen a un 5% mencionan que la gastronomía como recurso didáctico no mejora la calidad de vida de las personas con discapacidad.

### **Análisis Cualitativo**

Con este resultado se puede determinar que la gastronomía como recurso didáctico en la educación fomenta la vida independiente de las personas con discapacidad, ya que es una oportunidad para aprender a cocinar, a desarrollar habilidades y destrezas, puesto que se estimula la motricidad fina, así como su creatividad, la concentración, la atención, y el control de impulsos, además promueve el trabajo en equipo, aumenta su autoestima de tal forma mejora su calidad de vida.

**8. ¿La gastronomía como recurso didáctico favorece el desarrollo integral de las personas con discapacidad?**

**Tabla 10:**

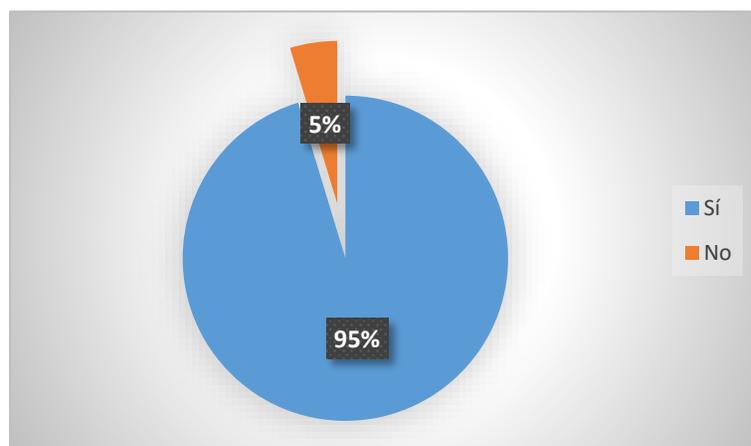
La gastronomía favorece el desarrollo integral de las personas con discapacidad.

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
<b>SÍ</b>	366	95
<b>NO</b>	18	5
<b>TOTAL</b>	<b>384</b>	<b>100%</b>

**Nota:** En esta tabla se indican los resultados obtenidos en la encuesta

*Grafico 10:*

*La gastronomía favorece el desarrollo integral de las personas con discapacidad.*



**Nota:** Resultados obtenidos en la encuesta.

### **Análisis Cuantitativo**

El 95% de las personas encuestadas, mencionan que la Gastronomía Como Recurso Didáctico favorece el desarrollo integral de las personas con discapacidad. Mientras que el 5% de los encuestados manifiestan que la gastronomía como recurso didáctico no favorece el desarrollo integral de las personas con discapacidad

### **Análisis Cualitativo**

En base a los resultados obtenidos se determina que la Gastronomía Como Recurso Didáctico en el área de la educación sirve como instrumento innovador en la formación inclusiva e integradora para las personas con discapacidad, dado que favorece sus destrezas,

habilidades, relaciones sociales, autonomía, autoestima, y por ende mejora su calidad de vida.

Así mismo permite prepararse adecuadamente para en un futuro integrar socialmente y laboralmente a la persona con discapacidad

### 9. ¿Piensa usted que la gastronomía como recurso didáctico sirve como medio para el desarrollo de innovaciones sociales en las personas con discapacidad?

**Tabla 11:**

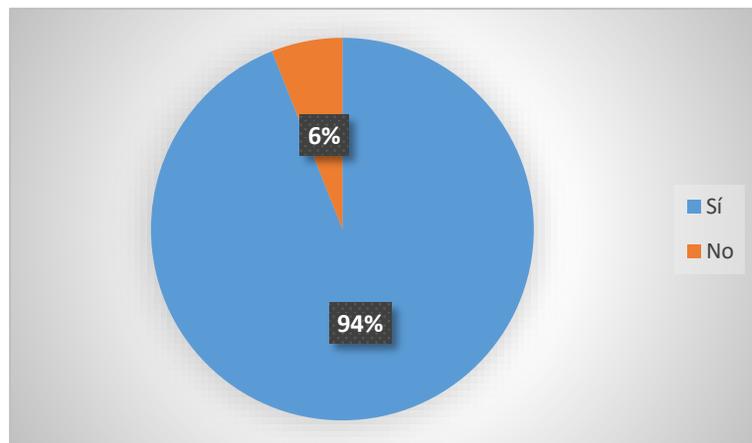
*¿La gastronomía como recurso sirve como medio para el desarrollo de innovaciones sociales en las personas con discapacidad?*

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
<b>SÍ</b>	361	94
<b>NO</b>	23	6
<b>TOTAL</b>	<b>384</b>	<b>100%</b>

*Nota: En esta tabla se indican los resultados obtenidos en la encuesta*

**Grafico11:**

*La gastronomía como recurso sirve como medio para el desarrollo de innovaciones sociales en las personas con discapacidad*



*Nota: Resultados obtenidos en la encuesta.*

### **Análisis Cuantitativo**

El 94% de las personas encuestadas, mencionan que la gastronomía como recurso didáctico sirve como medio para el desarrollo de innovaciones sociales en las personas con discapacidad. En cambio, el 6% de los encuestados manifiestan que la Gastronomía Como Recurso Didáctico no sirve como medio para el desarrollo de innovaciones sociales en las personas con discapacidad.

### **Análisis Cualitativo**

Se evidencia un alto porcentaje de encuestados que indicaron que la Gastronomía Como Recurso Didáctico sirve como medio para el desarrollo de innovaciones sociales en las personas con discapacidad, entonces se puede indicar que la Gastronomía fomenta la vida independiente de las personas con discapacidad, promueve una alimentación sana, favorece un entorno lúdico donde la interacción social juega un papel importante e impulsa la inclusión y participación social.

### **10. ¿Considera que la gastronomía como recurso didáctico en la educación puede en un futuro ser incluidas las personas con discapacidad al mercado laboral?**

#### **Tabla 12:**

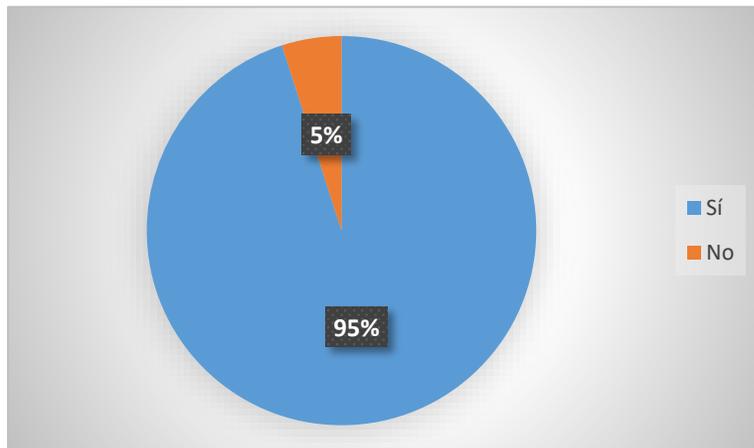
*¿Considera que la gastronomía como recurso didáctico en la educación puede en un futuro ser incluidas las personas con discapacidad al mercado laboral?*

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
<b>SÍ</b>	365	95
<b>NO</b>	19	5
<b>TOTAL</b>	<b>384</b>	<b>100%</b>

*Nota: En esta tabla se indican los resultados obtenidos en la encuesta*

#### **Grafico 12:**

*La gastronomía como recurso didáctico en la educación puede en un futuro ser incluidas las personas con discapacidad al mercado laboral.*



**Nota:** Resultados obtenidos en la encuesta.

### **Análisis Cuantitativo**

Con un total de 384 personas encuestadas, 365 personas que competen a un 95% indican que la gastronomía como recurso didáctico en la educación puede en un futuro ser incluidas las personas con discapacidad al mercado laboral, en cambio 19 personas que competen a un 5% mencionan que la gastronomía como recurso didáctico en un futuro no pueden ser incluidas las personas con discapacidad al mercado laboral.

### **Análisis Cualitativo**

Se evidencia un alto porcentaje de encuestados que indicaron que la gastronomía como recurso didáctico en la educación puede en un futuro ser incluidas las personas con discapacidad al mercado laboral, de tal manera se menciona que la gastronomía con un enfoque didáctico puede promover e incentivar a las personas con discapacidad a continuar preparándose, para que además a un futuro los convierte en entes independientes y productivos para una inclusión social y laboral.

## 11. ¿Cree que existen barreras sociales para las personas con discapacidad en el área de la gastronomía?

Tabla 13:

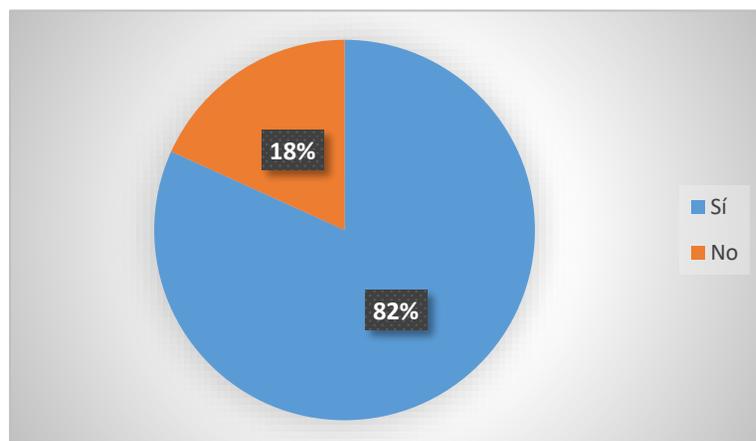
Existen barreras sociales para las personas con discapacidad en el área de la gastronomía.

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
SÍ	314	82
NO	70	18
TOTAL	<b>384</b>	<b>100%</b>

*Nota:* En esta tabla se indican los resultados obtenidos en la encuesta.

Grafico 13:

Existen barreras sociales para las personas con discapacidad en el área de la gastronomía.



*Nota:* Resultados obtenidos en la encuesta.

### Análisis Cuantitativo

El 82% de las personas encuestadas, mencionan existen barreras sociales para las personas con discapacidad en el área de la gastronomía. En cambio, el 18% de los encuestados manifiestan que no existen barreras sociales para las personas con discapacidad en el área de la gastronomía.

### Análisis Cualitativo

En base a los resultados obtenidos se determina que sí existen barreras sociales para las personas con discapacidad en el área de la gastronomía, entonces se indica que, por prejuicios y estereotipos, se excluyen y perjudican a la persona con discapacidad, y no se les brinda la oportunidad para que se desenvuelvan no solamente en el área de gastronomía, también en diversas áreas como sujetos de derecho que puedan desarrollar de la manera más autónoma e independiente posible todas sus potencialidades

## 12. ¿La gastronomía como recurso didáctico puede promover la inclusión social en las personas con discapacidad?

**Tabla 14:**

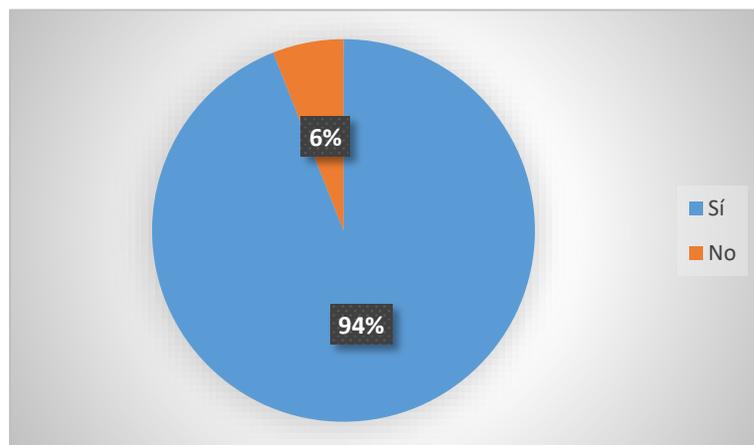
*¿La gastronomía puede promover la inclusión social en las personas con discapacidad?*

VARIABLE	FRECUENCIA	PORCENTAJE (%)
<b>SÍ</b>	361	94
<b>NO</b>	23	6
<b>TOTAL</b>	<b>384</b>	<b>100%</b>

*Nota: En esta tabla se indican los resultados obtenidos en la encuesta*

**Grafico 14:**

*La gastronomía puede promover la inclusión social en las personas con discapacidad.*



*Nota: Resultados obtenidos en la encuesta.*

## **Análisis Cuantitativo**

Con un total de 384 personas encuestadas, 361 personas que competen a un 94% indican que la gastronomía como recurso didáctico sí puede promover la inclusión social en las personas con discapacidad, mientras 23 personas que competen a un 6% mencionan que la gastronomía como recurso didáctico no puede promover la inclusión social en las personas con discapacidad.

### **Análisis Cualitativo**

Se evidencia un alto porcentaje de encuestados que indicaron que la gastronomía como recurso didáctico sí puede promover la inclusión social en las personas con discapacidad, en relación con estos resultados se puede determinar que la gastronomía como recurso didáctico es un espacio innovador que brinda formación y aprendizaje del arte culinario, crea grandes cambios significativos, en donde se promueve también las relaciones sociales, se trabaja en la autoestima, de tal manera brinda oportunidades inclusión laboral y por ende social.

#### **11.1.1 *Análisis Global de la encuesta***

Las encuestas, son de gran utilidad para medir y evaluar opiniones. Mediante esta herramienta permitió conocer datos valiosos, y a través de la participación de las personas en realizar la encuesta, con los resultado se determina la importancia de implementar la gastronomía como recurso didáctico en la educación de las personas con discapacidad, ya sea en el entorno educativo, en talleres, en manuales de cocina etc. donde establezcan escenarios y oportunidades para que la persona con discapacidad puede aprender, conocer, interactuar, promover habilidades, mejorar destrezas, fomentar una sana alimentación y trabajo en equipo, cuya finalidad es que puedan incrementar el funcionamiento individual, y mejorar su autonomía, impulsando de tal manera la integración a la sociedad de las personas con discapacidad.

Asimismo basándose en las respuestas de las encuestas aplicadas se menciona que las barreras sociales y actitudinales por ideas o pensamientos mal fundamentados han sido una

limitación en la participación e inclusión de la persona con discapacidad en diversos ámbitos, como el acceso al entorno laboral, por ello se considera oportuno la aplicación de los talleres de gastronomía como recurso didáctico en el proceso de atención a personas con discapacidad y tengan mayores oportunidades de inclusión en la sociedad. Este proyecto de investigación a su vez será un aporte, o iniciativa para que se promueva la gastronomía como método de enseñanza en la educación de las personas con discapacidad, una educación innovadora, dinámica, en la que le permita como sujeto de derecho desarrollar de manera autónoma e independiente posible todas sus potencialidades, mejorando su calidad de vida.

## **11.2 Análisis e interpretación de resultados de las entrevistas**

### **1. ¿Qué criterio tiene usted sobre la gastronomía como recurso didáctico en la educación de las personas con discapacidad?**

La gastronomía como recurso didáctico es fantástica, puesto que es un espacio que se transmite conocimientos del arte de la cocina, donde además se utilizan los órganos de los sentidos; gusto, olfato, permitiendo su estimulación, al igual que la psicomotricidad tanto fina como gruesa, en la que se mejora la concentración y coordinación. Además, la gastronomía con un enfoque didáctico promueve en las personas con discapacidad la participación y la creatividad, en concreto la gastronomía desarrolla muchas habilidades que determinan que las personas con discapacidad sean independientes y autónomas.

### **2 ¿Considera que las personas con discapacidad tienen barreras para la inclusión social?**

**(Mencione cuales considera cómo barreras en caso de ser afirmativa la respuesta)**

Las limitaciones que tiene una persona por algún tipo de discapacidad al encontrarse con las barreras en su entorno social impiden y obstaculiza la inclusión en la sociedad. Entonces se

considera que sí existen múltiples barreras que afectan la inclusión social de las personas con discapacidad, entre ellas están las barreras financieras, barreras de comunicación, falta de formación de profesionales, barreras físicas, considerando también el estigma y discriminación dentro de la sociedad originada por pensamientos preconcebidos acerca de la discapacidad o por falta de información efectiva limitando su participación y vulnerando sus derechos.

### **3 ¿Usted considera que la gastronomía como recurso didáctico en la educación puede ser una opción para romper barreras a la inclusión de la discapacidad?**

La gastronomía como recurso didáctico puede significar un programa de apoyo para las personas con discapacidad, puesto que es un espacio para aprender a cocinar, para relacionarse mejor, compartir, generar un clima de confianza, mejorar habilidades, destrezas que faciliten su desarrollo personal, a su vez ayuda a que las personas con discapacidad puedan mejorar su autonomía, permitiendo acceder a su derecho a vivir de forma independiente, con ello significa superar barreras, encaminando a potenciar al máximo el desarrollo educativo, laboral y social de las personas con discapacidad.

### **4 ¿De qué manera impacta la gastronomía como recurso didáctico en la inclusión social y productiva de la persona con discapacidad?**

La gastronomía permite conocer especialidades culinarias, siendo una manera muy efectiva de ayudar en las personas con discapacidad ampliar sus gustos gastronómicos, abriendo la posibilidad a la inclusión laboral, entonces el hecho de que pueda tener un trabajo dentro del ámbito de la gastronomía es el espacio en donde demuestre aquellas habilidades adquiridas en el transcurso de la enseñanza, además de ello puede tener más autonomía en cuanto a su alimentación. Las actividades de gastronomía también pueden conllevar en participar en

actividades sociales, utilizar recursos públicos como transporte y bibliotecas, desplazarse dentro de comunidades, recibir atención médica adecuada, relacionarse con otras personas y disfrutar.

**5. ¿Considera oportuno que el Centro Diurno de Personas Con Discapacidad se brinde talleres de gastronomía como recurso didáctico como parte de la educación y formación?**

Se considera que el Centro Diurno de Personas Con Discapacidad es el lugar oportuno para brindar talleres de gastronomía con un enfoque didáctico, dado que es una oportunidad que proporciona actividades, experiencias para que las personas con discapacidad puedan aprovechar para identificar propiedades, clasificar, establecer semejanzas y diferencias, resolver problemas, entre otras y, al mismo tiempo, sirve para que los docentes se interrelacionen de mejor manera con sus alumnos es muy importante que ellos pueden saber los conocimientos de como poder tener una buena alimentación con el apoyo de la gastronomía.

**6. Según su criterio ¿cómo valoraría la implementación de la gastronomía como recurso didáctico en la educación de los usuarios con discapacidad que asisten al centro diurno de personas con discapacidad?**

Conociendo que 1 es nada importante y 5 muy importante.

La implementación de la gastronomía como recurso didáctico se valoraría con el número 5, es decir muy importante, porque es muy acertado el poder brindar educación a las personas con discapacidad sobre la gastronomía, ya que, esto les ayuda a adquirir conocimiento y mediante la práctica ellos pueden ir adquiriendo habilidades necesarias para la vida diaria. La gastronomía permite además mejorar los sentidos sensoriales, estimula su motricidad fina, promueve su confianza, eleva su autoestima, y lo más importante genera oportunidades de inclusión.

**7. ¿Está de acuerdo que la gastronomía como recurso didáctico se implemente permanentemente en la formación y educación de las personas con discapacidad?**

La gastronomía como recurso didáctico sí se debe implementar de manera permanente en la formación y educación de las personas con discapacidad, porque la andragogía es un aprendizaje de conocimientos para los adultos, donde se aprende haciendo por lo tanto la gastronomía es netamente práctica se constituye en un recurso didáctico muy potente, que ayuda a las personas con discapacidad adquirir habilidades necesarias para la vida y desarrollan mayor independencia, es una gran alternativa para mejorar su calidad de vida, pues es una oportunidad de inclusión social y laboral.

**8. ¿Cuál es su opinión sobre la elaboración de talleres gastronómicos como recurso didáctico en el Centro Diurno Integral para personas con discapacidad del Ministerio de Inclusión Económica y Social?**

Ejecutar talleres de gastronomía como recurso didáctico a personas con discapacidad atendidos por el Ministerio de Inclusión Económica y Social, es una gran oportunidad de aprendizaje para ellos, mucho más aun con herramientas didácticas dado que enseñar a cocinar requiere un entorno dinámico, creativo que motive y despierte el interés por esta rama muy beneficiosa que es el arte de la cocina, por ello se valora los talleres con diversas preparaciones de fueron de gran utilidad puesto que se estimuló sus órganos de los sentidos, motricidad tanto fina como gruesa, mejorando en ellos su coordinación, concentración, y su autoestima, fue positivo que además promoverá su inclusión social.

### **11.2.1 *Análisis global de las entrevistas***

Mediante las entrevistas realizadas a los diferentes profesionales de la carrera de gastronomía, estos han considerado que la gastronomía como recurso didáctico en la educación de las personas con discapacidad es de gran importancia, puesto que abre a la posibilidad de un abanico de oportunidades para un mejor futuro, desarrollando en ellos los elementos sensoriales, su creatividad, la concentración, la atención, y el control de impulsos, intentando mejorar todos esos aspectos que finalmente se valorará en su autonomía, desempeño personal, y autoestima.

En cuanto a las barreras se menciona que existe algunos tipos, como arquitectónica, laboral, educativo, actitudinales, mismos que genera en la sociedad pensamientos equivocados, y estigmas. De tal manera la Gastronomía genera oportunidades de inclusión social y laboral siendo una vía de alternativa para romper barreras sociales de las personas con discapacidad.

Al implementarse permanentemente en la formación y educación de las personas con discapacidad es necesaria e importante porque la gastronomía es un espacio más dinámico, creativo, que despierta el interés y motivación de tal manera facilita su entendimiento para aprender a cocinar, para relacionarse mejor, mejorar habilidades, destrezas que faciliten su desarrollo personal para promover la autonomía e inclusión social de las personas con discapacidad.

## **12. Propuesta de acción**

Definiciones de marco teórico con propias palabras

### **12.1 Recopilación bibliográfica**

#### **12.1.1 *Gastronomía***

La gastronomía es la actividad que se encarga de la preparación de alimentos, es una disciplina que estudia la relación del ser humano con su alimentación, el entorno natural del cual obtiene los recursos alimenticios, es un acercamiento a la cultura ya que una manera de conocer una región es probar sus platos, pues representa a la forma de vida de sus habitantes.

La gastronomía saludable además de ser el arte de preparar una buena comida es el conocimiento de técnicas en cuanto a la mezcla de sabores y sazones entre sí que son únicos por su forma de presentar los platos y la comida de una manera agradable y exquisita que conserva sus valores nutricionales es decir que el valor de la gastronomía se califica por el resultado tanto nutritivo como sensorial, cocinar puede significar un espacio para la experimentación sensorial ya que hay utensilios de diversas formas, texturas y alimentos de aromas y colores.

#### **12.1.2 *Personas con discapacidad***

Importante informar primeramente que cuando tengamos que referirnos a la discapacidad, la expresión correcta es la de persona con discapacidad y no es una enfermedad, sino una condición de vida. Las personas con discapacidad son aquellas que presentan deficiencias físicas, cognitivas, mentales y sensoriales de manera permanente independiente de la causa que lo haya originado, por su condición presenta limitaciones para ejercer una o más actividades esenciales de la vida diaria, y obstáculos en la participación en su entorno social, por ello tiene menos posibilidades y oportunidades en comparación de aquellas personas sin discapacidad.

A continuación, los tipos de discapacidad:

- Física.
- Intelectual.
- Psicosocial.
- Visual.
- Auditiva.

### **12.1.3 Barreras de la discapacidad**

La discapacidad no se trata de una problemática familiar y menos individual, tampoco de un grupo ‘minoritario’, es una cuestión social por cuanto son las barreras actitudinales que realmente limitan a la participación de la persona con discapacidad. La exclusión empieza desde edad temprana, en lo que compete a educación, padres optan que sus hijos con discapacidad que asistan a un centro especializado, o a su vez optan que se queden en casa sin recibir educación, por el estigma social, y estereotipos de tal manera esto constituye obstáculos mismos a que se enfrentan las personas con discapacidad.

### **12.1.4 Inclusión y autonomía de personas con discapacidad**

Fomentar la autonomía de las personas con discapacidad es básico e indispensable para mejorar su calidad de vida y aumentar su autoestima, ya que permitirá y será una oportunidad para la inclusión social. Un diseño inclusivo e integral trata que la persona con discapacidad no se vea interrumpida o dificultada a la realización de sus actividades y como un sujeto de derecho pueda desarrollar de la manera más autónoma e independiente posible todas sus potencialidades

La accesibilidad no trata únicamente en la mejora de espacios físicos o eliminación de barreras arquitectónicas sino también se enfoca en el acceso al entorno laboral, comunicacional, educativo y tecnológico, mismo que debe ser diseñado, construido y equipado de tal forma que

cada persona con o sin discapacidad pueda acceder a los entornos de manera autónoma, segura y provechosa.

### **12.1.5 Educación para personas con discapacidad**

Considero que la educación es una herramienta, la más poderosa para el cambio social, donde se rige el aprendizaje de valores y normas para una adecuada y sana convivencia. Además, se logra disminuir las desigualdades económicas y sociales y ampliando las oportunidades laborales de los jóvenes.

Es así que la educación juega un papel imprescindible para el individuo, lo es también para niños/as, jóvenes con discapacidad, por ello muy importante formar y preparar a la persona adecuadamente para en un futuro integrar socialmente y laboralmente a la persona con discapacidad. Negarles o limitarles el acceso a la educación, se está vulnerando su derecho a la igualdad por ello educar a los niños y niñas en un ambiente igualitario, y diverso se logra reforzar y trabajar en la capacidad de superar barreras, encaminando a potenciar al máximo su desarrollo educativo, laboral y social.

### **12.1.6 Gastronomía como recurso didáctico para personas con discapacidad**

Los recursos didácticos son herramientas que facilitan el proceso de aprendizaje en el entorno educativo, en cuanto es más dinámico, creativo, que despierta el interés y motivación para el estudiante, de tal manera facilita su entendimiento.

La innovación educativa a través de la gastronomía como recurso didáctico abre a la posibilidad de un abanico de oportunidades para un mejor futuro, además ayuda a tener una buena alimentación, autoestima, ya que la gastronomía es un espacio para aprender a cocinar, para relacionarse mejor, compartir, generar un clima de confianza, mejorar habilidades, destrezas

que faciliten su desarrollo personal para promover la autonomía de las personas con discapacidad.

La cocina como espacio educativo permite obtener muchos beneficios, conocimientos y cualidades positivas como son:

- Normas de Higiene.
- El trabajo en equipo.
- Creatividad.
- Desarrollar los sentidos: gusto, olfato, tacto, vista, oído.
- Desarrollo de la coordinación de la motricidad fina.
- Fortalece su autonomía y autoestima.
- Responsabilidad.

La gastronomía como recurso didáctico desarrolla su creatividad, ayuda explorar sus talentos ya que les permite conocer especialidades culinarias, siendo una manera muy efectiva de ayudarlos a ampliar sus gustos gastronómicos y a su vez ayuda a lograr que las personas con discapacidad puedan acceder a su derecho a vivir de forma independiente, y con oportunidades de inclusión social y laboral de tal manera puede ser una vía de alternativa para romper estigmas sociales de las personas con discapacidad.

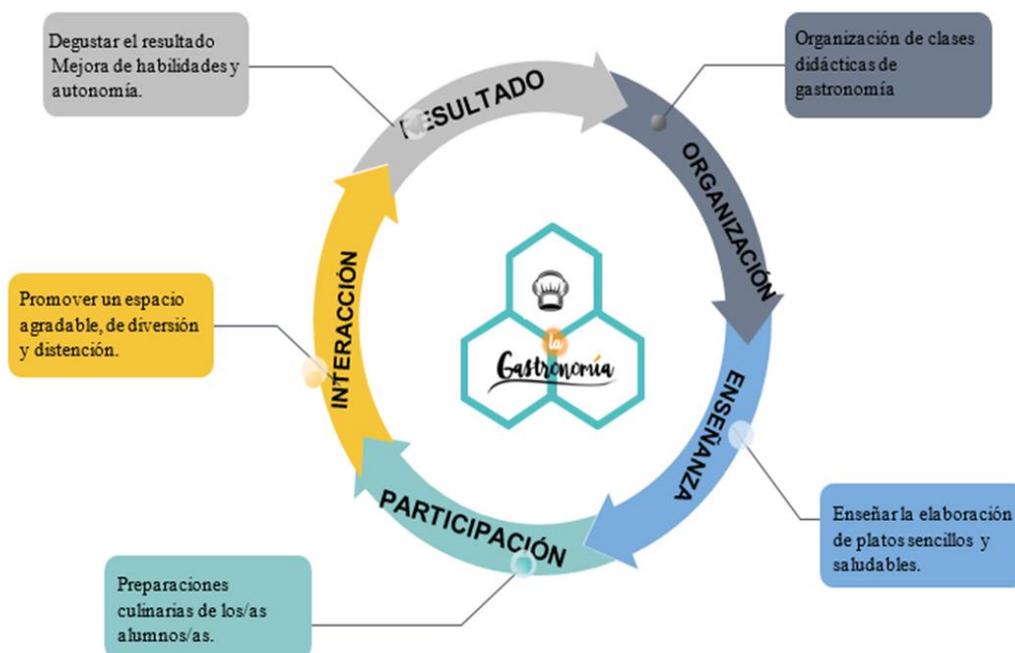
## **12.2 Flujogramas de procesos**

### Análisis de flujograma

A continuación, se detalla el proceso de elaboración de talleres de gastronomía paso a paso y de manera sistemática:

Figura 4.

*Elaboración de talleres de gastronomía a personas con discapacidad.*



1. El primer proceso consiste en la organización con las personas con discapacidad que asisten al centro Diurno MIES, institución que tiene como objetivo lograr su inclusión social y laboral, el taller se abordará a personas que tienen una discapacidad leve y moderada de tal manera en este paso se inicia planificando el tiempo, el horario, y el lugar, el espacio deberá cumplir con las normas de higiene y seguridad, además de ello contar con el material necesario para la práctica de los diferentes platos que se tenga previsto en el día.
2. Como segundo paso consiste en transmitir conocimientos del arte de la cocina, en donde se enseña la elaboración de platos sencillos, estableciendo normas prácticas de aseo personal y la correcta higiene alimentaria en la cocina. En cada sesión se

pretende estimular los sentidos de las persona con discapacidad: Con la vista percibirán las formas y colores, con el olfato descubrirán los aromas de los ingredientes, con el tacto diferenciarán las texturas y temperaturas, el oído permitirá que estimulen al momento del sonido de la comida al prepararse o cocinarse, y el gusto que es considerado uno de los sentidos más importantes en la cocina sensorial, les permitirá diferenciar sabores y despertar y crear emociones en sus papilas gustativas. Así mismo será estimulada la psicomotricidad tanto fina como gruesa, porque se usan los brazos, manos, muñecas, dedos en la preparación, mezcla de los alimentos, en la psicomotricidad gruesa, es asociada a los movimientos ya que caminaran, se moverán de un lado al otro.

3. En el tercer paso se promueve la participación, las clases deben ser interactivas, en donde las personas con discapacidad tengan la oportunidad de elaboración de preparaciones da que se realizará en cada taller. Estas actividades culinarias tienen como fin mejorar su coordinación, concentración, movimientos, equilibrio y memoria ayudando a ganar autonomía e independencia.
4. Como cuarto paso haciendo mención que el taller de gastronomía se basa en la educación como recurso didáctico, se promueve un espacio creativo y atractivo para las personas con discapacidad, donde la cocina será un espacio de diversión, de tal manera mejorará en ellos su interacción y manera de expresarse.
5. Como quinto y final paso, tenemos el resultado, que es la degustación de preparación de cada sesión, además en el transcurso del taller de gastronomía, permitirá ver la evolución de las personas con discapacidad, considerando que cada minuto servirá para aprender, conocer, interactuar desarrollar habilidades y destrezas, que finalmente

se valorará en su autonomía, desempeño personal, y autoestima, que además a un futuro los convierte en entes independientes y productivos para una inclusión social y laboral.

## 13. Planificación

### 13.1 Elaboración de hamburguesas

#### 13.1.1 *Tema*

Elaboración de hamburguesas para desarrollar los elementos sensoriales

#### 13.1.2 *Objetivo General*

Desarrollar habilidades y destrezas cognitivas, creativas, físicas y socioemocionales a través de la elaboración de hamburguesas dirigidas a personas con discapacidad atendidas en el Ministerio de Inclusión Económica y Social para promover su autonomía e inclusión en la sociedad.

#### 13.1.3 *Objetivos Específicos*

- ❖ Despertar el interés por la cocina para poder desarrollar distintos aprendizajes.
- ❖ Reconocer los diferentes utensilios de cocina y su utilidad.
- ❖ Experimentar sabores y colores.
- ❖ Diferenciar las texturas y temperaturas.
- ❖ Estimular la motricidad fina.
- ❖ Establecer un ambiente en el que las persona con discapacidad sean capaces de desarrollar habilidades comunicativas.
- ❖ Emplear hábitos de higiene para el fortalecimiento de la salud.
- ❖ Respetar las normas de comportamiento en la cocina.

#### 13.1.4 *Problemática*

La importancia de implementar talleres de cocina, es para promover la autonomía de los alumnos con discapacidad, con la finalidad de mejorar su independencia y tener oportunidad de acceder al campo laboral y mejorar su calidad de vida, si bien es cierto las personas con

discapacidad enfrentan un sin número de barreras para vivir de forma independiente, lamentablemente se considera que las personas, por sus limitaciones que presentan, no son capaces de valerse por sí mismas, a esto se suma también los prejuicios, la falta de apoyo, de programas, de oportunidades, de recursos orientados a desarrollar y mejorar sus habilidades y destrezas de tal manera se convierten en una carga para su familia y también para la sociedad.

Las personas que nacen o adquieren una discapacidad ha significado una limitante, que ha impedido el desarrollo y la utilización de sus potencialidades, sobre todo en un entorno donde ignoran que los seres humanos con discapacidad también tienen derechos. Todas las personas tienen derecho de vivir con dignidad y calidad, de tal manera el estado debe dotar de recursos y programas específicos que promuevan la autonomía de las personas con discapacidad, ya que es una población en vulnerabilidad que requiere atención prioritaria, necesita el apoyo y la orientación de los demás, con esto se pretende mejorar la autonomía, obtener el conocimiento y autodescubrimiento de sus capacidades, para que tengan oportunidades en todos los ámbitos de la sociedad y sobre todo que puedan tomar sus propias decisiones.

Con esta actividad de realizar talleres de cocina se pretende desarrollar habilidades y destrezas, trabajando en la motricidad fina, así como su creatividad, la concentración, la atención, y el control de impulsos, intentando mejorar todos esos aspectos que finalmente se valorará en su autonomía, desempeño personal, y autoestima, que además a un futuro los convierte en entes independientes y productivos para una inclusión social y laboral.

### **13.1.5 Marco Teórico**

#### **13.1.5.1 Gastronomía Sensorial**

El éxito de una comida no debe medirse solamente por su sabor. Existen gran cantidad de estímulos sensoriales y psicológicos que influyen en cómo los comensales perciben los alimentos

y la experiencia gastronómica Esta filosofía culinaria se basa en la idea de que la comida no es solo una fuente de nutrición, sino también una forma de arte y una oportunidad para explorar los sentidos y el placer (Hub, s. f.).

### **13.1.5.2 Los Cinco sentidos en la cocina sensorial**

Cada uno de los sentidos tiene un papel importante en esta filosofía culinaria y a continuación vamos a explorar cómo se utilizan cada uno de ellos (Guerrero Rodrigo, 2022):

- ❖ El olfato es uno de los sentidos más desarrollados que tenemos a la hora de comer. En un restaurante sensorial, el olfato suele potenciarse cuando se realizan comidas o cenas a ciegas, ya que esta dinámica bloquea la vista y hace que los demás sentidos estén más alertos ante lo que se les presenta. Esto puede llevar a que los comensales tengan recuerdos de infancia o juventud o de algún viaje, traídos a la memoria a través de ciertos aromas.
- ❖ La vista es un sentido importante a la hora de comer y la cocina sensorial ha puesto especial atención en ofrecer un entorno agradable que vaya en sintonía con el menú. Los chefs que dirigen este tipo de dinámicas suelen trabajar con artistas plásticos o iluminadores que, a través de luces, imágenes, videos o proyecciones, contribuyen a mejorar y sensibilizar el entorno. Además, la manera en la que se presentan los platos también forma parte de la experiencia visual, con presentaciones creativas y atractivas para los ojos.
- ❖ El oído también juega un papel importante en la cocina sensorial. El sonido de la comida al cocinarse puede despertar el apetito y, en este tipo de experiencias, se busca sensibilizar el oído a través de los sonidos que emanan de la cocina y de la música ambiental que se utiliza para recrear una atmósfera acorde al menú.

- ❖ El tacto es otro de los sentidos que se utiliza en la cocina sensorial. Al comer con las manos, se experimentan todas las texturas de los alimentos y se puede predecir un poco lo que se va a llevar a la boca. Además, el tacto también se puede utilizar de otras maneras en la cocina sensorial, como al manipular los ingredientes o al sentir la temperatura de los alimentos al prepararlos.
- ❖ El gusto es uno de los sentidos más importantes en la cocina sensorial. Se trata de crear platos que además de estar ricos, también impliquen a todos los demás sentidos y para crear una experiencia gastronómica completa y enriquecedora. Esto se puede lograr a través del uso de diferentes sabores, especias y aromas que añadan profundidad y complejidad al sabor de los platos.

#### **13.1.5.3 Desarrollo de habilidades motrices**

En la cocina trabaja la motricidad fina al realizar diferentes actividades que tengan que ver con las habilidades motoras de las manos y dedos, por ejemplo, al manipular objetos, es decir, al momento de abrir y cerrar paquetes, mezclar, batir, amasar, cortar alimentos, etc. Las actividades de motricidad fina en la cocina les permiten contribuir al logro de una adecuada caligrafía, mejora en la redacción y trabajos manuales, habilidades que en un futuro tendrán influencia en la organización y limpieza de todos sus procesos de trabajo (Internacional, 2020).

#### **13.1.5.4 La cocina como herramienta de estimulación cognitiva**

La cocina como una terapia, es una actividad atractiva, sencilla y que consigue despertar todos los sentidos, ayuda notablemente a mejorar la concentración. Los diferentes pasos a seguir para elaborar una receta mantienen el foco de atención en el aquí y ahora, con el objetivo de lograr un resultado óptimo (Teka, 2019).

Conocer, medir y utilizar correctamente los nutrientes de los alimentos desarrolla habilidades para la lectura, el razonamiento lógico y las operaciones matemáticas básicas y de cálculo. Un ejemplo de las habilidades matemáticas que obtienen los niños en la cocina son: El conteo, del número de cucharadas que necesitas, y la suma de unidades, de las cantidades de implementos específicos, por ejemplo cantidad de huevos que necesitas (Internacional, 2020).

### **13.1.5.5 La cocina mejora las relaciones interpersonales**

Trabajo en la cocina **mejora las relaciones interpersonales**, puesto que se deben repartir tareas y trabajar en común. **Se convierte además en un ejercicio de confianza mutuo entre las distintas partes** y también en una alegría compartida. La cocina es una excelente herramienta de estimulación, consigue aunar un importante número de valores y puntos positivos, como el trabajo en equipo, la paciencia, la satisfacción de conseguir un trabajo bien hecho, el ingenio en busca de platos originales y, sobre todo, el lograr sentirse respaldado y valorado. Cocinar hace tiempo que dejó de ser una actividad más para convertirse en toda una terapia (Teka, 2019).

### **13.1.6 Cronograma**

A continuación, se visualiza el cronograma en el cual se encuentran las actividades planificadas en el primer taller de cocina en centro diurno de desarrollo integral para personas con discapacidad.

#### **Tabla 15:**

*Cronograma de actividades 1.*

<b>Hora</b>	<b>Actividades</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Beneficiarios</b>	<b>Responsable</b>	<b>Fecha</b>
15 minutos	Saludo de Bienvenida	Favorecer la integración de las personas	Personas con discapacidad	Byron Lanche	02/03/2023

30 minutos	Organización de equipo	Establecer Responsabilidades e incrementar la motivación	Personas con discapacidad	Byron Lanche	02/03/2023
30 minutos	Exponer sobre los utensilios e ingredientes para la preparación de hamburguesas	Transmitir conocimientos del arte de la cocina	Personas con discapacidad	Byron Lanche	02/03/2023
15 minutos	Establecer normas prácticas de aseo personal e higiene	Garantizar la correcta higiene alimentaria en la cocina.	Personas con discapacidad	Byron Lanche	02/03/2023
15 minutos	Enseñar los cortes de carne para hamburguesa.	Mejorar la motricidad fina	Personas con discapacidad	Byron Lanche	02/03/2023
30 minutos	Elaborar diferentes encurtidos, salsas para acompañar una deliciosa carne	Percibirán las formas y colores	Personas con discapacidad	Byron Lanche	02/03/2023
15 minutos	Manejar las temperaturas internas de cada producto	Diferenciar las texturas y temperaturas	Personas con discapacidad	Byron Lanche	02/03/2023
15 minutos	Dinámica divertida	Promover integración y confianza	Personas con discapacidad	Byron Lanche	02/03/2023
30 minutos	Enseñar el armado de la hamburguesa desde el pan, la lechuga, tomate y salsas.	Trabajar en habilidades motoras de las manos y dedos	Personas con discapacidad	Byron Lanche	02/03/2023
15 minutos	Degustación del producto final	Diferenciar sabores y despertar y crear emociones en sus papilas gustativas.	Personas con discapacidad	Byron Lanche	02/03/2023
30 minutos	Cierre y agradecimiento	Lograr satisfacción y motivación	Personas con discapacidad	Byron Lanche	02/03/2023

### **13.1.7 Recursos**

- Materiales
  - Utensilios de cocina (cuchillos, platos, vasos, ollas, etc.).
  - Ingredientes de las recetas seleccionadas: Hamburguesa
- Espaciales
  - Área de la cocina del centro diurno
- Personales
  - Estudiante de gastronomía que dirija el taller, guiará, en todo momento, las recetas que se lleven a cabo a persona con discapacidad.

### **13.1.8 Temporalización**

La primera sesión de cocina tendrá un lugar en el área de cocina del centro Diurno, teniendo una duración de cuatro horas.

### **13.1.9 Metodología**

En la elaboración de hamburguesas se aplicará una enseñanza lúdica, dinámica, participativa, la sesión se comenzará con la preparación de los materiales que se va a utilizar en la elaboración de la receta y se finalizarán degustando lo que se ha elaborado. Durante la sesión además se deberá cumplir con las normas de higiene y seguridad, también tener previsto el material e ingredientes necesario para la preparación de las hamburguesas. En esta sesión se pretende desarrollar los sentidos de las personas con discapacidad, estimular la psicomotricidad tanto fina como gruesa, mejorar su coordinación, concentración, movimientos, equilibrio y memoria ayudando a ganar autonomía e independencia. En esta sesión se promueve un espacio creativo y participativo para las personas con discapacidad, y la satisfacción del resultado final de la receta programada.

### 13.1.10 *Conclusión*

La Gastronomía como recurso didáctico es una herramienta que aporta a nivel funcional en las personas con discapacidad, en la mejorara de la coordinación, movimientos, equilibrio, además desarrolla habilidades y destrezas cognitivas ayudando a ganar autonomía e independencia. Y a su vez favorece un entorno lúdico donde la interacción social juega un papel importante en el taller de cocina.

### *Figura 5*

*Elaboración de Hamburguesas*



*Nota: receta de costos (Lanche,2023)*

### 13.1.11 *Recomendación*

Para promover la autonomía, y la inclusión social de las personas con discapacidad se debe propiciar espacios con mejores oportunidades para la formación y educación en habilidades culinarias, Siendo además en un futuro una oportunidad de formación profesional y laboral, permitiendo sobre todo una inclusión a la persona con discapacidad en la sociedad.

## **13.2 Elaboración galletas de avena**

### **13.2.1 Tema**

Elaboración de galletas para mejorar los sentidos sensoriales

### **13.2.2 Objetivo General**

Elaborar galletas que permitan la estimulación de los sentidos sensoriales de las personas con discapacidad, atendidas en el Ministerio de Inclusión Económica y Social.

### **13.2.3 Objetivos Específicos**

- ❖ Reconocer los diferentes utensilios de cocina y su utilidad.
- ❖ Aprender y conocer nuevas texturas sensoriales
- ❖ Desarrollar la motricidad fina.
- ❖ Cuidar, ordenar y limpiar el material empleado.

### **13.2.4 Problemática**

Las personas en su mayoría atraviesan dificultades en algún momento, sin embargo, para las personas con discapacidad, son mucho más frecuentes y tienen mayor impacto, ya que presentan deficiencias físicas, mentales, visuales, cognitivas que limitan el desempeño de las actividades de la vida diaria, sumado a ello el estigma, prejuicio y discriminación social son barreras que impiden el desarrollo y la utilización de sus potencialidades, conllevando a la población con discapacidad ser una carga para sus familias por la falta de oportunidades inclusivas.

La falta de oportunidades no permite autodescubrimiento de sus capacidades, y disminuye su autonomía, generando mayor dependencia y cuidado, es por ello todas las personas puedan ser apoyadas para llevar vidas independientes y plena. De tal manera con el taller de cocina se pretende desarrollar habilidades y destrezas, trabajando en la motricidad fina, así como

su creatividad, la concentración, la atención, y el control de impulsos, mediante la ejecución de cortes de alimentos, esto permitirá mejorar su autonomía y también su autoestima que además a un futuro los convierte en entes independientes y productivos para una inclusión social y laboral.

### **13.2.5 Marco Teórico**

#### **13.2.5.1 Los sentidos y propiedades sensoriales**

El sistema sensitivo del ser humano es una gran herramienta para el control de calidad de los productos de diversas industrias. En la industria alimentaria de la vista, el olfato, el gusto y el oído son elementos idóneos para determinar el color, olor, aroma gusto, sabor y la textura quienes aportan al buen aspecto y calidad al alimento y sean aceptados por el consumidor (Saez et al., 2014)

#### **13.2.5.2 Textura**

La textura es uno de los atributos primarios que, junto con el aspecto, sabor y olor, conforman la calidad sensorial de los alimentos. Cuando se quiere evaluar este aspecto de la calidad, o de alguno de los atributos que la integran, es decir, el resultado de las sensaciones que los humanos experimentamos al ingerir el alimento, la calidad sensorial no es una propiedad intrínseca del alimento, sino el resultado de la interacción entre éste y nuestros sentidos(Editorial, 2021).

Para evaluar la textura de los alimentos tenemos en cuenta 9 parámetros principales (Consumolab, 2016):

- Dureza: Propiedad relativa a la fuerza requerida para deformar el alimento o para hacer penetrar un objeto en él. Por ejemplo, duro como una aceituna o un caramelo y blando como un queso cremoso.

- **Cohesividad:** Propiedad relativa al grado de deformación de un producto antes de romperse. Algunos ejemplos: Desmenuzable como un pan; quebradizo como un polvorón; Crujiente como una papa frita etc.
- **Viscosidad:** Propiedad de la textura relativa a la resistencia, al flujo. Denso o espeso como el chocolate bebible, viscoso como la leche condensada o miel y fluido como el agua.
- **Elasticidad:** Propiedad de la textura relativa a la rapidez de recuperación de la deformación después de la aplicación de una fuerza y al grado de dicha recuperación. Plástico como la mantequilla y elástico como los calamares o las almejas.
- **Adherencia:** Propiedad de textura relativa al esfuerzo requerido para separar la superficie del alimento de otra superficie (lengua, dientes). Pegajoso como el arroz sobrecocido, adherente como el caramelo de café y glutinosa (a la vez densa y pegajosa).
- **Granulosidad:** Propiedad relacionada con la percepción del tamaño y de la forma de las partículas en el producto. Lisa o suave como el yogurt; harinoso como el azúcar glas; arenoso como algunas variedades de pera; grumoso como el requesón, perlado como el Caviar; fina como el caramelo líquido, entre otros.
- **Estructura:** Propiedad relacionada con la percepción de la forma y de la orientación de las partículas en el producto. Escamosa como los cereales; laminado como el bacalao, fibroso como el tallo de apio o los espárragos; celular como las mandarinas o como la clara de huevo a punto de nieve; esponjoso como el merengue; cristalino como el azúcar granulado.

- **Humedad:** propiedad que describe la percepción del agua absorbida o liberada por el alimento. Seca como una galleta salada; húmeda como una manzana; acuosa como una sandía; jugosa como una naranja.
- **Carácter graso:** propiedad relacionada con la percepción de la cantidad y de la calidad de las materias grasa del producto. Aceitoso u oleoso como el atún en aceite; grasiento como el tocino frito.

**13.2.5.3 Importancia y beneficios de la psicomotricidad en las personas con discapacidad, podemos decir que el trabajo psicomotor aborda principalmente tres niveles (Neurocentro Administracion, 2022):**

- ❖ A nivel cognitivo permite aumentar la capacidad de atención, concentración, expresión, creatividad y memoria.
- ❖ A nivel motor, permite tomar conciencia y tener el control de su cuerpo y sus movimientos. A su vez mejora el equilibrio y control de las coordinaciones motoras y la respiración.
- ❖ A nivel afectivo y social, facilita la relación con otras personas y el reconocimiento y capacidad de afrontar sus miedos. Todo esto va a incidir además en su equilibrio afectivo, permitiéndole también conocerse mejor y sentirse más seguro de sí mismo.

**13.2.5.4 La cocina mejora la psicomotricidad fina**

Practicar la psicomotricidad ayuda a las personas con discapacidad a ganar autonomía e independencia en su día a día, y contribuye con su buen desempeño en la escuela. Los beneficios de contar con un programa, tal como un taller de cocina, para ayudar a mejorar la psicomotricidad, son (Maguey, s. f.):

- ❖ Aprenden a dominar los movimientos de su cuerpo.

- ❖ Toman conciencia de su ubicación espacial y desarrollan su sentido de orientación.
- ❖ Se vuelven capaces de tener dominio del equilibrio de su cuerpo.
- ❖ Mejoran su capacidad de atención, concentración y memoria.
- ❖ Desarrollan la habilidad de trabajar en colaboración con otras personas.
- ❖ Mejoran su creatividad y su manera de expresarse.
- ❖ Logran distinguir de mejor manera los colores, las formas y los tamaños.

### 13.2.6 Cronograma

A continuación, se visualiza el cronograma en el cual se encuentran las actividades planificadas en el tercer taller de cocina en centro diurno de desarrollo integral para personas con discapacidad.

**Tabla 16:**

*Cronograma de actividades 2.*

Hora	Actividades	Objetivos	Beneficiarios	Responsable	Fecha
15 minutos	Saludo de Bienvenida	Favorecer la integración de las personas	Personas con discapacidad	Byron Lanche	13/03/2023
15 minutos	Organización de equipo	Establecer Responsabilidades e incrementar la motivación	Personas con discapacidad	Byron Lanche	13/03/2023
30 minutos	Exponer sobre los utensilios e ingredientes para la elaboración de galletas	Transmitir conocimientos del arte de la cocina	Personas con discapacidad	Byron Lanche	13/03/2023

<b>30 minutos</b>	Establecer normas prácticas de aseo personal e higiene	Garantizar la correcta higiene alimentaria en la cocina.	Personas con discapacidad	Byron Lanche	13/03/2023
<b>30 minutos</b>	Realizar masa de las galletas y Comparar medidas y volúmenes en masas.	Mejorar la motricidad fina y cognitiva.	Personas con discapacidad	Byron Lanche	13/03/2023
<b>15 minutos</b>	Dinámica divertida	Promover integración y confianza	Personas con discapacidad	Byron Lanche	13/03/2023
<b>15 minutos</b>	Percibir alores, sabores, y textura de la galleta	Estimulación de los sentidos sensoriales	Personas con discapacidad	Byron Lanche	13/03/2023
<b>30 minutos</b>	Degustación del producto final	Despertar y crear emociones en sus papilas gustativas.	Personas con discapacidad	Byron Lanche	13/03/2023
<b>1 hora</b>	Cierre y agradecimiento	Lograr satisfacción y motivación	Personas con discapacidad	Byron Lanche	13/03/2023

### 13.2.7 Recursos

#### ➤ Materiales

- Utensilios de cocina (Tazas medidoras, colador, rodillo, bandeja para hornear, horno etc.).
- Ingredientes de las recetas seleccionadas: Elaboración de galletas

#### ➤ Espaciales

- Área de la cocina del centro diurno

#### ➤ Personales

- Estudiante de gastronomía que dirija el taller, guiará, en todo momento, las recetas que se lleven a cabo a persona con discapacidad.

### **13.2.8 Temporalización**

La primera sesión de cocina tendrá un lugar en el área de cocina del centro Diurno, teniendo una duración de cuatro horas.

### **13.2.9 Metodología**

En la elaboración de galletas se utilizará observación, la estimulación sensorial, el descubrimiento de texturas mediante la estimulación táctil, ya que las conexiones cerebrales se desarrollan y se estimulan para un mejor desarrollo cognitivo y psicoemocional, se aplicará una enseñanza dinámica, participativa. Durante la sesión además se deberá cumplir con las normas de higiene y seguridad, también tener previsto el material e ingredientes necesario para la elaboración de galletas. En esta sesión se pretende estimular la psicomotricidad fina, mejorar su coordinación, concentración, movimientos, equilibrio y memoria ayudando a ganar autonomía e independencia. En esta sesión se promueve un espacio creativo y participativo para las personas con discapacidad, y la satisfacción del resultado final de la receta programada.

### **13.2.10 Conclusión**

La Gastronomía como recurso didáctico es una herramienta que aporta a nivel funcional en las personas con discapacidad, y mediante la elaboración de galletas serán útiles para comprender la textura de las galletas mediante la estimulación de los sentidos, permitiendo además mejorar la motricidad fina. Esta actividad permite desarrollar también una autonomía que les ayudará a las personas con discapacidad realizar tareas tan sencillas de la vida diaria.

### **Figura 6**

### *Elaboración de Galletas*



*Nota: receta de costos (Lanche,2023)*

#### **13.2.11 Recomendación**

Para promover la autonomía, y la inclusión social de las personas con discapacidad se debe implementar programas de estimulación, como talleres de cocina que permitan descubrir destrezas y formación en habilidades culinarias que mejoren aspectos como, motricidad, sentidos sensoriales, socialización, autoestima y seguridad.

### **13.3 Elaboración de cortes básicos de cocina**

#### **13.3.1 Tema**

Elaboración de cortes de alimentos para mejorar la motricidad fina

#### **13.3.2 Objetivo General**

Mejorar la motricidad fina a través de cortes de alimentos dirigidas a personas con discapacidad atendidas en el Ministerio de Inclusión Económica y Social para promover su autonomía e inclusión en la sociedad.

#### **13.3.3 Objetivos Específicos**

- ❖ Reconocer los diferentes utensilios de cocina y su utilidad.

- ❖ Centrar en la posición de las manos dedos, así como los movimientos.
- ❖ Saber la funcionalidad del ingrediente en cuanto a su corte.
- ❖ Cuidar, ordenar y limpiar el material empleado.

#### **13.3.4 Problemática**

Las personas que nacen o adquieren una discapacidad ha significado una limitante, que ha impedido el desarrollo y la utilización de sus potencialidades, ya que presentan problemas específicos en áreas del desarrollo motor tales como habilidades motrices básicas, también el control de las funciones corporales, presentan torpeza de movimientos y la flacidez de manos. Acotando además la carencia de programas que permitan mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad, convirtiéndose en cargas para sus familias por la falta de oportunidades inclusivas.

Los prejuicios, y la falta de comprensión, genera en la sociedad pensamientos equivocados, considerando a la persona con discapacidad una carga, que no tienen la capacidad de valerse por sí mismo, no pueden trabajar, no tienen la capacidad de aprender, y que ya no son útiles en la sociedad. La falta de oportunidades no permite autodescubrimiento de sus capacidades, y disminuye su autonomía, generando mayor dependencia y cuidado.

Con el taller de cocina se pretende desarrollar habilidades y destrezas, trabajando en la motricidad fina, así como su creatividad, la concentración, la atención, y el control de impulsos, mediante la ejecución de cortes de alimentos, esto permitirá mejorar su autonomía y también su autoestima que además a un futuro los convierte en entes independientes y productivos para una inclusión social y laboral.

### **13.3.5 Marco Teórico**

#### **13.3.5.1 ¿Qué es el desarrollo Psicomotor?**

Para Terrassa,(2020) el término desarrollo psicomotor se refiere a esta adquisición de habilidades, es un proceso continuo y dinámico que refleja que el sistema nervioso central del niño que está madurando. El desarrollo psicomotor sigue un ritmo marcado, en el que los diferentes progresos correspondientes a cada edad quedan encadenados. Una vez que se adquiere una habilidad, ésta se perfecciona y posteriormente se aprende una nueva.

#### **13.3.5.2 Importancia y beneficios de la psicomotricidad**

Podemos decir que el trabajo psicomotor aborda principalmente tres niveles (Neurocentro Administracion, 2022):

- ❖ **A nivel cognitivo** permite aumentar la capacidad de atención, concentración, expresión, creatividad y memoria. La organización del espacio-tiempo la distinción de tamaño, forma y colores de las cosas, además de incidir en la estimulación de la percepción.
- ❖ **A nivel motor**, permite tomar conciencia y tener el control de su cuerpo y sus movimientos. A su vez mejora el equilibrio y control de las coordinaciones motoras y la respiración.
- ❖ **A nivel afectivo y social**, facilita la relación con otras personas y el reconocimiento y capacidad de afrontar sus miedos. Todo esto va a incidir además en su equilibrio afectivo, permitiéndole también conocerse mejor y sentirse más seguro de sí mismo.

#### **13.3.5.3 Habilidades motrices básicas**

Son un conjunto de movimientos fundamentales y acciones motrices que surgen en la evolución humana de los patrones motrices, teniendo su fundamento en la dotación hereditaria

(genética). Las habilidades motrices básicas se apoyan para su desarrollo y mejora en las capacidades perceptivo motrices, evolucionando con ellas (Lozada y Vargas, 2020).

#### **13.3.5.4 Discapacidad**

El término discapacidad se definió como: Cualquier deficiencia física, mental o sensorial que limite, sustancialmente una o más de las actividades principales de un individuo; dentro de ellas, se describió la siguiente clasificación: 1.- Discapacidades físicas, 2.- Sensoriales y 3.- Cognitivas (Lozada y Vargas, 2020).

#### **13.3.5.5 La cocina mejora la psicomotricidad fina**

La cocina es el espacio donde se puede obtener las experiencias y aprendizajes necesarios para mejorar la psicomotricidad, especialmente la psicomotricidad fina. La psicomotricidad fina está asociada a las habilidades que tenemos para realizar actividades con el movimiento de nuestras manos, muñecas y dedos. Son movimientos que requieren precisión y coordinación entre mano y ojo (Maguey, s. f.)

#### **13.3.5.6 Cortes en las técnicas culinarias**

Los tipos de cortes gastronómicos cuentan con otros objetivos dentro de la cocina (Herrera, 2021):

- ❖ Brindan una mayor estética a los platillos sin importar los ingredientes a usar.
- ❖ Cuando uno o más platillos cuentan con los mismos ingredientes, pueden diferenciar las preparaciones y hacerlas lucir de forma única.
- ❖ Tienen la capacidad de disminuir los tiempos de cocción debido a que se encuentran en porciones más pequeñas o manejables.

### 13.3.5.7 Cortes básicos

Los tipos de corte más comunes en la cocina: (Herrera, 2021):

- ❖ **Juliana:** Es uno de los tipos de cortes de verduras y frutas más populares y sencillos. Consiste en un corte de unos 5 a 6 cm de largo por 1 o 2 milímetros de ancho aproximadamente, y su propósito es conseguir finas tiras alargadas para incluirlas en ensaladas.
- ❖ **Mirepoix:** Es una técnica en la que se puede cortar todo tipo de ingrediente en cubitos de 1 a 1.5 centímetros de largo. Aquí no importa la exactitud de los cortes, pues no se usan en la decoración de platos, sino para hacer frituras, purés y otros alimentos. También se usa para aromatizar salsas, asados o caldos.
- ❖ **Bastones:** El bastón es un corte más rudimentario que la juliana, pues cuenta con una anchura mucho más pronunciada. Es muy común en verduras como la papa, la zanahoria, el apio, el pepino, entre otros. Se suele usar en salteados como en papas a la francesa o para consumirse crudo.
- ❖ **Brunoise:** Es una forma más fina del corte mirepoix y busca conseguir pequeños dados de aproximadamente 3 a 5 milímetros por lado. Es muy usado en elementos como la cebolla, el ajo, el nabo, el pimiento, entre otros.
- ❖ **Chiffonade:** Es uno de los tipos de cortes en vegetales u hortalizas más importantes. Se aplica en espinacas, acelgas y diversos vegetales con hierbas con el fin de obtener una especie de julianas más finas. Se dobla la hortaliza varias veces y después se corta el doblado, y suele usarse para crear una cama de verduras o elaborar sopas y ensaladas.

- ❖ Rodajas: Es un clásico de diversas verduras como las calabazas, los pepinos, las berenjenas, las zanahorias, entre otros. Es un corte más o menos cilíndrico y se hace desde la base de la verdura. Suele usarse en ensaladas o para acompañar ciertos guisos de carne.

### 13.3.6 Cronograma

A continuación, se visualiza el cronograma en el cual se encuentran las actividades planificadas en el segundo taller de cocina en centro diurno de desarrollo integral para personas con discapacidad.

**Tabla 17:**

*Cronograma de actividades 3.*

Hora	Actividades	Objetivos	Beneficiarios	Responsable	Fecha
15 minutos	Saludo de Bienvenida	Favorecer la integración de las personas	Personas con discapacidad	Byron Lanche	06/03/2023
30 minutos	Organización de equipo	Establecer Responsabilidades e incrementar la motivación	Personas con discapacidad	Byron Lanche	06/03/2023
30 minutos	Exponer sobre los utensilios e ingredientes para realizar cortes básicos de alimentos	Transmitir conocimientos del arte de la cocina	Personas con discapacidad	Byron Lanche	06/03/2023
15 minutos	Establecer normas prácticas de aseo personal e higiene	Garantizar la correcta higiene alimentaria en la cocina.	Personas con discapacidad	Byron Lanche	06/03/2023

15 minutos	Enseñar los cortes de alimentos como frutas, verduras, carnes.	Mejorar la motricidad fina	Personas con discapacidad	Byron Lanche	06/03/2023
30 minutos	Dinámica divertida	Promover integración y confianza	Personas con discapacidad	Byron Lanche	06/03/2023
45 minutos	Enseñar variedades de corte	Hacer notar la diversidad de posibilidades que tienen los alimentos en cuanto a su forma	Personas con discapacidad	Byron Lanche	06/03/2023
30 minutos	Presentación con cortes definidos y vistosos	Buscar lucirse con cortes que estimulen el hambre.	Personas con discapacidad	Byron Lanche	06/03/2023
30 minutos	Cierre y agradecimiento	Lograr satisfacción y motivación	Personas con discapacidad	Byron Lanche	06/03/2023

### 13.3.7 Recursos

#### ➤ Materiales

- Utensilios de cocina (cuchillos, peladores, ralladores, tabla de cocina, etc.).
- Ingredientes de las recetas seleccionadas: Verduras, carnes, Frutas

#### ➤ Espaciales

- Área de la cocina del centro diurno

#### ➤ Personales

- Estudiante de gastronomía que dirija el taller, guiará, en todo momento, las recetas que se lleven a cabo a persona con discapacidad.

### 13.3.8 Temporalización

La primera sesión de cocina tendrá un lugar en el área de cocina del centro Diurno, teniendo una duración de cuatro horas.

### **13.3.9 Metodología**

En la elaboración de cortes de alimentos básicos se utilizará observación, la estimulación sensorial, la manipulación de los alimentos, la concentración que son especialmente relevantes para las personas con discapacidad, se aplicará una enseñanza dinámica, participativa. Durante la sesión además se deberá cumplir con las normas de higiene y seguridad, también tener previsto el material e ingredientes necesario para la elaboración de cortes de alimentos. En esta sesión se pretende estimular la psicomotricidad fina, mejorar su coordinación, concentración, movimientos, equilibrio y memoria ayudando a ganar autonomía e independencia. En esta sesión se promueve un espacio creativo y participativo para las personas con discapacidad, y la satisfacción del resultado final de la receta programada.

### **13.3.10 Conclusión**

La Gastronomía como recurso didáctico es una herramienta que aporta a nivel funcional en las personas con discapacidad, y mediante la elaboración de cortes de alimentos serán útiles para desarrollar la coordinación que requiere la motricidad fina, la cual consiste en poner en sintonía la destreza manual con la capacidad visual, incrementa autonomía y sentimientos de confianza y seguridad.

### ***Figura 7***

### *Elaboración de Cortes Básicos de Cocina*



*Nota: receta de costos (Lanche,2023)*

#### **13.3.11 Recomendación**

Para promover la autonomía, y la inclusión social de las personas con discapacidad se debe implementar programas de estimulación, siendo la gastronomía como recurso didáctico una buena alternativa para la formación en habilidades culinarias que mejoren aspectos como, motricidad, socialización, autoestima y seguridad.

### **13.4 Elaboración de ensalada de frutas**

#### **13.4.1 Tema**

Percepción de la estimulación sensorial en personas con discapacidad a través de la preparación de ensalada de frutas.

#### **13.4.2 Objetivo General**

Estimular los sentidos sensoriales a través de la elaboración de ensaladas de frutas dirigidas a personas con discapacidad atendidas en el Ministerio de Inclusión Económica y Social para promover su autonomía e inclusión en la sociedad.

### 13.4.3 *Objetivos Específicos*

- ❖ Despertar el interés por la cocina para poder desarrollar distintos aprendizajes.
- ❖ Reconocer los diferentes utensilios de cocina y su utilidad.
- ❖ Conocer los diferentes tipos de materiales e ingredientes específicos a utilizar en la estimulación sensorial.
- ❖ Experimentar sabores y colores
- ❖ Experimentar, percibir, interiorizar e identificar las diferentes sensaciones olfativas.
- ❖ Establecer un ambiente en el que las persona con discapacidad sean capaces de desarrollar habilidades comunicativas.
- ❖ Emplear hábitos de higiene para el fortalecimiento de la salud.
- ❖ Respetar las normas de comportamiento en la cocina

### 13.4.4 *Problemática*

Las personas con discapacidad enfrentan un sin número de barreras que dificultan e impiden una vida autónoma, y la falta de apoyo, de programas, de oportunidades, disminuye la poca autonomía que tienen, de tal manera no son conscientes de sus propias potencialidades, orillándolos a convertirse en una carga para su familia y también para la sociedad.

Todas las personas tienen derecho de vivir con dignidad y calidad, da tal manera el estado En especial aquellas con una discapacidad, sin importar la causa sea genética o adquirida, sin embargo, ha sido vulnerado su derecho por la falta de inclusión, debido también al estigma, y prejuicios que existe en el entorno social, que ha impedido el desarrollo y la utilización de sus potencialidades. Para eliminar las barreras que dificultan la autonomía de las personas con discapacidad, se debe tomar conciencia, e integrarlas en todos los ámbitos, con la finalidad de mejorar su independencia y mejorar su calidad de vida.

Existen muchas alternativas inclusivas entre ellas; talleres de cocina cuya finalidad es desarrollar sus habilidades y destrezas, estimulando los sentidos sensoriales trabajando en la motricidad fina, así como su creatividad, la concentración, la atención, y el control de impulsos, intentando mejorar todos esos aspectos que finalmente se valorará en su autonomía, desempeño personal, y autoestima, que además a un futuro los convierte en entes independientes y productivos para una inclusión social y laboral.

### **13.4.5 Marco Teórico**

#### **13.4.5.1 Sistema sensorial**

El sistema sensorial es parte del sistema nervioso responsable de procesar la información sensorial. Está constituido por órganos especializados como son: la vista, el oído, el tacto, el gusto y el olfato. Todos los órganos de los sentidos tienen algún componente de naturaleza nerviosa, que deben transformar el estímulo a impulso nervioso, que luego alcanza un área específica del cerebro (Wited, 2011).

#### **13.4.5.2 Los cinco sentidos**

Los cinco sensoriales son (Body, 2023):

- ❖ Lengua, los cuatro músculos intrínsecos de la lengua trabajan juntos para darle una gran flexibilidad a la lengua, la lengua es el principal órgano del gusto.
- ❖ Los ojos traducen la luz en señales de imágenes para que el encéfalo las procese.
- ❖ El oído utiliza huesos y líquido para transformar las ondas sonoras en señales sonoras.
- ❖ Los receptores especializados en la piel envían señales del tacto al encéfalo.
- ❖ Olfato, sustancias químicas en el aire estimulan señales que el encéfalo interpreta como olores

### **13.4.5.3 ¿Qué es la gastronomía Sensorial?**

La cocina sensorial es un estilo de cocina que se centra en el uso de los cinco sentidos para crear platos culinarios. Esto incluye el uso del gusto, el olfato, la vista, el oído y el tacto para crear una experiencia completa y enriquecedora para el comensal (Guerrero, 2022).

### **13.4.5.4 Los Cinco sentidos en la cocina sensorial**

Cada uno de los sentidos tiene un papel importante en esta filosofía culinaria y a continuación vamos a explorar cómo se utilizan cada uno de ellos (Guerrero, 2022):

- ❖ El olfato es uno de los sentidos más desarrollados que tenemos a la hora de comer. En un restaurante sensorial, el olfato suele potenciarse cuando se realizan comidas o cenas a ciegas, ya que esta dinámica bloquea la vista y hace que los demás sentidos estén más alertos ante lo que se les presenta. Esto puede llevar a que los comensales tengan recuerdos de infancia o juventud o de algún viaje, traídos a la memoria a través de ciertos aromas.
- ❖ La vista es un sentido importante a la hora de comer y la cocina sensorial ha puesto especial atención en ofrecer un entorno agradable que vaya en sintonía con el menú. Los chefs que dirigen este tipo de dinámicas suelen trabajar con artistas plásticos o iluminadores que, a través de luces, imágenes, videos o proyecciones, contribuyen a mejorar y sensibilizar el entorno. Además, la manera en la que se presentan los platos también forma parte de la experiencia visual, con presentaciones creativas y atractivas para los ojos.
- ❖ El oído también juega un papel importante en la cocina sensorial. El sonido de la comida al cocinarse puede despertar el apetito y, en este tipo de experiencias, se

busca sensibilizar el oído a través de los sonidos que emanan de la cocina y de la música ambiental que se utiliza para recrear una atmósfera acorde al menú.

- ❖ El tacto es otro de los sentidos que se utiliza en la cocina sensorial. Al comer con las manos, se experimentan todas las texturas de los alimentos y se puede predecir un poco lo que se va a llevar a la boca. Además, el tacto también se puede utilizar de otras maneras en la cocina sensorial, como al manipular los ingredientes o al sentir la temperatura de los alimentos al prepararlos.
- ❖ El gusto es uno de los sentidos más importantes en la cocina sensorial. Se trata de crear platos que además de estar ricos, también impliquen a todos los demás sentidos y para crear una experiencia gastronómica completa y enriquecedora. Esto se puede lograr a través del uso de diferentes sabores, especias y aromas que añadan profundidad y complejidad al sabor de los platos.

#### **13.4.5.5 La cocina mejora las relaciones interpersonales**

El trabajo en la cocina **mejora las relaciones interpersonales**, puesto que se deben repartir tareas y trabajar en común. **Se convierte además en un ejercicio de confianza mutuo entre las distintas partes** y también en una alegría compartida. La cocina es una excelente herramienta de estimulación, consigue aunar un importante número de valores y puntos positivos, como el trabajo en equipo, la paciencia, la satisfacción de conseguir un trabajo bien hecho, el ingenio en busca de platos originales y, sobre todo, el lograr sentirse respaldado y valorado. Cocinar hace tiempo que dejó de ser una actividad más para convertirse en toda una terapia (Teka, 2019).

### 13.4.6 Cronograma

A continuación, se visualiza el cronograma en el cual se encuentran las actividades planificadas en el quinto taller de cocina en centro diurno de desarrollo integral para personas con discapacidad.

**Tabla 18:**

*Cronograma de actividades 4.*

Hora	Actividades	Objetivos	Beneficiarios	Responsable	Fecha
<b>15 minutos</b>	Saludo de Bienvenida	Promover la interacción, el desarrollo y la comunicación	Personas con discapacidad	Byron Lanche	10/03/2023
<b>15 minutos</b>	Organización de equipo	Establecer Responsabilidades e incrementar la motivación	Personas con discapacidad	Byron Lanche	10/03/2023
<b>15 minutos</b>	Exponer sobre los e ingredientes y beneficios para la elaboración de ensaladas frutas	Transmitir conocimientos del arte de la cocina	Personas con discapacidad	Byron Lanche	10/03/2023
<b>15 minutos</b>	Establecer normas prácticas de aseo personal e higiene	Garantizar la correcta higiene alimentaria en la cocina.	Personas con discapacidad	Byron Lanche	10/03/2023
<b>15 minutos</b>	Reconocer los colores y formas de las frutas.	Estimular el sentido visual y tacto	Personas con discapacidad	Byron Lanche	10/03/2023
<b>1 hora</b>	Pelar y Picar las frutas	Manejar con precisión, y concentración la motricidad fina y cognitiva	Personas con discapacidad	Byron Lanche	10/03/2023

<b>15 minutos</b>	Dinámica divertida	Promover integración y confianza	Personas con discapacidad	Byron Lanche	10/03/2023
<b>15 minutos</b>	Enseñar del decorado de ensalada de frutas	Percibirán las formas y colores	Personas con discapacidad	Byron Lanche	10/03/2023
<b>15 minutos</b>	Degustación del producto final	Diferenciar sabores y despertar y crear emociones en sus papilas gustativas.	Personas con discapacidad	Byron Lanche	10/03/2023
<b>1 hora</b>	Cierre y agradecimiento	Lograr satisfacción y motivación	Personas con discapacidad	Byron Lanche	10/03/2023

### 13.4.7 Recursos

#### ➤ Materiales

- Utensilios de cocina (cuchillos, tabla de picar, platos, etc.).
- Ingredientes de las recetas seleccionadas: ensalada de frutas

#### ➤ Espaciales

- Área de la cocina del centro diurno

#### ➤ Personales

- Estudiante de gastronomía que dirija el taller, guiará, en todo momento, las recetas que se lleven a cabo a persona con discapacidad.

### 13.4.8 Temporalización

La primera sesión de cocina tendrá un lugar en el área de cocina del centro Diurno, teniendo una duración de cuatro horas

### 13.4.9 Metodología

En la preparación de ensalada de frutas se aplicará una enseñanza lúdica, dinámica, participativa, la sesión se comenzará con la preparación de los materiales que se va a utilizar en

la elaboración de la receta y se finalizarán degustando lo que se ha elaborado. Durante la sesión además se deberá cumplir con las normas de higiene y seguridad, también tener previsto el material e ingredientes necesario para la preparación de la ensalada de futas. En esta sesión se pretende estimular los sentidos de las personas con discapacidad, estimular la psicomotricidad tanto fina, mejorar su coordinación, concentración, movimientos, equilibrio y memoria ayudando a ganar autonomía e independencia. En esta sesión se promueve un espacio creativo y participativo para las personas con discapacidad, y la satisfacción del resultado final de la receta programada.

#### **13.4.10 Conclusión**

La Gastronomía como recurso didáctico es una herramienta que aporta a nivel funcional en las personas con discapacidad, y el taller de cocina, cuya sesión se enfoca en la preparación de ensaladas de frutas, es una actividad de intervención de estimulación sensorial, cuya finalidad de esta práctica es la integración de los sentidos mediante la percepción y la mejora de la calidad de vida en todas aquellas personas con alguna limitación física o intelectual, mejorando a su vez la motricidad fina, la coordinación, equilibrio, habilidades y destrezas cognitivas ayudando a ganar autonomía e independencia. Y a su vez favorece un entorno lúdico donde la interacción social juega un papel importante en el taller de cocina.

#### ***Figura 8***

### *Elaboración de Pizza*



*Nota: receta de costos (Lanche,2023)*

#### **13.4.11 Recomendación**

Para promover la autonomía, y la inclusión social de las personas con discapacidad se debe propiciar espacios con mejores oportunidades para la formación y educación en habilidades culinarias, en donde la estimulación sensorial es una actividad necesaria para mejorar las capacidades y, se podrá mejorar al máximo la calidad de vida de estas personas, que a su vez le permitirá incluirse a su entorno social.

### **13.5 Elaboración de pizza**

#### **13.5.1 Tema**

Elaboración de pizza para la estimulación de sentidos sensoriales y habilidades motrices

#### **13.5.2 Objetivo General**

Desarrollar habilidades y destrezas cognitivas, creativas, físicas y socioemocionales a través de la elaboración de Pizza dirigidas a personas con discapacidad atendidas en el Ministerio de Inclusión Económica y Social para promover su autonomía e inclusión en la sociedad.

### **13.5.3 *Objetivos Específicos***

- ❖ Despertar el interés por la cocina para poder desarrollar distintos aprendizajes.
- ❖ Reconocer los diferentes utensilios de cocina y su utilidad.
- ❖ Mejorar la concentración, atención, motricidad fina y gruesa,
- ❖ Establecer un ambiente en el que las persona con discapacidad sean capaces de desarrollar habilidades comunicativas.
- ❖ Emplear hábitos de higiene para el fortalecimiento de la salud.
- ❖ Respetar las normas de comportamiento en la cocina

### **13.5.4 *Problemática***

Las personas con discapacidad enfrentan un sin número de barreras para vivir de forma independiente, debido a la estigma y prejuicios, se piensa erróneamente que por las limitaciones que presentan no son capaces de valerse por sí mismas, a esto se suma la falta de apoyo, de inclusión en programas orientados a desarrollar y mejorar sus habilidades y destrezas se convierten en una carga para su familia y también para la sociedad. Por ello el estado debe dotar de recursos y programas específicos que promuevan la autonomía de las personas con discapacidad, ya que es una población en vulnerabilidad que requiere atención prioritaria, necesita el apoyo y la orientación de los demás, con esto se pretende mejorar la autonomía, obtener el conocimiento y autodescubrimiento de sus capacidades, para que tengan oportunidades en todos los ámbitos de la sociedad y sobre todo que puedan tomar sus propias decisiones.

Con esta actividad de realizar talleres de cocina específicamente es apoyar la vida independiente de las personas con discapacidad pretendiendo puedan adquirir habilidades relacionadas con la manipulación y preparación de alimentos, así como la elaboración de pizza,

trabajando en la motricidad fina y también aumentar su autonomía y disminuir sus necesidades de apoyo relacionados con su alimentación y las actividades de manejo del hogar en la cocina un futuro los convierte en entes independientes y productivos para una inclusión social y laboral.

### **13.5.5 Marco Teórico**

#### **13.5.5.1 Gastronomía Sensorial**

Comer con los cinco sentidos, el paladar, el tacto, el olfato, la vista y el oído es viajar a través de los sentidos. Una experiencia que va más allá de la propia gastronomía. El arte de emplatar es una práctica efímera, dura lo que dura, porque una vez que se come lo que se ha puesto en el plato la obra de arte se desvanece y queda solo el recuerdo. Pero la magia y las sensaciones percibidas se quedan por largo tiempo en nuestra memoria (Arquitectura de una Carolina, 2022).

#### **13.5.5.2 Los cinco sentidos en la cocina sensorial**

Es muy importante que hagas los deberes y conozcas cómo se comporta cada sentido a la hora de consumir un alimento (Talentchef, s. f.):

- La vista: el primer sentido que utilizamos para percibir la experiencia. Esa primera sensación general es crucial, nos conduce a través de las formas, los colores, la cantidad, la presentación, la decoración, el ambiente... también será la responsable de identificar cada plato.
- Con el olfato descubrirán la intensidad, los aromas de cada uno de los ingredientes que junto con el gusto nos harán sentir una explosión de sabores.
- El tacto nos permitirá percibir las diferentes texturas y temperaturas. Esto podrá hacer que la percepción sobre un mismo plato cambie dependiendo de si este está

más frío o más caliente, que la comodidad del comensal aumente si la textura del asiento es agradable.

- El oído completa nuestro viaje por los sentidos a través del crujir de ciertas texturas, la paz del lugar, la música ambiente... Ayuda al comensal a percibir la frescura de los alimentos, algo tan simple como oír crujir un bocado de zanahoria puede transmitir la sensación de frescura total.
- El gusto. Encargado de despertar y crear emociones en nuestras papilas gustativas que serán difíciles de borrar de nuestra memoria.

#### **13.5.5.3 Desarrollo de habilidades motrices**

La preparación de alimentos y otras tareas de la cocina es una excelente manera de desarrollar sus habilidades motoras finas, incluido el agarre, la coordinación bilateral y el uso de herramientas. Además, trabajar con alimentos es muy motivador. es una actividad atractiva, sencilla y que consigue despertar todos los sentidos, ayuda notablemente a mejorar la concentración (Therapy, 2008).

#### **13.5.5.4 La cocina mejora las relaciones interpersonales**

El trabajo en la cocina **mejora las relaciones interpersonales**, puesto que se deben repartir tareas y trabajar en común. **Se convierte además en un ejercicio de confianza mutuo entre las distintas partes** y también en una alegría compartida. La cocina es una excelente herramienta de estimulación, consigue aunar un importante número de valores y puntos positivos, como el trabajo en equipo, la paciencia, la satisfacción de conseguir un trabajo bien hecho, el ingenio en busca de platos originales y, sobre todo, el lograr sentirse respaldado y valorado. Cocinar hace tiempo que dejó de ser una actividad más para convertirse en toda una terapia (Teka, 2019).

### 13.5.6 Cronograma

A continuación, se visualiza el cronograma en el cual se encuentran las actividades planificadas en el cuarto taller de cocina en centro diurno de desarrollo integral para personas con discapacidad.

**Tabla 19:**

*Cronograma de actividades 5.*

Hora	Actividades	Objetivos	Beneficiarios	Responsable	Fecha
15 minutos	Saludo de Bienvenida	Favorecer la integración de las personas	Personas con discapacidad	Byron Lanche	07/03/2023
15 minutos	Organización de equipo	Establecer Responsabilidades e incrementar la motivación	Personas con discapacidad	Byron Lanche	07/03/2023
15 minutos	Exponer sobre los utensilios e ingredientes para la preparación de la pizza	Transmitir conocimientos del arte de la cocina	Personas con discapacidad	Byron Lanche	07/03/2023
15 minutos	Establecer normas prácticas de aseo personal e higiene	Garantizar la correcta higiene alimentaria en la cocina.	Personas con discapacidad	Byron Lanche	07/03/2023
30 minutos	Alistar los alimentos, seleccionar la masa, trozar el jamón, agarrar el cuchillo con fuerza y determinación	Mejorar la motricidad fina y la concentración.	Personas con discapacidad	Byron Lanche	07/03/2023
15 minutos	Manejar las temperaturas internas de cada producto	Diferenciar las texturas y temperaturas	Personas con discapacidad	Byron Lanche	07/03/2023

<b>15 minutos</b>	Dinámica divertida	Promover integración y confianza	Personas con discapacidad	Byron Lanche	07/03/2023
<b>30 minutos</b>	Enseñar los cortes de la pizza para degustar	Trabajar en habilidades motoras de las manos y dedos	Personas con discapacidad	Byron Lanche	07/03/2023
<b>30 minutos</b>	Degustación del producto final	Satisfacción de haber laborado su propio menú y despertar emociones en las papilas gustativas.	Personas con discapacidad	Byron Lanche	07/03/2023
<b>1 hora</b>	Cierre y agradecimiento	Lograr satisfacción y motivación	Personas con discapacidad	Byron Lanche	07/03/2023

### 13.5.7 Recursos

#### ➤ Materiales

- Utensilios de cocina (Formadora de masa, Cortadora de mozzarella Horno bandejas para pizza, Pala para pizza, Cortador de pizza etc.)
- Ingredientes de las recetas seleccionadas: Pizza.

#### ➤ Espaciales

- Área de la cocina del centro diurno

#### ➤ Personales

- Estudiante de gastronomía que dirija el taller, guiará, en todo momento, las recetas que se lleven a cabo a persona con discapacidad.

### 13.5.8 Temporalización

La primera sesión de cocina tendrá un lugar en el área de cocina del centro Diurno, teniendo una duración de cuatro horas.

### **13.5.9 Metodología**

En la elaboración de pizza se aplicará una enseñanza lúdica, dinámica, participativa, la sesión se comenzará con la preparación de los materiales que se va a utilizar en la elaboración de la receta y se finalizarán degustando lo que se ha elaborado. Durante la sesión además se deberá cumplir con las normas de higiene y seguridad, también tener previsto el material e ingredientes necesario para la preparación de la pizza. En esta sesión se pretende desarrollar los sentidos de las personas con discapacidad, estimular la psicomotricidad tanto fina como gruesa, mejorar su coordinación, concentración, movimientos, equilibrio y memoria ayudando a ganar autonomía e independencia. En esta sesión se promueve un espacio creativo y participativo para las personas con discapacidad, y la satisfacción del resultado final de la receta programada.

### **13.5.10 Conclusión**

La Gastronomía como recurso didáctico es una herramienta y oportunidad que aporta a nivel funcional en las personas con discapacidad, en la mejorara de la coordinación, movimientos, equilibrio, además desarrolla habilidades y destrezas cognitivas ayudando a ganar autonomía e independencia. Y a su vez favorece un entorno lúdico donde la interacción social juega un papel importante en el taller de cocina.

### **Figura 9**

### *Preparación de Ensalada de Frutas*



*Nota: Nota: receta de costos (Lanche,2023)*

#### **13.5.11 Recomendación**

Para promover la autonomía, y la inclusión social de las personas con discapacidad se debe propiciar espacios con mejores oportunidades para la formación y educación en habilidades culinarias, con el apoyo y la orientación de los demás, se puede, obtener el conocimiento y autodescubrimiento de sus capacidades, para que tengan oportunidades en todos los ámbitos de la sociedad y sobre todo que puedan tomar sus propias decisiones.

## 14. Costos de fabricación

Figura 10

Ficha de Costos -Hamburguesa

PRECIO MP		UNIDAD	INGREDIENTE	CANTIDAD POR PAX	CANTIDAD TOTAL	UNIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
\$	3,60	K	Carne Molida	0,080	0,800	K	\$ 0,45	\$ 4,50
\$	0,60	K	Cebolla	0,005	0,050	K	\$ 0,00	\$ 0,03
\$	2,50	K	Ajo	0,004	0,040	K	\$ 0,01	\$ 0,10
\$	0,15	U	Huevos	0,055	0,550	U	\$ 0,15	\$ 1,50
\$	2,80	U	Pan Para Hamburguesa	0,110	1,100	U	\$ 0,25	\$ 2,50
\$	21,00	K	Queso Cheddar	0,020	0,200	K	\$ 0,42	\$ 4,20
\$	0,80	K	Cebolla Perla	0,001	0,010	K	\$ 0,00	\$ 0,01
\$	1,20	L	Tomate	0,006	0,060	L	\$ 0,01	\$ 0,07
\$	1,20	K	Lechuga	0,005	0,050	K	\$ 0,01	\$ 0,06
\$	3,20	K	Mayonesa	0,020	0,200	K	\$ 0,06	\$ 0,64
<b>Subtotal de Costo</b>							<b>\$ 0,83</b>	<b>\$ 8,35</b>
5% CONDIMENTOS							0,04	0,68
5% DESPERDICIOS							0,07	0,68
<b>Costo (materia prima) MP</b>							<b>\$ 0,92</b>	<b>\$ 9,18</b>
30% (mano de directa)MOD							0,28	2,75
30% (costos generales de fab)CGF							0,28	2,75
<b>COSTO TOTAL</b>							<b>\$ 1,47</b>	<b>\$ 14,69</b>
30% UTILIDAD							0,44	4,41
<b>PRECIO</b>							<b>\$ 1,91</b>	<b>\$ 31,17</b>
IVA 12%							0,23	3,74
SERVICIO 10%							0,19	3,12
<b>PVP</b>							<b>\$ 3,80</b>	<b>\$ 38,02</b>

Nota: Receta de Costos. (Lanche,2023)

Figura 11

## Ficha de Costos-Galletas de Avena

 		<b>COSTO DE LA RECETA</b>													
NOMBRE DE RECETA															
Galletas de Avena						PAX: 10									
MATERIA PRIMA						COSTO									
PRECIO MP	UNIDAD	INGREDIENTE	CANTIDAD POR PAX	CANTIDAD TOTAL	UNIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL								
\$ 1,20	K	Avena En Hojuelas	0,012	0,120	K	\$ 0,01	\$ 0,14								
\$ 1,00	K	Harina	0,004	0,040	K	\$ 0,00	\$ 0,04								
\$ 1,00	K	Azúcar	0,004	0,040	K	\$ 0,00	\$ 0,04								
\$ 0,15	U	Huevos	0,060	0,060	U	\$ 0,00	\$ 0,01								
\$ 12,00	K	Polvo De Hornear	0,002	0,020	K	\$ 0,02	\$ 0,24								
\$ 5,60	L	Aceite De Girasol	0,006	0,060	L	\$ 0,03	\$ 0,34								
						<b>Subtotal de Costo</b>		\$ 0,08	\$ 0,82						
												5% CONDIMENTOS		0,00	0,04
												5% DESPERDICIOS		0,00	0,04
												<b>Costo (materia prima) MP</b>		\$ 0,09	\$ 0,90
												30% (mano de directa)MOD		0,03	0,27
												30% (costos generales de fab)CGF		0,03	0,27
												<b>COSTO TOTAL</b>		\$ 0,14	\$ 1,44
												30% UTILIDAD		0,04	0,43
												<b>PRECIO</b>		\$ 0,19	\$ 1,87
												IVA 12%		0,02	0,22
						SERVICIO 10%		0,02	0,19						
						<b>PVP</b>		\$ 0,23	\$ 2,28						

Nota: Receta de Costos. (Lanche,2023)

Figura 12

Ficha de Costos - Cortes básicos de cocina

PRECIO MP		UNIDAD	INGREDIENTE	CANTIDAD POR PAX	CANTIDAD TOTAL	UNIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
\$	0,60	K	Zanahoria	0,010	0,100	K	\$ 0,01	\$ 0,06
\$	0,50	K	Cebolla	0,005	0,050	K	\$ 0,00	\$ 0,03
\$	0,60	K	Papa	0,005	0,050	K	\$ 0,00	\$ 0,03
\$	0,75	K	Pimientas	0,010	0,100	K	\$ 0,01	\$ 0,08
\$	1,20	K	Tomate	0,010	0,100	K	\$ 0,01	\$ 0,12
<b>Subtotal de Costo</b>							<b>\$ 0,03</b>	<b>\$ 0,31</b>
5% CONDIMENTOS							0,00	0,02
5% DESPERDICIOS							0,00	0,02
<b>Costo (materia prima) MP</b>							<b>\$ 0,03</b>	<b>\$ 0,34</b>
30% (mano de directa)MOD							0,01	0,10
30% (costos generales de fab)CGF							0,01	0,10
<b>COSTO TOTAL</b>							<b>\$ 0,05</b>	<b>\$ 0,55</b>
30% UTILIDAD							0,02	0,16
<b>PRECIO</b>							<b>\$ 0,07</b>	<b>\$ 0,71</b>
IVA 12%							0,01	0,09
SERVICIO 10%							0,01	0,07
<b>PVP</b>							<b>\$ 0,09</b>	<b>\$ 0,87</b>

Nota: Receta de Costos. (Lanche,2023)

Figura 13

Ficha de Costos –Ensalada de Frutas

PRECIO MP		UNIDAD	INGREDIENTE	CANTIDAD POR PAX	CANTIDAD TOTAL	UNIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
\$	0,75	K	Banana	0,010	0,100	K	\$ 0,01	\$ 0,08
\$	2,25	K	Uvas	0,010	0,100	K	\$ 0,02	\$ 0,23
\$	0,80	K	Papaya	0,010	0,100	K	\$ 0,01	\$ 0,08
\$	0,15	k	Durazno	0,010	0,100	k	\$ 0,00	\$ 0,02
\$	2,20	k	Fresa	0,050	0,500	k	\$ 0,11	\$ 1,10
\$	1,25	k	Piña	0,010	0,100	k	\$ 0,01	\$ 0,13
\$	2,00	k	Mango	0,010	0,100	k	\$ 0,02	\$ 0,20
\$	1,25	L	Yogurt	0,020	0,200	L	\$ 0,03	\$ 0,25
<b>Subtotal de Costo</b>							<b>\$ 0,21</b>	<b>\$ 2,07</b>
5% CONDIMENTOS							0,01	0,10
5% DESPERDICIOS							0,01	0,10
<b>Costo (materia prima) MP</b>							<b>\$ 0,23</b>	<b>\$ 2,28</b>
30% (mano de directa)MOD							0,07	0,68
30% (costos generales de fab)CGF							0,07	0,68
<b>COSTO TOTAL</b>							<b>\$ 0,36</b>	<b>\$ 3,64</b>
30% UTILIDAD							0,11	1,09
<b>PRECIO</b>							<b>\$ 0,47</b>	<b>\$ 4,74</b>
IVA 12%							0,06	0,57
SERVICIO 10%							0,05	0,47
<b>PVP</b>							<b>\$ 0,58</b>	<b>\$ 5,78</b>

Nota: Receta de Costos. (Lanche,2023)

Figura 14

Ficha de Costos-Pizza

 		<b>COSTO DE LA RECETA</b>					
<b>NOMBRE DE RECETA</b>							
<b>ELABORACIÓN DE PIZZA</b>						<b>PAX: 10</b>	
<b>MATERIA PRIMA</b>						<b>COSTO</b>	
<b>PRECIO MP</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>INGREDIENTE</b>	<b>CANTIDAD POR PAX</b>	<b>CANTIDAD TOTAL</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>COSTO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
\$ 1,20	K	Harina	0,045	0,450	K	\$ 0,05	\$ 0,54
\$ 11,37	K	Levadura	0,001	0,010	K	\$ 0,01	\$ 0,11
\$ 1,20	K	Orégano	0,001	0,010	K	\$ 0,00	\$ 0,01
\$ 2,25	L	Aceite	0,005	0,050	L	\$ 0,01	\$ 0,11
\$ 7,20	K	Pasta de Tomate	0,010	0,100	K	\$ 0,07	\$ 0,72
\$ 1,00	K	Tomate Riñón	0,020	0,200	K	\$ 0,02	\$ 0,20
\$ 7,59	K	Queso Mozzarella	0,025	0,250	K	\$ 0,19	\$ 1,90
\$ 10,98	K	Jamón	0,025	0,250	K	\$ 0,27	\$ 2,75
\$ 8,27	K	Aceitunas	0,003	0,030	K	\$ 0,02	\$ 0,25
<b>Subtotal de Costo</b>						<b>\$ 0,66</b>	<b>\$ 6,59</b>
5% CONDIMENTOS						0,03	0,33
5% DESPERDICIOS						0,03	0,33
<b>Costo (materia prima) MP</b>						<b>\$ 0,72</b>	<b>\$ 7,25</b>
30% (mano de directa)MOD						0,22	2,17
30% (costos generales de fab)CGF						0,22	2,17
<b>COSTO TOTAL</b>						<b>\$ 1,16</b>	<b>\$ 11,60</b>
30% UTILIDAD						0,35	3,48
<b>PRECIO</b>						<b>\$ 1,51</b>	<b>\$ 15,08</b>
IVA 12%						0,18	1,81
SERVICIO 10%						0,15	1,51
<b>PVP</b>						<b>\$ 1,84</b>	<b>\$ 18,39</b>



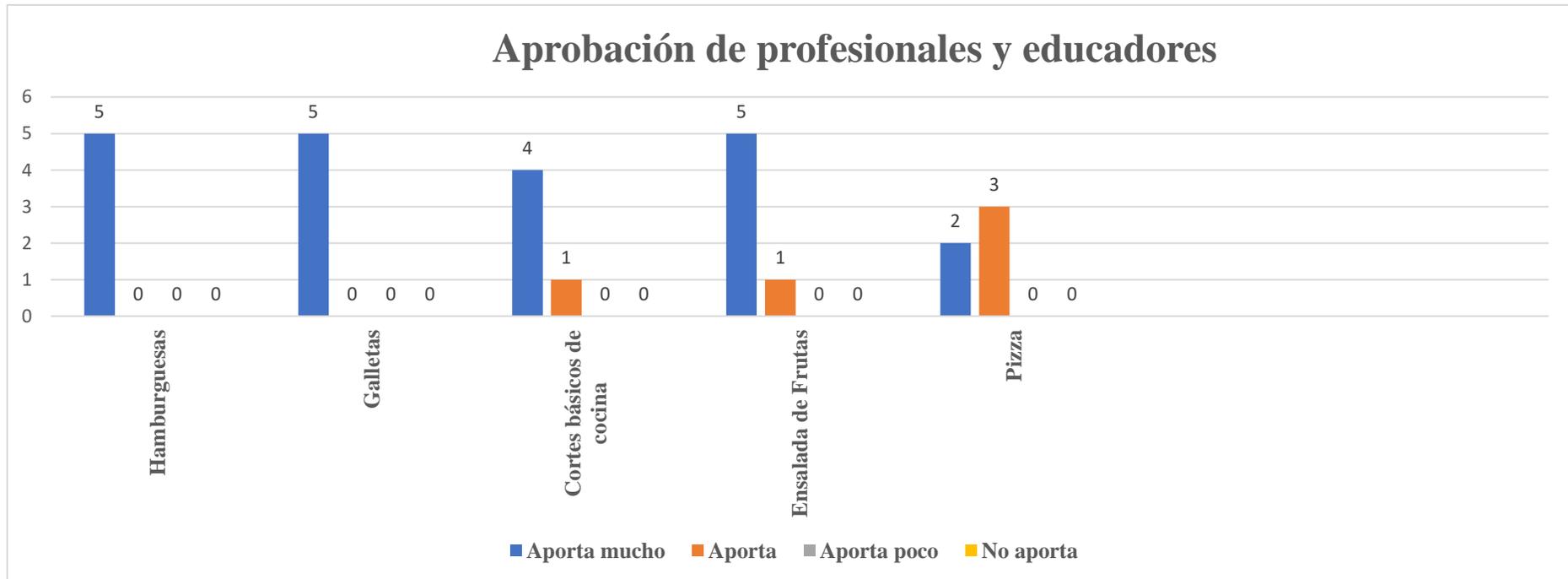
*Nota: Receta de Costos. (Lanche,2023)*

## 14.1 Tabla de evaluación hedónica

**Tabla 20.***Escala hedónica.*

Producto	Hamburguesas	Galletas	Cortes básicos de cocina	Ensalada de frutas	Pizza
Aporta mucho	5	5	4	5	2
Aporta			1		3
Aporta poco					
No aporta					
Total	5	5	5	5	5

**Nota:** Evaluación a profesionales y educadores.

**Figura 15***Evaluación a profesionales y educadores**Nota. Evaluación a profesionales y educadores*

## **Análisis los Derivados Gastronómicos**

Luego de analizar los datos de las escalas hedónicas, de las cinco elaboraciones que se presentó a los cinco profesionales del área social y educadores que laboran en el MIES, se determinó que existe una puntuación máxima en tres propuestas culinarias, tomando en cuenta características sensoriales tales como color, sabor, olor y textura, y la estimulación de la motricidad fina, las cuales son la opción de preparación de hamburguesas, galletas, y ensalada de frutas, aunque cabe indicar que existe una aceptación en otras dos opciones que el panel evaluador considera que son de aportación que son la elaboración de cortes básicos de cocina y preparación de pizza, en este contexto será las que se prestarán más atención para implementar en el centro diurno de desarrollo integral para personas con discapacidad del MIES, esperando que sean de gran aportación para los usuarios con discapacidad. Indicando además que tanto los profesionales como educadores, consideran que implementar la gastronomía como recurso didáctico permanentemente en la formación y educación de las personas con discapacidad es necesaria e importante ya que esta actividad culinaria se la aplica de manera esporádica, indican que la gastronomía es una gran propuesta, puesto que es un espacio más dinámico, creativo, que despierta el interés y motivación de tal manera facilita su entendimiento para aprender a cocinar, adquiriendo habilidades relacionadas con la manipulación y preparación de alimentos, estimulando, además sus sentidos sensoriales, y su motricidad fina en las personas con discapacidad, que además permitirá aumentar su autonomía, convirtiéndolos en entes independientes y productivos para una inclusión social y laboral.

## 14.2 Presentar la guía

### Figura 16

Portada de la guía gastronómica.



*Nota:* Portada de la guía de propuesta gastronómica como recurso didáctico a Personas con Discapacidad en el Centro Diurno MIES

### Análisis:

La presente guía de propuestas de gastronomía como recurso didáctico a Personas con Discapacidad en el Centro Diurno en donde se muestra una guía de actividades gastronómicas en base a preparaciones saludables y sencillas con enfoque didáctico para la adquisición de múltiples beneficios en las personas con discapacidad. Así mismo La presente está compuesta por introducción, en la que se hace referencia a la importancia de esta guía; recopilación bibliográfica en la que se fundamenta teóricamente la información aquí propuesta; flujogramas de procesos en donde se detalla el procedimiento a realizar; las recetas detalladas de cada una de las preparaciones y finalmente un glosario de términos en el que se puede despejar cualquier duda en cuanto al vocabulario mencionado en la guía.

## 15. Conclusiones

Después haber realizado la investigación planteada en el presente proyecto de titulación de fin de carrera se concluye:

- Como resultado de la recopilación de información por medio de encuestas, entrevistas se pudo identificar la importancia y aceptación de efectuar la gastronomía como recurso didáctico en la educación de las personas con discapacidad, donde se brinde la oportunidad de crear espacios que le permitan aprender, conocer, interactuar, promover habilidades, mejorar destrezas, incrementar el funcionamiento individual, y mejorar su autonomía, impulsando de tal manera la integración a la sociedad de las personas con discapacidad.
- Se dio lugar a efectuar talleres de gastronomía con un enfoque didáctico, en donde se promovió un espacio creativo y atractivo para las personas con discapacidad, dando como resultado un lugar de conocimiento, ambiente dinámico, y autodescubrimiento de sus capacidades, despertando el interés y motivación que facilitó su entendimiento para aprender a cocinar, para relacionarse mejor, por esta razón promueve la autonomía y la inclusión de las personas con discapacidad.
- El contexto donde llevo a cabo la propuesta también ha facilitado la puesta en marcha del mismo, puesto que sin la colaboración del centro diurno de Desarrollo Integral para Personas con Discapacidad hubiese no hubiese sido posible comprobar todo lo que se detalla en el presente trabajo de investigación.

## 16. Recomendaciones

Una vez realizada la investigación planteada en el presente proyecto de titulación de fin de carrera se recomienda:

- La inclusión e implementación de talleres permanentes y continuos de gastronomía en el Centro Diurno de Desarrollo Integral para Personas Con Discapacidad Mies Loja, en donde las personas con discapacidad tengan la oportunidad de aprender a cocinar, de hacer sus creaciones culinarias que permitan estimular su habilidad, mejorar sus destrezas, su autonomía e incrementen el funcionamiento individual, dado que resulta básico e indispensable para mejorar su calidad de vida y aumentar su autoestima, que a su vez permitirá y será una oportunidad para la inclusión social.
- Del mismo modo que las clases sean con un enfoque didáctico con herramientas que faciliten el entendimiento, es decir que sean dinámicas, creativas, que estimule el interés y motivación para la persona con discapacidad.
- Por último, se recomienda utilizar la presente recopilación documental como guía, debido a que se constituye en un instrumento o técnica de investigación general cuya finalidad establece en la búsqueda de información actualizada en el desarrollo de una investigación, puesto que considera teorías recientes, propias y oportunas, y así mejorar la calidad de futuros proyectos y obtener mejores resultados.

## 17. Presupuesto

El presente proyecto de investigación tiene un presupuesto de los materiales utilizados:

### 17.1 Gasto material de oficina

En este punto se toma en cuenta los gastos que se realizarán en base a los materiales y suministros de oficina, los cuales permitirán el desarrollo del documento bibliográfico, para la presentación en forma física y digital del anteproyecto y proyecto de investigación de fin de carrera.

### 17.2 Gastos de producción

En cuanto a este apartado se considera los gastos que se realizarán en base a materia prima, mano de obra directa, suministros, que serán involucrados en el proceso de enseñanza gastronómica a usuarios con discapacidad en el centro diurno MIES.

### 17.3 Gastos estipulados para la presente investigación

**Tabla 21:**

*Costos y presupuesto*

Detalle	Precio unitario	valor total
Materia Prima	60.00	60.00
Materiales de oficina	10.00	10.00
Impresiones	05.00	50.00
Borradores del Proyecto	8.00	40.00
Proceso de Titulación	864.00	864.00
Transporte	0.30	15.00
Internet	23.00	23.00
Otros	20.00	20.00
Total, presupuesto		1,082

*Nota: la tabla indica los ingresos y egresos del proyecto de investigación*

## 18. Cronograma

**Tabla 22:**

*Cronograma detallado de las actividades para el proyecto de titulación*

CRONOGRAMA DETALLADO DE ACTIVIDADES																																	
ESTUDIANTE: Byron Mauricio Lanche Jiménez																																	
CARRERA: Gastronomía		SEMESTRE: Octubre 2022– Marzo 2023																															
ACTIVIDADES		Octubre				Noviembre				Diciembre				Enero				Febrero				Marzo				Abril							
Componente	Proyecto de Investigación de Fin de Carrera	Semana				Semana				Semana				Semana				Semana				Semana											
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Planteamiento del tema		x																															
Identificación del problema			x																														
Elaboración de justificación				x																													
Planteamiento objetivos general y específicos					x																												
Marco institucional y Marco teórico								x																									
Entrega de solicitud al Mies Loja								x																									
Elaboración de la Metodología									x																								
Presentación del Anteproyecto de Investigación y Elaboración de cronograma												x																					
Elaboración de entrevista													x																				
Presentación de resultados																																	
Elaboración de conclusiones y recomendaciones																																	
Presentación de borrador de tesis																																	
Entrega de borradores de proyectos de investigación de fin de carrera																																	
Revisión de parte del director																																	
Aprobación de tesis																																	
Disertación																																	

*Nota: la tabla representa las actividades a realizar el proyecto de titulación.*

## 19. Referencias

- Acosta, M. (2022). *4 motivos por los que personas con discapacidad no consiguen empleo* | *Incluyeme.com*. <https://www.incluyeme.com/4-motivos-los-personas-discapacidad-no-consiguen-empleo/?reload=933229>
- Arquitectura de una Carolina. (2022). *La gastronomía sensorial - Arquitectura de una Carolina*. <https://www.arquitecturadeunacarolina.com/la-gastronomia-sensorial/>
- Body, V. (2023). *Los cinco sentidos*. <https://www.visiblebody.com/es/learn/nervous/five-senses>
- Bohórquez, Á. (2022). *¿Qué es un recurso didáctico?* | *Compartir Palabra maestra*. <https://www.compartirpalabramaestra.org/articulos-informativos/que-es-un-recurso-didactico>
- Boloña, M. (2021). *Talento y creatividad de los estudiantes con discapacidad intelectual en el arte culinario*. <https://www.fasinarm.edu.ec/arte-culinario/>
- Caldera, Y. (2019). *Gastronomía saludable*. <https://es.slideshare.net/calidadyalimentum/gastronomia-saludable>
- Carlos Aguirre-García, J., Guillermo Jaramillo-Echeverri, L., Carlos Jaramillo-Echeverri, J., y Guillermo, L. (2012). Aportes del método fenomenológico a la investigación educativa. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 8(2), 51-74.
- Casas, J., Repullo, J., y Donado, J. (2020). La encuesta como técnica de investigación. *Atención Primaria*, 31(8), 527-538. <https://pedagogiadeloprimido.com/la-encuesta-como-tecnica-de-investigacion/>
- Castillero, O. (2018). Los 6 tipos de discapacidad y sus características. *Psicología y Mente*, 01. <https://psicologiaymente.com/salud/tipos-de-discapacidad>

- CDC. (2018). *Inclusión de personas con discapacidades / Las discapacidades y la salud*. Centro Nacional de Defectos Congénitos y Discapacidades del Desarrollo de los CDC. <https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/disabilityandhealth/disability-inclusion.html>
- CDC. (2020). *Barreras para las personas con discapacidades / Las discapacidades y la salud / NCBDDD / CDC*. CDC. <https://www.cdc.gov/ncbddd/spanish/disabilityandhealth/disability-barriers.html>
- Consumolab. (2016). *Las 9 propiedades principales en la evaluación de la textura de un alimento*. 31/08/2016. <https://www.alfa-editores.com.mx/las-9-propiedades-principales-en-la-evaluacion-de-la-textura-de-un-alimento/>
- Consultores, B. (2021). *Tipos y métodos de entrevistas en la investigación - Online Tesis*. <https://online-tesis.com/tipos-y-metodos-de-entrevistas-en-la-investigacion/>
- Doris, F. (2019). *Fenomenología: Concepto, Historia, Métodos y Aplicaciones*. Concepto.de. <https://concepto.de/fenomenologia/>
- Economipedia. (2019). *Contaminación - Definición, qué es y concepto*. Economipedia. <https://enciclopedia.net/gastronomia/>
- Editorial, R. (2021). *Percepnet*. [http://www.percepnet.com/perc03\\_02.htm](http://www.percepnet.com/perc03_02.htm)
- Enrique, L., y Guervós, S. (2005). *La hermenéutica metódica de Friedrich Schleiermacher*.
- Fabbri, M. (s. f.). *Las técnicas de investigación: la observación*.
- García, M. (2021). *Rompamos las barreras de la discapacidad y reconstruyamos una sociedad más inclusiva*. <https://blogs.worldbank.org/es/latinamerica/rompamos-las-barreras-de-la-discapacidad-y-reconstruyamos-una-sociedad-mas-inclusiva>
- Garriga García, M., Ruiz de las Heras de la Hera, A., Garriga García, M., y Ruiz de las Heras

- de la Hera, A. (2018). Dietética hospitalaria y gastronomía saludable. *Nutrición Hospitalaria*, 35(SPE4), 140-145. <https://doi.org/10.20960/NH.2140>
- Garzón, S. (2019). *La importancia y investigación de la gastronomía y sus ramas*.  
<https://www.periodicodigitalgratis.com/20784/la-importancia-y-investigacion-de-la-gastronomia-y-sus-ramas-con177969>
- Guerrero Rodrigo. (2022). *¿Qué es la cocina sensorial?* <https://estudiarcocina.com/estilos-de-cocina/que-es-la-cocina-sensorial/>
- Gil, I. (2018). *¿Qué es la discapacidad? Evolución histórica y cultural | Fundación Adecco*.  
<https://fundacionadecco.org/blog/que-es-la-discapacidad-evolucion-historica/>
- Girondella, L. (2022). *¿Qué es autonomía? Significado y efectos – Contrapeso.info*.  
<https://contrapeso.info/que-es-autonomia-significado/>
- Herrera, H. (2021). *Guía sobre los tipos de cortes en la cocina | Aprende Institute*.  
<https://aprende.com/blog/gastronomia/tecnicas-culinarias/tipos-de-corte/>
- Incluyeme. (2018). *¿Qué es la inclusión? | Incluyeme.com*. <https://www.incluyeme.com/que-es-la-inclusion-2/>
- Johnson, C. (2018). *Los Beneficios de PDCA*. <https://www.larazon.es/familia/los-beneficios-de-cocinar-HC21546100/>
- Jorge Castro, y Julio Fitipaldo. (2020). La Encuesta como Técnica de Investigación, Validez y Confiabilidad. <https://ude.edu.uy/la-encuesta-como-tecnica-de-investigacion-validez-y-confiabilidad/>.
- Laura, C. :, Díaz-Bravo, P., Díaz-Bravo, L., Torruco-García, U., Martínez-Hernández, M., y Varela-Ruiz, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en educación médica*, 2(7), 162-167.

[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-50572013000300009&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-50572013000300009&lng=es&nrm=iso&tlng=es)

Lozada-Muñoz, T. S. S., y Vargas-Hernández, J. S. (2020). CARACTERIZACIÓN DEL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL. *Revista digital: Actividad Física y Deporte*, 6(2). <https://doi.org/10.31910/RDAFD.V6.N2.2020.1566>

Luis, S. (2011). *Metodología proyectual por Bruno Munari*. Cómo nacen los objetos.

Apuntes para una metodología proyectual.

<https://www.cosasdearquitectos.com/2011/03/metodologia-proyectual-por-bruno-munari/>

Madera, R. (2019). *8 barreras que romper para defender los derechos de las personas con discapacidad - Revista Haz*. <https://hazrevista.org/rsc/2019/09/8-barreras-que-romper-para-defender-los-derechos-de-las-personas-con-discapacidad/>

Madrid, C. (2021). *ÍNDICE 2.1 EL COMPONENTE SOCIAL DEL CONCEPTO DE DISCAPACIDAD Página 2 2.2 EL CONCEPTO DE DISCAPACIDAD Página 4 2.3 TIPOS DE DISCAPACIDAD Página 2.3.1 Discapacidad física Página 2.3.2 Discapacidad sensorial Página 2.3.3 Discapacidad psíquica Página 2.4 CER*.

Malajovich, A. (2008). *IMPORTANCIA DE LA DIDÁCTICA EN LA EDUCACIÓN*

*PREESCOLAR*. [soda.ustadistancia.edu.co](http://soda.ustadistancia.edu.co).

[http://soda.ustadistancia.edu.co/enlinea/mariachaleladidacticasyestrategiasenelaula\\_mariachalela/importancia\\_de\\_la\\_didctica\\_en\\_la\\_educacin\\_preescolar.html](http://soda.ustadistancia.edu.co/enlinea/mariachaleladidacticasyestrategiasenelaula_mariachalela/importancia_de_la_didctica_en_la_educacin_preescolar.html)

Maguey, P. (s. f.). *Hidratación ayuda a mejorar la concentración*. Recuperado 22 de marzo de 2023, de <https://kitchenacademy.es/la-cocina-ayuda-mejorar-la-psicomotricidad/>

Méndez, D. (2020). *¿Qué es el Tamaño de muestra? / Glosario de economía y estadística.*

Definición de Tamaño de la muestra. <https://www.economiasimple.net/glosario/tamano-de-muestra>

Montaño, J. (2022). *Historia de la ecología: desde su origen hasta la actualidad.*

<https://www.lifeder.com/historia-gastronomia-mundial/>

Mútua Terrassa. (2020). *¿Qué es el desarrollo psicomotor? Mútua Terrasa.*

[https://mutuaterrassa.com/blogs/es/blog\\_pediatria/desarrollo-psicomotor](https://mutuaterrassa.com/blogs/es/blog_pediatria/desarrollo-psicomotor)

Msp. (2022). *Discapacidad.* <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/promocion-social/Discapacidad/Paginas/discapacidad.aspx>

Neurocentro Administracion. (2022). *La psicomotricidad y sus beneficios.* <https://neurocentro.com/>. <https://neuro-centro.com/la-psicomotricidad-y-sus-beneficios/>

Núñez, M. (2022). *La comida saludable es la nueva tendencia gastronómica.*

[https://www.cuerpamente.com/alimentacion/comida-saludable-nueva-tendencia-gastronomica\\_9326](https://www.cuerpamente.com/alimentacion/comida-saludable-nueva-tendencia-gastronomica_9326)

Raffino, M. (2020). *Gastronomía - Concepto, historia, importancia, tipos y ejemplos.*

Gastronomia. <https://concepto.de/gastronomia/>

Rejuega. (2018). *La cocina: un laboratorio de aprendizaje para los niños / Rejuega - y*

*disfruta jugando!* <https://rejuega.com/juego-aprendizaje/juego-educativo/la-cocina-un-laboratorio-de-aprendizaje-para-los-ninos/>

Rojas, J. (2022). *Breve historia de la gastronomía: cuándo nació el arte del comer y qué*

*implica.* <https://www.directoalpaladar.com/cultura-gastronomica/breve-historia-gastronomia-cuando-nacio-arte-comer-que-implica>

Saez, A., Barrientos Cruz, M. I., & Noemi, A. (2014). *UNIVERSIDAD NACIONAL DEL*

*CENTRO DEL PERÚ TESIS PRESENTADA POR LAS BACHILLERES: Para optar el Título Profesional de.*

Sánchez, D. (2015). El valor del proceso como metodología proyectual. *ILUSTRAFIC 2015. 2º CONGRESO INTERNACIONAL DE ARTE, ILUSTRACIÓN Y CULTURA*, 74-79.

<https://doi.org/10.4995/ILUSTRAFIC/ILUSTRAFIC2015/342>

Solano, D. (2020). Limitaciones institucionales frente a la educación inclusiva de estudiantes con discapacidad del nivel de bachillerato de los establecimientos educativos particulares del Cantón Pasaje. *Universidad Católica de Cuenca*.

<https://dspace.ucacue.edu.ec/handle/ucacue/9963>

Sunrise, M. (2020). *Mejorar la autonomía de personas con discapacidad | Sunrise Medical*.

<https://www.sunrisemedical.es/blog/mejorar-autonomia-discapacidad>

Talentchef. (s. f.). *talentchef | La gastronomía a través de los cinco sentidos*. Recuperado 24 de marzo de 2023, de <https://www.talentchef.com/gastronomia-cinco-sentidos/>

Teka. (2019). *La cocina como herramienta de estimulación cognitiva | Teka España*.

<https://www.teka.com/es-es/inspiracion/recetas-y-gastronomia/la-cocina-como-herramienta-de-estimulacion-cognitiva/>

Therapy, E. P. (2008). *Uso de actividades de cocina para desarrollar habilidades motoras finas | Emerge Pediatric Therapy*. <https://emergepediatrictherapy.com/es/uso-de-actividades-de-cocina-para-desarrollar-habilidades-motoras-finas/>

Tomalá, A., Villón, K., y Muñoz, A. (2018). LA EDUCACIÓN ESPECIAL EN LA REALIDAD ECUATORIANA DEL SIGLO XXI. *ISTBT*, 13-23.

UNSTA. (2021). *Gastronomía para la vida independiente de personas con discapacidad*

*intelectual y el desarrollo - Universidad del Norte Santo Tomás de Aquino.*

<https://www.unsta.edu.ar/extension/gastronomia-para-la-vida-independiente-de-personas-con-discapacidad-intelectual-y-el-desarrollo/>

Vives, V. (2021). *5 ideas para educar en gastronomía sostenible desde los primeros años.*

<https://blog.vicensvives.com/5-ideas-para-educar-en-gastronomia-sostenible-desde-los-primeros-anos/>

Wited. (2011). *Sistemas sensoriales - los sentidos.* Agosto.

<https://www.portaleducativo.net/quinto-basico/97/Sistemas-sensoriales-los-sentidos>

## 20. Anexos

### Anexo 1

#### Presupuesto

Detalle	Precio unitario	valor total
Materia Prima	60.00	60.00
Materiales de oficina	10.00	10.00
Impresiones	05.00	50.00
Borradores del Proyecto	8.00	40.00
Proceso de Titulación	864.00	864.00
Transporte	0.30	15.00
Internet	23.00	23.00
Otros	20.00	20.00
Total, presupuesto		1,082

## Anexo 2

Certificaciones varias.

Certificación de haber culminado los talleres en el centro diurno MIES.



**Gobierno  
del Encuentro**

**GUILLERMO LASSO  
PRESIDENTE**

Loja, 06 de abril del 2023

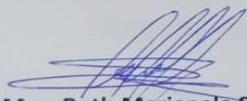
Mgs. Ruth Marianela Silva Córdova

**COORDINADORA DEL CENTRO DIURNO DE DESARROLLO INTEGRAL  
PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD DEL MIES LOJA.**

---

**CERTIFICA:**

Que el Sr. **BYRON MAURICIO LANCHE JIMÉNEZ**, con cedula de ciudadanía número **1104113632**, estudiante del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano, carrera de Gastronomía, realizó Talleres de capacitación denominado “La Gastronomía como Recurso Didáctico en la Educación de los Usuarios del Centro Diurno de Desarrollo Integral para Personas con Discapacidad del Mies – Loja”.



**Mgs. Ruth Marianela Silva Córdova**

CENTRO DE PROTECCION  
PERSONAS CON DISCAPACIDAD  
"CEPRODIS" LOJA  
RECEPCION DE DOCUMENTOS  
Loja, de \_\_\_\_ del 201\_\_ Hora \_\_\_\_  
Anexos \_\_\_\_\_  
Firma: \_\_\_\_\_

**COORDINADORA DEL CENTRO DIURNO DE DESARROLLO INTEGRAL PARA  
PERSONAS CON DISCAPACIDAD DEL MIES LOJA.**

**Ministerio de Inclusión Económica y Social**

Dirección: Lauro Guerrero y Venezuela

Código Postal: 110101

Teléfono: 072-587586

[www.inclusion.gob.ec](http://www.inclusion.gob.ec)



República  
del Ecuador

VICERRECTORADO ACADÉMICO

---

Loja, 14 de Febrero del 2023  
Of. N° 829 -VDIN-ISTS-2023

Sr.(ita). LANCHE JIMENEZ BYRON MAURICIO  
**ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE TECNOLOGÍA SUPERIOR EN GASTRONOMIA**

Ciudad

De mi consideración:

Por medio de la presente me dirijo a ustedes para comunicarles que una vez revisado el anteproyecto de investigación de fin de carrera de su autoría titulado **LA GASTRONOMIA COMO RECURSO DIDACTICO EN LA EDUCACIÓN AL CENTRO DIURNO DE DESARROLLO INTEGRAL PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD DEL MIES, LOJA 2022**, el mismo cumple con los lineamientos establecidos por la institución; por lo que se autoriza su realización y puesta en marcha, para lo cual se nombra como director de su proyecto de fin de carrera (el/la) mGs. RENE ANDRES JARAMILLO GAMBOA.

Particular que le hago conocer para los fines pertinentes.

Atentamente,



Ing. Germán Patricio Villamarín Coronel Mgs.  
**VICERRECTOR DE DESARROLLO E INNOVACION DEL ISTS**

**Anexo 3**

Oficio hacia la empresa beneficiaria



INSTITUTO TECNOLÓGICO  
**SUDAMERICANO**  
*Hacemos gente de talento!*



**GASTRONOMÍA**  
TECNOLOGÍA SUPERIOR

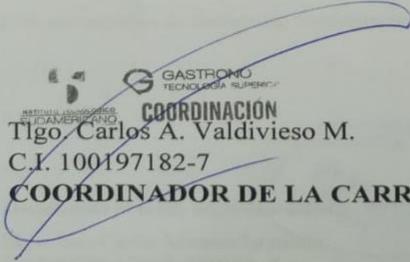
Sr.  
Mgs. Juan Carlos Moreno  
**COORDINADOR DE MIES DE ZONA 7**

En su despacho:

Reciba un cordial y atento saludo con el deseo máximo de éxitos en las funciones que usted muy acertadamente realiza, en especial por parte del Instituto Superior Tecnológico Sudamericano, del Tlgo. Carlos Valdivieso en calidad de coordinador de la T.S. en gastronomía, la presente es para solicitarle de manera más comedida, a su distinguida persona permita desarrollar el proyecto de fin de carrera de Byron Mauricio Lanche Jiménez con cedula de identidad 1104113632 con el tema “LA GASTRONOMIA COMO RECURSO DIDACTICO EN LA EDUCACIÓN DE LAS PERSONAS DEL MIES CON DISCAPACIDAD DE LA CIUDAD DE LOJA 2023”. misma que será de aportación para su prestigiosa institución.

En espera de consideración ante lo mencionado, le extendemos nuestro agradecimiento por la oportunidad brindada.

Atentamente



**COORDINACIÓN**  
Tlgo. Carlos A. Valdivieso M.  
C.I. 100197182-7  
**COORDINADOR DE LA CARRERA**

MINISTERIO DE INCLUSIÓN ECONÓMICA Y SOCIAL  
Documento No.: MIES-CZ-7-2022-2820-EXT  
Fecha: 2022-12-06 11:34:54 GMT -05  
Recibido por: Lupe Yhasenia Espinoza Azanza  
Para verificar el estado de su documento ingrese a:  
<https://www.gestiondocumental.gob.ec>  
con el usuario:1001971827

## Anexo 4

Oficio de la respuesta de la empresa beneficiaria



**GUILLERMO LASSO**  
PRESIDENTE

**Oficio Nro. MIES-CZ-7-2022-1747-OF**  
**Loja, 07 de diciembre de 2022**

**Asunto:** Respuesta a la autorización para desarrollar el proyecto de fin de carrera del Sr. Byron Mauricio Lanche Jiménez con el tema Gastronomía como recurso didáctico en la educación de las personas del MIES con Discapacidad.

Coodinador Carrera de Gastronomía  
Carlos Andres Valdivieso Meneses  
En su Despacho

De mi consideración:

En respuesta al Documento No. MIES-CZ-7-2022-2820-EXT, Con Oficio s/n, s/f, en el cual solicita autorización para desarrollar el proyecto de fin de carrera del Sr. Byron Mauricio Lanche Jiménez con el tema Gastronomía como recurso didáctico en la educación de las personas del MIES con Discapacidad.

En este contexto me permito informar que cuenta con la autorización para realizar el proyecto de investigación " Gastronomía como recurso didáctico en la educación de las personas del MIES con Discapacidad", el mismo que se podrá realizar en el servicio de atención directa del MIES Centro Diurno de Desarrollo Integral para personas con discapacidad.

Es necesario indicar que un ejemplar de la investigación debe entregarse en las instalaciones del servicio para apoyo al equipo técnico en su trabajo diario con los usuarios.

Particular que informo para los fines pertinentes

Con sentimientos de distinguida consideración.

Atentamente,



**Documento firmado electrónicamente**  
Mgs. Juan Carlos Moreno Jaramillo  
**COORDINADOR ZONAL 7**

**Ministerio de Inclusión Económica y Social**  
www.inclusion.gob.ec



1/2

\* Documento firmado electrónicamente por Quidux



GUILLERMO LASSO  
PRESIDENTE

Oficio Nro. MIES-CZ-7-2022-1747-OF

Loja, 07 de diciembre de 2022

Referencias:

- MIES-CZ-7-2022-2820-EXT

Anexos:

- [untitled](16)0064547001670344683.pdf

Copia:

Señora Magíster  
Ruth Marianela Silva Cordova  
Asistente de Acompañamiento Familiar Distrital - GESTION DE DISCAPACIDADES

sejp



FIRMADO ELECTRONICAMENTE POR:  
JUAN CARLOS  
MORENO  
JARAMILLO

Ministerio de Inclusión Económica y Social  
www.inclusion.gob.ec



## Anexo 5

*Certificado de aprobación del Abstrac,*



CERTIF. N° 007-JP-ISTS-2023  
Loja, 25 de abril de 2023

El suscrito, Lic. Juan Pablo Quezada Rosales, **DOCENTE DEL ÁREA DE INGLÉS - CIS DEL INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO "SUDAMERICANO"**, a petición de la parte interesada y en forma legal,

**C E R T I F I C A:**

Que el apartado **ABSTRACT** del Proyecto de Investigación de Fin de Carrera del señor **BYRON MAURICIO LANCHE JIMENEZ** estudiante en proceso de titulación periodo Octubre 2022 – Marzo 2023 de la carrera de **GASTRONOMÍA**; está correctamente traducido, luego de haber ejecutado las correcciones emitidas por mi persona; por cuanto se autoriza la impresión y presentación dentro del empastado final previo a la disertación del proyecto.

Particular que comunico en honor a la verdad para los fines académicos pertinentes.

*English is the doorway to the future.*

  
Lic. Juan Pablo Quezada Rosales  
**DOCENTE DEL ÁREA DE INGLÉS ISTS - CIS**

## Anexo 6

Escala hedónica.

Producto	Hamburguesas	Galletas	Cortes básicos de cocina	Ensalada de frutas	Pizza
Aporta mucho	5	5	4	5	2
Aporta			1		3
Aporta poco					
No aporta				Área de trazado	
Total	5	5	5	5	5

## Anexo 7

Evidencia fotográfica.









 INSTITUTO TECNOLÓGICO SUDAMERICANO <i>Hacemos gente de talento!</i>		 GASTRONOMÍA TECNOLOGÍA SUPERIOR		<b>HOJA DE FABRICACIÓN</b>	
<b>NOMBRE DE LA RECETA:</b>		<b>Pizza</b>			
INGREDIENTES	CANTIDAD	MISE PLACE	TECNICA	HERRAMIENTA	
Harina	0,045	reservar	tamizar	bowl	
Levadura	0,001	reservar	tamizar	bowl pequeño	
oregano	0,001	reservar		bowl pequeño	
sal	0,001	reservar		bowl pequeño	
agua	0,030	reservar		bowl pequeño	
aceite	0,005	reservar		bowl pequeño	
pasta de tomate	0,010	reservar		bowl pequeño	
tomate de riñon	0,020	cortar	rondeles	tabla y cuchillo	
queso mozzarella	0,025	reservar		bowl pequeño	
jamón	0,025	picar	cortar	tabla y cuchillo	
aceitunas verdes	0,003	reservar		tabla y cuchillo	
<b>PROCEDIMIENTO</b>			<b>IMAGEN</b>		
1. Precalienta el horno a 200°C.					
2. Toma los ingredientes secos para la masa y mézclalos en un					
3. Realiza un hoyo en el centro de los ingredientes e incorpora los					
4. Mezcla bien y empieza amasar en el mismo recipiente.					
5. Retira del recipiente y continúa amasando la masa en el mesón enharinado, amasa hasta que la masa se desprenda de tus manos .					
6. Para la salsa, coloca todos los ingredientes en un sartén y cocina durante 5 minutos espesando ligeramente la salsa.					
.7 . Enfría y reserva.					
8. Toma la masa reservada anteriormente y estírala en forma redonda del tamaño de tu molde coloca la salsa sobre la masa					
9. Lleva la pizza al horno precalentado y hornea durante 10 a 15					
.					

 		HOJA DE FABRICACIÓN		
NOMBRE DE LA RECETA:		Ensalada de frutas		
INGREDIENTES	CANTIDAD	MISE PLACE	TECNICA	HERRAMIENTA
Banana	0,010	picar	cuadros media	tabla y cuchillo
uvas	0,010	picar	cuadros media	tabla y cuchillo
Papaya	0,010	picar	cuadros media	tabla y cuchillo
Durazno	0,010	picar	cuadros media	tabla y cuchillo
Fresa	0,050	picar	cuadros media	tabla y cuchillo
Piña	0,010	picar	cuadros media	tabla y cuchillo
Mango	0,010	picar	cuadros media	tabla y cuchillo
Yogurth	0,020	reservar		bowl
PROCEDIMIENTO				
.1.Lavar muy bien todas las frutas y secar.				
.2.Retirar la cáscara de las bananas así como la piel del mango, la papaya, los duraznos, la piña				
.3.Cortar los duraznos y las fresas y uvas en gajos.				
.4.Cortar las bananas en rodajas.				
.5.Cortar la papaya y la piña en cubos de 1 o 2 centímetros al igual que el mango.				
.6.Agregar todas las frutas en un bowl y mezclar, añadir el yogurt y decorar con leche condensada.				
.				



				<b>COSTO DE LA RECETA</b>			
<b>NOMBRE DE RECETA</b>							
<b>hamburguesas</b>						<b>PAX:</b>	<b>10</b>
<b>MATERIA PRIMA</b>						<b>COSTO</b>	
PRECIO MP	UNIDAD	INGREDIENTE	CANTIDAD POR PAX	CANTIDAD TOTAL	UNIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
\$ 3,60	K	carne molida	0,080	0,800	K	\$ 0,29	\$ 2,88
\$ 0,60	K	cebolla	0,005	0,050	K	\$ 0,00	\$ 0,03
\$ 2,50	K	ajo	0,004	0,040	K	\$ 0,01	\$ 0,10
\$ 0,15	U	huevos	0,055	0,550	U	\$ 0,01	\$ 0,08
\$ 0,25	U	pan para hamburg	0,110	1,100	U	\$ 0,03	\$ 0,28
\$ 21,00	k	queso cheddar	0,020	0,200	k	\$ 0,42	\$ 4,20
\$ 0,80	k	cebolla perla	0,001	0,010	k	\$ 0,00	\$ 0,01
\$ 1,20	L	tomate	0,006	0,060	L	\$ 0,01	\$ 0,07
\$ 1,20	K	lechuga	0,005	0,050	K	\$ 0,01	\$ 0,06
\$ 3,20	K	mayonesa	0,020	0,200	K	\$ 0,06	\$ 0,64
<b>Subtotal de Costo</b>						<b>\$ 0,83</b>	<b>\$ 8,35</b>
5% CONDIMENTOS						0,04	0,42
5% DESPERDICIOS						0,04	0,42
<b>Costo (materia prima) MP</b>						<b>\$ 0,92</b>	<b>\$ 9,18</b>
30% (mano de directa)MOD						0,28	2,75
30% (costos generales de fab)CGF						0,28	2,75
<b>COSTO TOTAL</b>						<b>\$ 1,47</b>	<b>\$ 14,69</b>
30% UTILIDAD						0,44	4,41
<b>PRECIO</b>						<b>\$ 1,91</b>	<b>\$ 19,10</b>
IVA 12%						0,23	2,29
SERVICIO 10%						0,19	1,91
<b>PVP</b>						<b>\$ 2,33</b>	<b>\$ 23,30</b>



 INSTITUTO TECNOLÓGICO SUDAMERICANO <i>hacemos gente de talento</i>		 GASTRONOMÍA TECNOLOGÍA SUPERIOR			<b>HOJA DE FABRICACIÓN</b>	
NOMBRE DE LA RECETA:		TIPOS DE CORTES BÁSICOS EN LA COCINA				
INGREDIENTES	CANTIDAD	MISE PLACE	TECNICA	HERRAMIENTA		
zanahoria	0,010	cantidad necesaria	bastones	tabla y cuchillo		
cebolla	0,005	cantidad necesaria	brunoise	tabla y cuchillo		
papa	0,005	cantidad necesaria	cubois medianos	tabla y cuchillo		
cebolla	0,010	cantidad necesaria	juliana	tabla y cuchillo		
tomate	0,010	cantidad necesaria	brunoise	tabla y cuchillo		
<b>PROCEDIMIENTO</b>						
<b>1. Mirepoix</b> Con este corte obtenemos pequeños cuadraditos de 1 cm. Para conseguir este tipo de corte primero tenemos que hacer bastoncillos y luego ya los cuadraditos de 1 cm.						
<b>2. Brunoise</b> se corta en daditos muy pequeños de apenas unos 2mm. Al ser un corte tan pequeño.						
<b>3. Juliana</b> Cortar en juliana normalmente es el corte que se suele utilizar para cortar la cebolla y aplicar a otro tipo de ingredientes como las verduras.						
<b>4. Bastones</b> Pele la zanahoria y córtela en trozos de 2 a 3 pulgadas. Corte un lado para obtener una superficie plana, repita con los lados restantes.						