



**UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR**  
**DIRECCIÓN DE POSGRADO**  
**MAESTRIA EN EDUCACION INICIAL**



**TRABAJO DE TITULACION**  
**MODALIDAD: PROYECTO DE INVESTIGACION Y DESARROLLO**

**PREVIO A LA OBTENCION DEL TITULO DE**  
**MAGISTER EN EDUCACION INICIAL**

**TEMA:**  
**EL VALOR NUTRICIONAL Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LA**  
**EDUCACIÓN INICIAL. UNIDAD EDUCATIVA DEL MILENIO**  
**INTERCULTURAL SALINAS. CANTÓN GUARANDA. 2018**

**AUTORA:**  
**LIC. DIANA PAOLA SALAZAR GUARACA**

**TUTORA:**  
**LIC. JELEN LOPEZ. MSc**

**2017-2018**



**UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR**  
**DIRECCIÓN DE POSGRADO**  
**MAESTRIA EN EDUCACION INICIAL**



**TRABAJO DE TITULACION**  
**MODALIDAD: PROYECTO DE INVESTIGACION Y DESARROLLO**

**PREVIO A LA OBTENCION DEL TITULO DE**  
**MAGISTER EN EDUCACION INICIAL**

**TEMA:**  
**EL VALOR NUTRICIONAL Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LA**  
**EDUCACIÓN INICIAL. UNIDAD EDUCATIVA DEL MILENIO**  
**INTERCULTURAL SALINAS. CANTÓN GUARANDA. 2018**

**AUTORA:**  
**LIC. DIANA PAOLA SALAZAR GUARACA**

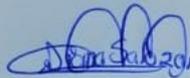
**2017-2018**

## I. DERECHOS DE AUTOR

Yo, Lic. Diana Pola Salazar Guaraca, en calidad de autora del proyecto de investigación y desarrollo: **“EL VALOR NUTRICIONAL Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LA EDUCACIÓN INICIAL. UNIDAD EDUCATIVA DEL MILENIO INTERCULTURAL SALINAS. CANTÓN GUARANDA. 2018”**, autorizo a la Universidad Estatal de Bolívar hacer uso de todos los contenidos que me pertenecen o parte de los que contiene esta obra, con fines estrictamente académicos o de investigación.

Los derechos que como autora me corresponden, con excepción de la presente autorización, seguirán vigentes a vuestro favor, de conformidad con lo establecido en los artículos 5, 6, 8; 19 y demás pertinentes de la Ley de Propiedad Intelectual y su Reglamento.

Así mismo, autorizo a la Universidad Estatal de Bolívar para que realice la digitalización y publicación de este trabajo de investigación en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la ley Orgánica de Educación Superior.



---

Lic. Diana Paola Salazar Guaraca

C.I. 020208514-8

## CERTIFICADO DE URKUND

**Maestrante:** Lic. Diana Paola Salazar Guaraca

**Tutora:** Lic. Jelen Narcisa López Ramos



<https://secure.orkund.com/view/47888270-5512>

2



ORKUND

Lista de fuentes **Bloques** I WANT TO TRY THE BETA Jniopez (jniopez@ueb.edu.ec)

Categoría	Enlace/nombre de archivo	
	Pi Paola.docx	
<b>Fuentes alternativas</b>		
<input type="checkbox"/>	EP-T-GV-1128.docx	<input checked="" type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	EP-T-GV-1128.docx	<input checked="" type="checkbox"/>
<b>Fuentes no usadas</b>		

**Documento:** Pi Paola.pdf (049055112)  
**Presentado:** 2019-03-13 08:50 (-05:00)  
**Presentado por:** henpaos@gmail.com  
**Recibido:** jniopez.ueb@analysis.orkund.com

1% de estas 26 páginas, se componen de texto presente en 2 fuentes.

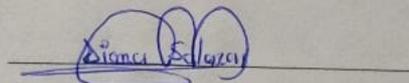
Lic. Jelen Narcisa López Ramos

TUTORA

## II. AUTORÍA NOTARIADA

Yo, LIC. SALAZAR GUARACA DIANA PAOLA, Autora del Trabajo de Titulación: **EL VALOR NUTRICIONAL Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LA EDUCACIÓN INICIAL. UNIDAD EDUCATIVA DEL MILENIO INTERCULTURAL SALINAS. CANTÓN GUARANDA. 2018**, declaro que el trabajo aquí escrito es de mi autoría; este documento no ha sido previamente presentado por ningún grado o calificación profesional; y, que las referencias bibliográficas que se incluye ha sido consultadas por el autor.

La Universidad Estatal de Bolívar puede hacer uso de los derechos de publicación correspondiente a este trabajo, según lo establecido en la ley de Propiedad Intelectual, por su Reglamento y por la normativa institucional vigente.



LIC. SALAZAR GUARACA DIANA PAOLA

AUTORA

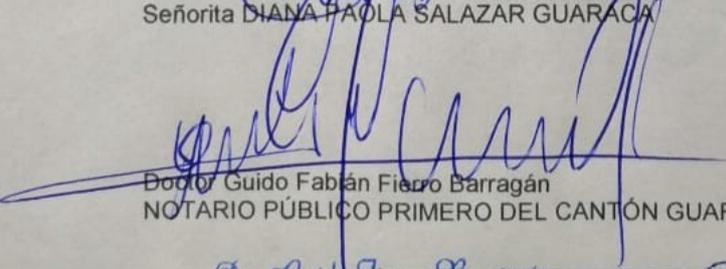
C.C. 0202085148

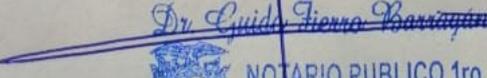
ESCRITURA PÚBLICA  
DECLARACION JURADA  
Señorita DIANA PAOLA SALAZAR GUARACA

En la ciudad de Guaranda, Capital de la Provincia de Bolívar, República del Ecuador, hoy día LUNES, ONCE DE MARZO DE DOS MIL DIECINUEVE, ante mi, Doctor GUIDO FABIAN FIERRO BARRAGAN, NOTARIO PÚBLICO PRIMERO DEL CANTÓN GUARANDA, comparece la señorita DIANA PAOLA SALAZAR GUARACA. La compareciente es de nacionalidad ecuatoriana, mayor de edad, de estado civil, soltera, móvil 0991683151, Email henpaosg@gmail.com, capaz de contraer obligaciones, domiciliada en esta ciudad y Cantón , a quien de conocer doy fe en virtud de haberme exhibido su cédula de ciudadanía y papeleta de votación cuya copia adjunto a esta escritura. Advertida por mí el Notario de los efectos y resultados de esta escritura, así como examinados en forma separada, de que comparece al otorgamiento de la misma sin coacción, amenazas, temor reverencial, ni promesa o seducción, juramentado en debida forma, prevenido de la gravedad del juramento, de las penas del perjurio y de la obligación que tiene de decir la verdad con claridad y exactitud, bajo juramento declara lo siguiente: " Previo a la obtención del Título de Magister en Educación Inicial, que los criterios e ideas emitidas en el presente trabajo de titulación "EL VALOR NUTRICIONAL Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LA EDUCACIÓN INICIAL. UNIDAD EDUCATIVA DEL MILENIO INTERCULTURAL SALINAS, CANTÓN GUARANDA. 2018", son de mí exclusiva responsabilidad en calidad de autora. Es todo cuanto puedo decir en honor a la verdad." (Hasta aquí la declaración juramentada rendida por el compareciente, la misma que queda elevada a escritura pública con todo el valor legal). Para el otorgamiento de esta escritura pública se observaron todos los preceptos legales del caso; y leída que le fue al compareciente íntegramente por mí el Notario, se ratifica en todo su contenido y firma conmigo en unidad de acto. Incorporo esta escritura pública al protocolo de instrumentos públicos, a mi cargo. De todo lo cual doy fe.-



  
Señorita DIANA PAOLA SALAZAR GUARACA

  
Doctor Guido Fabian Fierro Barragán  
NOTARIO PÚBLICO PRIMERO DEL CANTÓN GUARANDA.

  
 NOTARIO PUBLICO 1ro  
GUARANDA ECUADOR



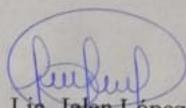
### III. CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

LIC. JELEN LÓPEZ, DOCENTE TUTOR DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

#### CERTIFICA:

Que el presente PROYECTO DE INVESTIGACIÓN titulado “**EL VALOR NUTRICIONAL Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LA EDUCACIÓN INICIAL. UNIDAD EDUCATIVA DEL MILENIO INTERCULTURAL SALINAS. CANTÓN GUARANDA. 2018**”, de autoría de la Lic. SALAZAR GUARACA DIANA PAOLA, estudiante del Programa de Maestría en Educación Inicial de la Universidad Estatal de Bolívar, ha sido debidamente revisado e incorporado las recomendaciones emitidas en las asesorías realizadas, en tal virtud autorizo con mi firma para que pueda ser presentado, defendido y sustentado, observando las normas legales para el efecto existen y se dé el trámite legal correspondiente.

Guaranda, 18 de febrero de 2018



Lic. Jelen López

**TUTOR**

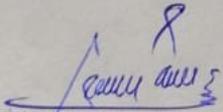
#### IV. CERTIFICADO DE EJECUCIÓN INVESTIGACIÓN

Yo, FREDY LÓPEZ RAMIREZ, en mi calidad de Rector de la Unidad Educativa Intercultural del Milenio Salinas, a petición de la parte interesada,

#### CERTIFICO:

Que la LIC. SALAZAR GUARACA DIANA PAOLA, estudiante de la Maestría en EDUCACIÓN INICIAL en la Universidad Estatal de Bolívar, ejecutó en esta institución el trabajo de investigación titulado: EL VALOR NUTRICIONAL Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LA EDUCACIÓN INICIAL. UNIDAD EDUCATIVA DEL MILENIO INTERCULTURAL SALINAS. CANTÓN GUARANDA. 2018

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad.

  
Lic. Fredy López Ramírez

RECTOR



Salinas, 18 de febrero del 2018

## V. AGRADECIMIENTO

Mi más sincero agradecimiento a la “*Universidad Estatal de Bolívar*”, al departamento de postgrado, al coordinador de la Maestría en Educación Inicial *Lic. Geofre Pinos*, y a todos/as los/as distinguidos Docentes, quienes, con su excelente profesionalismo, ética y buen proceder, han puesto dentro de las aulas de clases todo su contingente tanto profesional como humano para el beneficio de todos los maestrantes que culminamos la instrucción de cuarto nivel.

A la *Lic. Jelen López, MSc*, quien con su extensa experiencia como docente de Educación Inicial y de Maestría, me ha brindado una guía idónea durante todo el proceso de desarrollo del presente proyecto de investigación.

A la “**Unidad Educativa del Milenio Salinas**”, en su máxima autoridad el *Lic. Fredy López*, por permitirme desarrollar mi tema de investigación con Madres de familia y niños/as de Educación Inicial de la Institución.

A las señoras profesoras del CEI “*Carlota Noboa de Durango*”, quienes, con su profesionalismo en calidad de Docentes, me ayudaron a validar los instrumentos para la recolección de datos.

Paola Salazar.

## VI. ÍNDICE

### TABLAS DE CONTENIDOS

PORTADA

I. DERECHOS DE AUTOR

II. AUTORÍA NOTARIADA

III. CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

IV. CERTIFICADO DE EJECUCIÓN INVESTIGACIÓN

V. AGRADECIMIENTO

VI. ÍNDICE

VII. TEMA

VIII. RESUMEN

IX. INTRODUCCIÓN

CAPITULO 1 PROBLEMA.....	1
1.1. Contextualización del Problema.....	1
1.2. Formulación del Problema.....	3
1.3. Justificación.....	3
1.4. Objetivos.....	5
1.5. Hipótesis y sistemas de variables .....	6
1.6. Sistema de Variables .....	8
CAPITULO 2 MARCO TEÓRICO .....	11
2.1. Fundamentación Teórica .....	11
2.2. Antecedente investigativos .....	17
2.3. Fundamentación Legal .....	18
CAPÍTULO 3. METODOLOGÍA.....	20
3.1. Tipo y Diseño de investigación .....	20
3.2. Población/Muestra .....	20
3.3. Técnicas/ Instrumentos .....	21
3.4. Procedimiento/toma de datos.....	22
3.5. Análisis/Interpretación/datos .....	22
CAPÍTULO IV PRESENTACIÓN DE RESULTADOS .....	41
4.1. Resultados según el Objetivo Específico 1: .....	41
4.2. Resultados según el Objetivo Específico 2: .....	41

4.3. Resultados según el Objetivo Específico 3: .....	41
4.3. Desarrollo de la Propuesta.....	42
5. Discusión y Conclusiones.....	59
6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	61
7. Anexos .....	65
INSTRUMENTOS .....	67
MAPAS .....	71

## LISTA DE TABLAS

TABLA N° 1: Variable Independiente .....	9
TABLA N° 2: Variable Dependiente .....	10
TABLA N° 3: Principales alimentos cultivados en la parte andina .....	16
TABLA N° 4 Pregunta N° 1 .....	23
TABLA N° 5 Pregunta N° 2 .....	24
TABLA N° 6 Pregunta N° 3 .....	25
TABLA N° 7 Pregunta N° 4 .....	26
TABLA N° 8 Pregunta N° 5 .....	27
TABLA N° 9 Pregunta N° 6 .....	28
TABLA N° 10 Pregunta N° 7 .....	29
TABLA N° 11 Pregunta N° 8 .....	30
TABLA N° 12 Pregunta N° 9 .....	31
TABLA N° 13 Pregunta N° 10 .....	32
TABLA N° 14 Pregunta N° 1 .....	33
TABLA N° 15 Pregunta N° 2 .....	34
TABLA N° 16 Pregunta N° 3 .....	35
TABLA N° 17 Pregunta N° 4 .....	36
TABLA N° 18 Pregunta N° 5 .....	37
TABLA N° 19 Pregunta N° 6 .....	38
TABLA N° 20 Pregunta N° 7 .....	39
TABLA N° 21 Pregunta N° 8 .....	40

## LISTA GRÁFICOS

GRÁFICO N° 1 Pregunta N° 1 .....	23
GRÁFICO N° 2 Pregunta N° 2 .....	24
GRÁFICO N° 3 Pregunta N° 3 .....	25
GRÁFICO N° 4 Pregunta N° 4 .....	26
GRÁFICO N° 5 Pregunta N° 5 .....	27
GRÁFICO N° 6 Pregunta N° 6 .....	28
GRÁFICO N° 7 Pregunta N° 7 .....	29
GRÁFICO N° 8 Pregunta N° 8 .....	30
GRÁFICO N° 9 Pregunta N° 9 .....	31
GRÁFICO N° 10 Pregunta N° 10 .....	32
GRÁFICO N° 11 Pregunta N° 1 .....	33
GRÁFICO N° 12 Pregunta N° 2 .....	34
GRÁFICO N° 13 Pregunta N° 3 .....	35
GRÁFICO N° 14 Pregunta N° 4 .....	36
GRÁFICO N° 15 Pregunta N° 5 .....	37
GRÁFICO N° 16 Pregunta N° 6 .....	38
GRÁFICO N° 17 Pregunta N° 7 .....	39
GRÁFICO N° 18 Pregunta N° 8 .....	40

## **LISTA DE ANEXOS**

Anexo N°1 ( <i>Fotos</i> ) .....	65
----------------------------------	----

## **VII. TEMA**

EL VALOR NUTRICIONAL Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LA EDUCACIÓN INICIAL. UNIDAD EDUCATIVA DEL MILENIO INTERCULTURAL SALINAS. CANTÓN GUARANDA. 2018

## **VIII. RESUMEN**

El Objetivo principal de la presente investigación se determinó la incidencia del valor nutricional y el rendimiento académico de la educación inicial de la Unidad Educativa del Milenio Intercultural Salinas, a través de una guía nutricional orientada a las madres de familia.

Se utilizó la metodología mixta, la misma que permitió resaltar algunos aspectos cualitativos y otros cuantitativos necesarios para poder obtener resultados reales y brindar soluciones apropiadas a las madres de familia para beneficio de sus hijos, adicionalmente se determinó realizar la investigación en la Unidad Educativa Intercultural del Milenio “Salinas” con una población (n=63 niñas y niños), integrantes de Inicial 1, Inicial 2 y Preparatoria y 7 Profesoras del área de Educación Inicial.

Este estudio se apoyó metodológicamente en el procedimiento de investigación mediante la propuesta de implementar una Guía práctica que permitirá informar a los padres acerca del valor nutricional de los alimentos mejorando el rendimiento académico en los niños y niñas que forman parte de la población estudiantil relacionada con el desarrollo de la investigación. Esto solo se podrá lograr con el compromiso de todos los involucrados en este estudio

La guía implementada y socializada, es de gran ayuda ya que, permitió a las madres de familia conocer sobre los valores nutricionales de los alimentos y la importancia de los mismos en relación al rendimiento académico, dejando la posibilidad de continuar una segunda etapa, con el desarrollo de un aplicativo móvil que cumpla con las mismas características de orientación hacia padres de familia, siempre enmarcadas en las líneas de investigación de la UEB: Gestión de TIC's [Desarrollo de Software], Salud y Bienestar Humano [Salud Infantil].

**Palabras Clave:** Comida chatarra, Desnutrición, Obesidad, Rendimiento académico, Valor nutricional.

## **ABSTRACT**

The main objective of the present investigation is to determine the incidence of the nutritional value and the academic performance of the initial education of the Educational Unit of the Intercultural Millennium Salinas, through a nutritional guide oriented to the mothers of family. The mixed methodology was used, which allowed highlighting some qualitative and other quantitative aspects necessary to obtain real results and provide appropriate solutions to mothers for the benefit of their children. In addition, it was determined to carry out research in the Intercultural Education Unit of the Millennium "Salinas" with a population (n = 63 girls and boys), members of Initial 1, Initial 2 and High School and 7 teachers of the area of Initial Education.

This study is supported methodologically in the research procedure through the proposal to implement a practical guide that will inform parents about the nutritional value of food improving the academic performance of children who are part of the student population related to the development of the investigation. This can only be achieved with the commitment of everyone involved in this study

The guide, implemented and socialized, is of great help since, it allowed the mothers to know about the nutritional values of the food and the importance of them in relation to the academic performance, leaving the possibility to continue a second stage, with the development of a mobile application that meets the same characteristics of orientation towards parents, always marked in the lines of research of the UEB: ICT Management [Software Development], Health and Human Well-being [Children's Health].

**Keywords:** Junk food, Malnutrition, Obesity, Academic performance, Nutritional value .

## **IX. INTRODUCCIÓN**

En el presente trabajo de investigación se determinó investigar sobre: el valor nutricional y el rendimiento académico en la educación inicial. unidad educativa del milenio intercultural salinas. cantón Guaranda. 2018, planteándose como objetivo principal el de determinar la incidencia del valor nutricional y el rendimiento académico de la educación inicial de la Unidad Educativa del Milenio Intercultural Salinas, a través de una guía nutricional orientada a las madres de familia.

El principal problema que se identificó es que: la inadecuada alimentación incide en rendimiento académico de educación inicial en la Unidad Educativa del Milenio Intercultural Salinas, por lo que se encuentra debidamente justificado el desarrollo del presente proyecto de investigación, el mismo que brindará una solución efectiva a las madres de familia para mejorar el rendimiento académico de sus hijos, el mismo que está relacionado directamente con el valor nutricional de los alimentos que ellos consumen.

Se identificó con claridad dos variables de estudio, la variable independiente es: El valor nutricional y como variable dependiente: rendimiento académico por lo que se procedió a buscar información debidamente referenciada sobre la temática propuesta, así como se analizó algunos trabajos similares realizados en Ecuador y en algunos países de Latinoamérica, brindando resultados interesantes y que tienen mucha relación con nuestra realidad en lo referente a la alimentación y el rendimiento académico de los niños y niñas de Educación Inicial.

Se utilizó la metodología mixta, la misma que permitió resaltar algunos aspectos cualitativos y otros cuantitativos necesarios para poder obtener resultados reales y brindar soluciones apropiadas a las madres de familia para beneficio de sus hijos.

Se analizó la importancia de una buena alimentación de los niños/as, determinando los tipos de alimentos nutritivos que las madres de familia proporcionan a sus hijos, diferenciando los aspectos que conllevan a determinar mediante una comparación de valores nutritivos y si los padres les brindan una buena o mala alimentación, de la misma manera se procederá a determinar los alimentos más apropiados que sustentan una buena nutrición en los niños y niñas del grupo analizado.

Al analizar los resultados y según la opinión de Landaeta (2013), “La Organización Mundial de la Salud insta a los Estados Miembros a aplicar políticas con el propósito de disminuir el impacto en los niños de la promoción de alimentos ricos en grasas saturadas, ácidos grasos trans, azúcares libres o sal, acordó un conjunto de recomendaciones sobre la promoción de alimentos y bebidas no alcohólicas dirigida a los niños. Proponen que el comedor escolar incorpore también los aspectos nutricionales, educativos y de promoción de salud, a través de recomendaciones nutricionales para las comidas escolares que incluya información sobre guías alimentarias, tamaño de las raciones, dinámica del servicio y atención a necesidades especiales. Igualmente consideran que el comedor escolar debería incorporarse a los proyectos educativos de los centros docentes y gestionarse con una visión integral y profesional” (p.2)

Los procedimientos que se utilizó para lograr una buena alimentación fueron determinados mediante el análisis de valores nutricionales de los principales alimentos que forman parte de la alimentación de los niños/as, tomando en cuenta principalmente alimentos más consumidos en el los diferentes sectores y alimentos de fácil acceso. Posteriormente se procedió a determinar la cantidad de valores nutricionales necesarios para los niños/as acorde a sus edades, permitiendo a las madres de familia a través del aplicativo celular, determinar la mejor combinación posible de

alimentos y ayudar a sus hijos para que pueda responder de mejor manera a las exigencias académicas que se les presenten.

En los últimos años, una de las grandes preocupaciones a nivel mundial en salud pública, se ve focalizada al aumento de los índices de sobrepeso y obesidad en la población. Estos trastornos se han visto asociados a la inactividad física y los cambios alimentarios experimentados en los últimos años según Popkin (2002); y la Organización Mundial de la Salud, en países en desarrollo cerca de 35 millones de niños padecen de sobrepeso.

Por medio de las encuestas aplicadas tanto a Madres de familia como a las docentes de Educación Inicial de la Unidad Educativa del Milenio Intercultural “Salinas”, se logró identificar aspectos de gran importancia sobre los hábitos de alimentación de los niños y niñas y valores nutritivos de lo que consumen a diario, permitiendo desarrollar una guía práctica que les permitirá a las madres de familia conocer los valores nutricionales de los alimentos y fortalecer el rendimiento académico de sus hijos.

Las fuentes bibliográficas utilizadas se encuentran validadas, verificadas y han sido referenciadas de la Universidad Estatal de Bolívar, Escuela Superior Politécnica del Ejercito, Universidad Técnica de Ambato, Google Académico, Artículos científicos de Latindex, entre otras, por lo cual se encuentra sustentada la parte científica de la investigación.

## **CAPITULO 1 PROBLEMA**

### **1.1.Contextualización del Problema**

Según *Castillo (2006)*, en una investigación realizada en Chile y publicado en la Revista Chilena de Pediatría, hace un análisis profundo relacionado con: Las golosinas en la alimentación infantil, y manifiesta que en su país ha aumentado la preocupación por el rol que está tomando las golosinas en la alimentación de los niños, basados en estudios de la época, las golosinas vendría a ser los alimentos industriales, nutricionalmente desbalanceados y con un altísimo contenido de hidrato de carbono, gran cantidad de grasas y/o sal, enfatizándose el término de comida chatarra, concepto a adicionalmente se relaciona con una categoría de alimentos percibidos socialmente como no saludables.

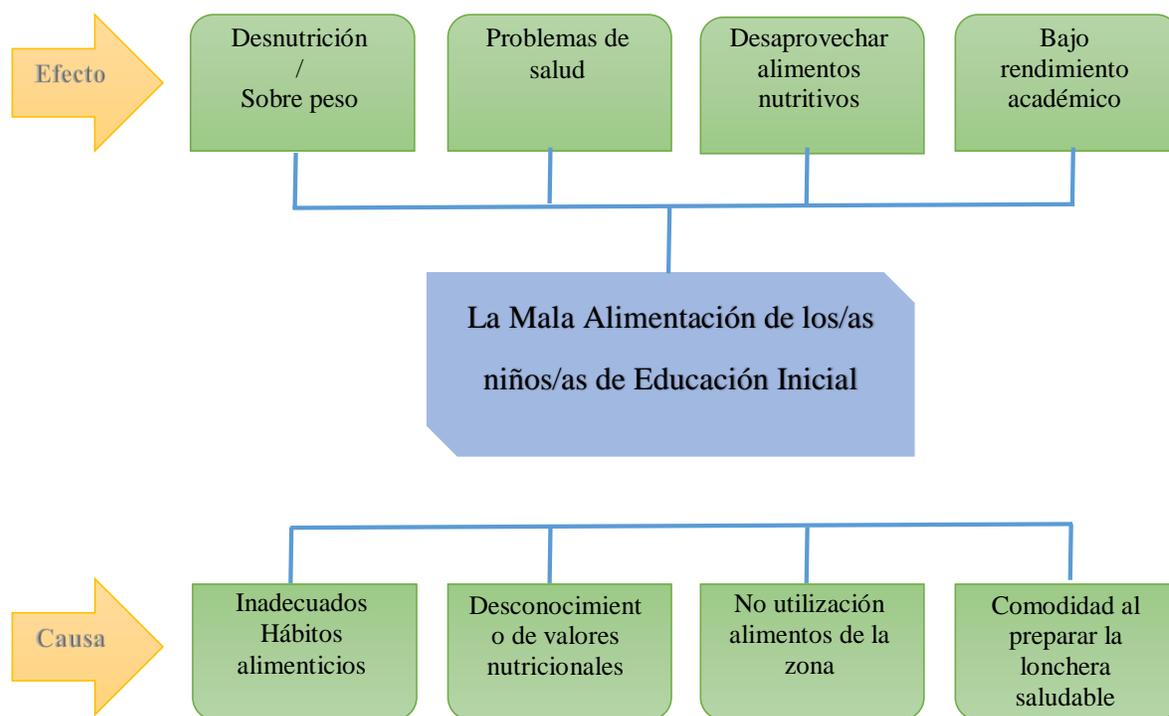
En un estudio realizado por *Vera (2019)* de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, realiza un análisis de los Determinantes influyentes en el estilo de vida alimenticia en niños de edades pre escolar en un barrio de la ciudad de Esmeraldas y luego de su investigación concluye que: “En cuanto a los hábitos y costumbres, los niños diariamente ingieren en su mayoría 3 comidas. La frecuencia más relevante recayó en el consumo de carbohidrato, golosinas, proteínas y en menor consumo frutas y verduras dentro del hogar” por lo que se generaliza día a día el consumo de comida chatarra entre los niños y niñas de pre escolar, impidiendo fortalecer el desarrollo académico en las escuelas no solo a nivel de la provincia sino también del Ecuador y del mundo.

En nuestro país existen campañas para fomentarla alimentación saludable, pero ni Madres de familia ni los/as niños/as hacen conciencia de las desventajas que conlleva una mala alimentación, tanto en los aspectos referentes a la salud como también en lo referente al desempeño escolar.

La mala alimentación a nivel mundial está logrando que las nuevas generaciones no sobrepasen el promedio de 70 años de edad debido a la forma de alimentarse y especialmente a la calidad de alimentos que se consumen, en las instituciones de educación inicial no se fomenta la alimentación saludable por lo que conlleva a que existe sobrepeso debido al consumo de comida chatarra.

En la UEMIS “Salinas”, si se fomenta la alimentación saludable, pero la mayoría de Madres de familia, debido al desconocimiento, a la facilidad, falta de tiempo, por el tipo de trabajo al que se dedican, se les hace fácil enviar a sus hijos comida chatarra en sus loncheras, lo que conlleva a que los/as niños/as con rango de edades entre los 3-6 años, no respondan de una mejor manera ante las exigencias académicas, debido a que no consumen los nutrientes suficientes para que se desenvuelvan con buena vitalidad y energía durante las jornadas de Clases que se desarrollan en la Institución.

### Síntomas + Causas



## **1.2. Formulación del Problema**

¿La inadecuada alimentación incide en rendimiento académico de la Educación Inicial en la Unidad Educativa del Milenio Intercultural Salinas?

## **1.3. Justificación**

Partiendo del inconveniente de que cómo incide una inadecuada alimentación en el logro de un mayor desarrollo académico en los/as niños/as de la Unidad Educativa del Milenio Salinas, y tomando en cuenta que el Ministerio de Educación desde algún tiempo atrás está tomando muy en cuenta los aspectos relacionados con el envío de Loncheras saludables a los niños niñas en las instituciones educativas y la falta de preocupación de los padres sobre este tema, es importante resaltar la importancia de conocer el valor nutricional de los alimentos para lograr un mayor desarrollo académico en los niños y niñas del área de inicial de la UEMIS “Salinas”

Como antecedente, existen algunos estudios realizados anteriormente como el realizado por estudiantes de la Universidad Santiago de Guayaquil en el año 2017 en el que se analiza Los hábitos alimentarios y su incidencia en el estado nutricional de niños y niñas de un promedio de 3 años de edad, en el mismo que concluyen que la ingesta de alimentos que reciben los infantes a diario, no son adecuadas debido a que existe déficit de alimentos que aporten a la energía carencia de macronutrientes en los alimentos que consumen.

En otro estudio de nutrición realizado en Rosario Argentina en la Universidad Abierta Interamericana sobre hábitos alimentarios en escolares adolescentes, utilizando 628 niños y niña como objeto de estudio, y con una muestra de 40 niños y niñas de la escuela Boneo y 40 niños y niñas de la escuela Servando Bayo, luego de haber culminado toda su investigación (Greppi 2012),

en la pregunta N° 8 de la encuesta aplicada por ellos en la que se consulta: ¿Consumen golosinas a diario?, aproximadamente la mitad de los encuestados manifiestan que si lo hacen, por lo que se puede evidenciar que el consumo de comida chatarra no solo es un inconveniente local ni nacional sino que también es un problema a nivel mundial.

Es pertinente desarrollar la investigación, debido a que en la zona de estudio se cultivan muchos alimentos que tienen un valor nutricional alto y solo en pocos casos los niños/as si los consumen, pudiendo aprovechar la producción de los mismos e incentivar el consumo de alimentos saludables.

La metodología a utilizarse es la mixta, compuesta por estudios cuantitativos y cualitativos, por medio de las cuales se procede a realizar la recolección y análisis de la información recopilada de tal manera que se pueda dar solución al problema planteado, tomando en cuenta la clase de medios utilizados en la investigación, también se considerará de tipo Documental y Bibliográfica, ya que, se permitió obtener información de diferentes fuentes bibliográficas debidamente referenciadas y validadas como: Libros, Artículos Científicos y Tesis de Maestrías.

El sitio donde se realizó la investigación es la Unidad Educativa del Milenio Intercultural “Salinas” ubicada en la Parroquia que lleva su mismo nombre en la provincia Bolívar, y el objeto de estudio es todos los niños y niñas del área de Inicial de la Institución, en los mismos que se planteó concienciar a las Madres de Familia sobre el valor nutricional de los alimentos para conformar una lonchera saludable a sus hijos.

Tomar en cuenta esta investigación es conveniente, ya que, permitió a las madres de familia conocer diferentes alimentos y sus valores nutricionales, así como, la importancia de consumirlos

y enviarlos en las loncheras de los niños/as para mejorar el rendimiento académico de los niños/as de educación inicial en la institución.

Los beneficiarios directos son los niños/as de la población estudiada ya que, al consumir alimentos saludables y nutritivos, tendrán un mejor desempeño escolar y a la vez mejorarán su salud, evitando consumir comida chatarra.

## **1.4. Objetivos**

### **Objetivo General**

Determinar la incidencia del valor nutricional y el rendimiento académico de la Educación Inicial de la Unidad Educativa del Milenio Intercultural Salinas, a través de una guía nutricional orientada a las madres de familia.

### **Objetivos Específicos**

- ✓ Identificar los valores nutricionales de los alimentos que consumen los estudiantes de educación inicial.
- ✓ Realizar un análisis de los hábitos alimenticios mediante la utilización de una encuesta realizada a las Madres de familia de educación inicial.
- ✓ Socializar a través de un taller de orientación alimentaria con las madres de familia, la Guía de propuesta nutricional.

### 1.5. Hipótesis y sistemas de variables

La alimentación incide en el rendimiento académico en los estudiantes de Educación Inicial de la Unidad Educativa del Milenio Intercultural Salinas.

#### Planteamiento de la Hipótesis

**Ho:** La alimentación incide en rendimiento académico.

**Hi:** La alimentación no incide en rendimiento académico.

#### Nivel de significación

Alfa = 0,05

#### Estadístico de prueba

Chi Cuadrado cuya fórmula es:  $\chi^2 = \sum \frac{(fo - fe)^2}{fe}$

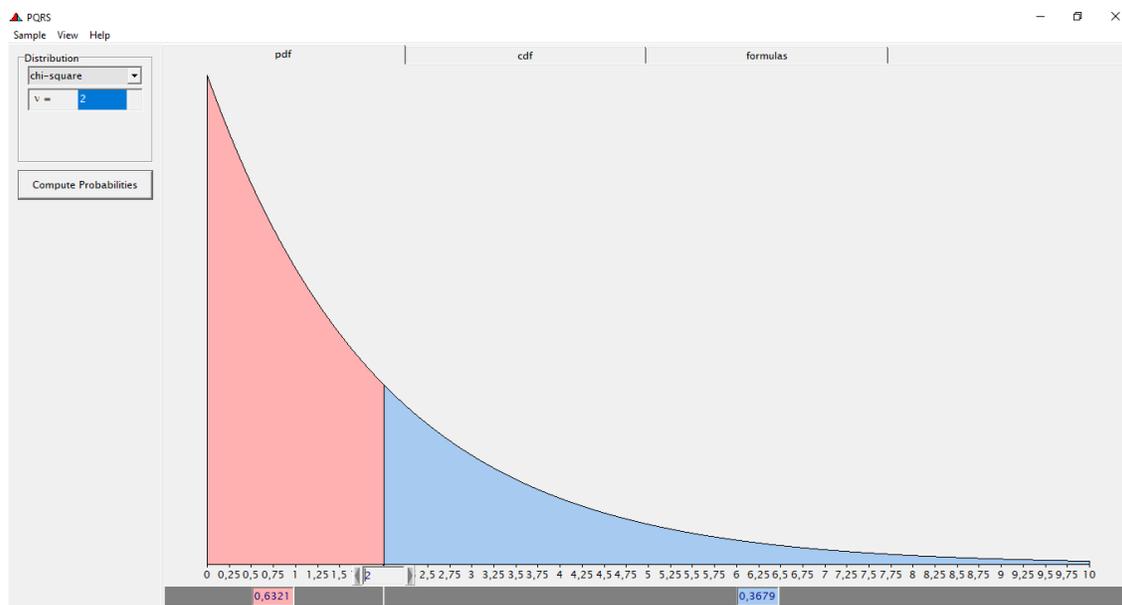
#### Regla de decisión

Gl = (f - 1) (c - 1)

Gl = (3 - 1) (2 - 1)

Gl = 2, según tabla es 5,9915.

Si Chi cuadrada calculada es mayor que la chi cuadrada tabulada entonces rechazo la hipótesis nula



## Toma De Decisión

Cálculos realizados en hoja de cálculo EXCEL 2016

<b>FRECUENCIAS OBSERVADAS</b>			
<b>Respuestas</b>	<b>Pregunta5</b>	<b>Pregunta9</b>	<b>Total</b>
<b>A</b> Logro previsto	46	43	93
<b>B</b> En Proceso	10	12	22
<b>C</b> En inicio	7	8	15
Total	63	63	130

<b>FRECUENCIAS ESPERADAS</b>			
<b>Respuestas</b>	<b>Pregunta5</b>	<b>Pregunta9</b>	<b>Total</b>
<b>A</b> Logro previsto	44,5	45,069231	93
<b>B</b> En Proceso	11	10,661538	22
<b>C</b> En inicio	7,5	7,2692308	15
Total	63	63	130

<b>Probabilidad</b>	<b>0,8396214</b>
<b>Valor de Chi</b>	<b>0,3496084</b>

Como el valor de la chi cuadrada calculada (0,3496084) es menor que la chi cuadrada tabulada (5,9915), no se tiene los elementos suficientes para rechazar la hipótesis nula es decir que: La alimentación incide en rendimiento académico, con un nivel de confianza del 95%.

## **1.6. Sistema de Variables**

### **Variable Independiente**

El valor nutricional

### **Variable Dependiente**

Rendimiento académico

## **Definición conceptual de las Variables**

### **El valor nutricional**

Información sobre la contribución de un determinado alimento como aporte nutritivo en la ingesta de alimentos, dicho valor depende de la cantidad de alimento que es digerido y absorbido por el organismo (proteína, hidrato de carbono, grasa, minerales, carbohidratos y vitaminas).

### **Rendimiento académico**

Hace referencia al tipo de evaluación de los conocimientos adquiridos en el ámbito escolar, se valora a un estudiante en base al buen rendimiento académico obtenido en base a calificaciones positivas basados en exámenes realizados en un periodo de tiempo

## Operacionalización de variables

**TABLA N° 1:**

*Variable Independiente*

<b>Variable</b>	<b>Definición</b>	<b>Dimensión</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítem, Tipo de Variable, Instrumento</b>
El valor nutricional	Información sobre la contribución de un determinado alimento como aporte nutritivo en la ingesta de alimentos, dicho valor depende de la cantidad de alimento que es digerido y absorbido por el organismo (proteína, hidrato de carbono, grasa, minerales, carbohidratos y vitaminas).	Ingesta	Harinas Carnes Lácteos Frutas Grasas	<b>Técnica:</b> Encuesta a Madres  <b>Instrumento:</b> Cuestionario estructurado
		Necesidades dietéticas	Horario Proteína Minerales Vitaminas	
		Salud	Física Psicológica Social	

**Fuente:** Proyecto de Investigación (Maestría UEB)

**Autor:** Salazar P.

**TABLA N° 2:***Variable Dependiente*

<b>Variable</b>	<b>Definición</b>	<b>Dimensión</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítem, Tipo de Variable, Instrumento</b>
Rendimiento académico	Hace referencia al tipo de evaluación de los conocimientos adquiridos en el ámbito escolar, se valora a un estudiante en base al buen rendimiento académico obtenido en base a calificaciones positivas basados en exámenes realizados en un periodo de tiempo	Calificaciones	Domina los aprendizajes requeridos Alcanza los aprendizajes requeridos Próxima a alcanzar los aprendizajes requeridos No alcanza los aprendizajes requeridos	<b>Técnica:</b> Encuesta a Madres  <b>Instrumento:</b> Cuestionario estructurado
		Competencias cognitivas, afectivas y procedimentales	Aprendizaje Habilidades Conocimiento Responsabilidad Puntualizad	

**Fuente:** Proyecto de Investigación (Maestría UEB)**Autor:** Salazar P.

## **CAPITULO 2 MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Fundamentación Teórica**

#### **Hábitos alimenticios de niños en edad escolar**

Según *Macías (2012)*, El sobrepeso y obesidad infantil está aumentando en los países desarrollados, constituyendo la enfermedad nutricional más prevalente en occidente. Este hecho afecta su adaptación social, predispone a la obesidad en el adulto y reporta repercusiones significativas en la salud del niño a corto y largo plazo.

#### **Alimentación y nutrición en la edad escolar**

El estudio de *Magem (2003)* sobre la alimentación y la nutrición ha sido abordado desde las ciencias exactas enfocadas a aspectos fisiológicos y las ciencias sociales que incluyen los hábitos y costumbres alimentarias de cada sociedad. En ambos procesos intervienen factores biológicos, socioculturales, psicológicos y ambientales. En el caso de la alimentación como un proceso social, esto no sólo permite al organismo adquirir sustancias energéticas y estructurales necesarias para la vida, sino también son símbolos que sirven para analizar la conducta.

Por otro lado, la nutrición como proceso aporta energía para el funcionamiento corporal, regula procesos metabólicos y ayuda a prevenir enfermedades. Desde 2005 la llamada tridimensionalidad de la nutrición establece las relaciones entre los alimentos y los sistemas biológicos, sociales y ambientales de cada sociedad.

Los procesos antes mencionados cumplen dos objetivos primordiales durante la infancia:

- 1) conseguir un estado nutritivo óptimo, mantener un ritmo de crecimiento adecuado y tener una progresiva madurez biopsicosocial y
- 2) establecer recomendaciones dietéticas que permitan

prevenir enfermedades de origen nutricional que se manifiestan en la edad adulta pero que inician durante la infancia. Es en esta etapa cuando se adquieren los hábitos alimentarios que tendrán durante toda su vida; sin embargo, también es una etapa de gran variabilidad debido a la presencia de factores como: el desarrollo económico, avances tecnológicos, la incorporación de la mujer al ámbito laboral, la gran influencia de la publicidad y la televisión, la incorporación más temprana de los niños a la escuela y la mayor posibilidad por parte de los niños de elegir alimentos con elevado aporte calórico y baja calidad nutricional.

Los padres tienen una gran influencia sobre los hábitos alimentarios de los niños y son ellos los que deben decidir la cantidad y calidad de los alimentos proporcionados durante esta etapa; en conjunto con los padres, la escuela (principalmente profesores) juega un papel importante en el fomento y adquisición de hábitos alimentarios saludables a través de la promoción y educación para la salud.

### **La nutrición de los niños en edad pre-escolar**

*Sagan (1994)*, manifiesta que las prácticas alimenticias inadecuadas dentro del hogar tienen un efecto negativo sobre las condiciones de salud del niño, sobre su habilidad para aprender, comunicarse, pensar analíticamente, socializar efectivamente y adaptarse a nuevos ambientes y personas. En consecuencia, también queda implícito que una dieta adecuada, es decir, aquella balanceada en nutrientes, es la primera línea de defensa contra un conjunto de enfermedades que afectan principalmente a los niños, y que pueden dejar secuelas en ellos de por vida.

De acuerdo con *Sagan y Druyan (1994)* el cuerpo humano da prioridad al destino de las sustancias alimenticias cuando éstas son insuficientes para cubrir absolutamente todas las necesidades del cuerpo humano. La supervivencia toma mayor importancia ante el crecimiento.

En cuanto a la nutrición, los autores sostienen que el cuerpo estaría obligado a restarle prioridad al proceso de aprendizaje.

En este contexto, *Rabbie y Geissler (1992)* demostraron que el trabajo de la madre puede tener un efecto negativo sobre el estado nutricional de los hijos pequeños a través de mecanismos que influyen en el consumo de alimentos y la salud. A pesar de que el número de mujeres con poca carga laboral de la muestra con que ellos desarrollaron el estudio era pequeño, los resultados indican en forma consistente un efecto perjudicial del trabajo sobre la salud y estado nutricional de los niños

En oposición a estos resultados, para la zona rural, *Wandel y Hlmboe-Ottesen (1992)* encontraron que la carga laboral de la madre en el campo no tendría una relación directa con el estado nutricional de los niños. Los autores encontraron ciertos factores que compensarían los efectos potenciales negativos del trabajo de la madre: el trabajo agrícola de ella es sumamente importante para que el hogar acceda a los alimentos, lo cual influencia positivamente al estado nutricional de los niños. En este sentido, se puede asumir que la disponibilidad de alimentos es una condición importante para una alimentación adecuada de los niños en una sociedad como la de Tanzania, donde los niños no reciben la prioridad en la distribución de los alimentos en el hogar.

Por otro lado, *Cortez (2002)*, en su investigación rescata ciertos aspectos referentes al tiempo que la madre tiene para el trabajo en el campo. Sostienen que aun cuando la carga laboral aumenta, las mujeres permanecen un tiempo fijo en el campo. Esto implicaría que cuando existe un excedente de alimentos, la baja ingestión de alimentos por parte de los niños en los días de trabajo se ve compensada por la mayor ingestión cuando la madre permanece en el hogar. Estos mecanismos compensatorios, entre otros, apuntan a señalar que las restricciones de tiempo de las

madres no es un factor importante para explicar la variación del estado nutricional de los niños en sociedades similares a las de la región rural de Tanzania.

### **Norma para la evaluación nutricional del escolar**

*Rodriguez (2006)*, manifiesta que el Índice de de Masa Corporal, es considerado el mejor indicador antropométrico para diagnosticar el sobrepeso y la obesidad en niños entre los 2 y los 18 años. Estos referentes incluyen a una agrupación de 9 estudios transversales (66.772 niños de ambos sexos, blancos, negros, hispánicos y asiáticos entre 5 y 17 años, realizados entre los años 1970 y 1994 en diferentes estados de los Estados Unidos de Norteamérica (USA) por la NCHS (NHANES II y NHANES III), (*Cortez, R. 2002*)

La norma técnica propone como indicador para la evaluación del estado nutricional en escolares y adolescentes en el nivel primario de atención, la relación IMC/edad:

IMC = peso/talla

La población de referencia se basa en los estándares de comparación americanos del National Center for Chronic Disease-National Center for Health Statistics (CDC-NCHS). Estas tablas de referencia dan valores cada 6 meses.

### **Criterios de calificación según IMC:**

- ✓ IMC < p10 bajo peso
- ✓ IMC entre p10 y < p85 normal
- ✓ IMC entre p85 y < p95 riesgo obesidad
- ✓ IMC p95 obesidad

**Señales de alarma:**

- ✓ Ascenso del canal de crecimiento del IMC en dos controles sucesivos.
- ✓ Aumento del IMC  $> 1,5$  puntos en 6 meses.

La referencia para talla será también CDC EE.UU. y el criterio de calificación es talla para la edad (T/E):

- ✓ T/E  $< p 5$  talla baja
- ✓ T/E entre p 5 y p 95 talla normal

**Señales de alarma**

- ✓ Incremento en talla  $< 2,5$  cm en 6 meses (incremento insuficiente)
- ✓ Incremento en talla  $> 3,5$  cm en 6 meses (descartar pubertad precoz)
- ✓ Descenso del canal de crecimiento en dos controles sucesivos
- ✓ T/E  $< p 10$

**Desnutrición, desarrollo psicomotor y Rendimiento escolar**

En el niño menor de dos años, una proporción relativamente baja presenta déficit del desarrollo. Podría concluirse que los niños que están en situación de pobreza inician su vida en condiciones similares a cualquier otro niño, en términos de su capacidad de adaptación social, sus conductas motrices, sus capacidades sensoriales, y sus posibilidades de comunicación en un plano no verbal.

No obstante, las condiciones ambientales adversas no tardan en mostrar sus efectos. El 40% de los preescolares mayores de dos años presenta un coeficiente de desarrollo subnormal y

casi un 10% se ubica en la categoría de retraso. El área más deteriorada corresponde al lenguaje, uno de los factores que mejor explica el mal rendimiento escolar. En menor proporción se observa también déficit de coordinación y motricidad, áreas igualmente importantes en la adquisición de nuevas funciones. Las consecuencias a largo plazo pueden ser la repitencia y deserción escolar con todas las repercusiones que este problema tiene sobre la productividad del individuo adulto. (Atalah, E., & UNICEF. 1992)

Según un estudio realizado por *Emilio Basantes*, (2015), en su investigación “Manejo de cultivos andinos del Ecuador”, se puede evidenciar un análisis minucioso sobre la mayoría de productos que se siembran y se cosechan en los páramos andinos, los mismos que analizando los valores nutricionales, se constituyen en los alimentos más apropiados para fortalecer la alimentación de los niños/as del preescolar en la UEMIS “Salinas”. Dentro de los alimentos más importantes resaltados en la investigación se pueden destacar los siguientes:

**TABLA N° 3:**

*Principales alimentos cultivados en la parte andina de Ecuador*<sup>1</sup>

Leguminosas	Frejol
	Arveja
	Haba
	Lenteja
	Chocho
Cereales	Trigo

<sup>1</sup> Basantes Morales, E. R. (2015). Manejo de cultivos andinos del Ecuador.

	Centeno
	Cebada
	Maíz
Cultivos andinos	Quinoa
	Amaranto
Tubérculos	Papa
	Mellico
	Oca

**Fuente:** Repositorio de la ESPE

**Autor:** Basantes Morales, Emilio Rodrigo

## 2.2. Antecedente investigativos

Dando mayor importancia a la problemática que se relaciona de manera directa con los niños de Educación Inicial de la Unidad Educativa del Milenio Intercultural “Salinas”, relacionada con el valor nutricional y el rendimiento académico, se harán referencias a varios estudios realizados sobre la temática propuesta.

Luego de haber mantenido una conversación con el señor Rector de la Institución se logró identificar que no existe ningún tipo de antecedente investigativo relacionado con el tema propuesto.

(Moreira, 2014), En su trabajo de investigación relacionado con “La pirámide nutricional y su influencia en el rendimiento académico”, estudio que fue realizado en la Unidad Educativa Francesco Ricatti, en la ciudad de Quito, concluye que: “Se pudo detectar que existe un alto nivel de conocimiento de la pirámide nutricional, hábitos nutricionales que son pilares de la Buena salud

y el rendimiento académico en los niños de séptimo grado de la Unidad Educativa Franceso Ricatti”

De la conclusión antes mencionada por el autor se puede deducir que en el estudio realizado se puede evidenciar que no existe un conocimiento apropiado sobre la pirámide nutricional y por ende no se identifican con claridad los productos alimenticios y sus valores nutricionales, los mismos que ayudan en el mejor rendimiento académico de los estudiantes.

Sin duda alguna, el conocimiento apropiado de las madres sobre valor nutricional de los alimentos que consumen los niños del nivel inicial mejora el rendimiento académico de los mismos.

### **2.3. Fundamentación Legal**

La presente investigación se sustenta legalmente en la Constitución Política del Ecuador del 2008, Plan nacional del buen vivir, Código de la niñez y Adolescencia 2003, de los mismos que se hace referencia a los siguientes apartados:

Constitución Política del Ecuador 2008; Título II: Derechos; Capítulo Segundo: Derechos del buen vivir; Sección Séptima: Salud; Artículo 32: La salud es un derecho que garantiza el estado, cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos el derecho al agua, la alimentación, la Educación, la cultura física, el trabajo, la seguridad social, los ambientes sanos y otros que sustentan el buen vivir. El estado garantizará este derecho mediante políticas económicas sociales, culturales, educativas y ambientales; y el acceso permanente, oportuno y sin exclusión a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud, salud sexual y salud reproductiva. La prestación de los servicios de salud se regirá por los principios de equidad, universalidad, solidaridad, interculturalidad, calidad, eficiencia, eficacia, precaución y bio ética, con enfoque de género y generacional.

Constitución Política del Ecuador 2008; Título II: Derechos; Capítulo Tercero: Derechos de las personas y grupos de atención prioritaria; Sección Quinta: Niñas, niños y adolescentes; Artículo 46: El estado adoptará, entre otras, las siguientes medidas que aseguren a las niñas, niños y adolescentes:

1. . Atención prioritaria para los menores de seis años que garantice nutrición, salud, educación y cuidado diario en un marco de protección integral de sus derechos.
9. Protección, cuidado y asistencia especial cuando sufran enfermedades crónicas o degenerativas.

Código de la niñez y adolescencia 2003; Libro Primero: Los niños, niñas y adolescentes como sujeto de derecho; Título III: Derechos, garantías y deberes; Capítulo II: Derechos de supervivencia; Artículo 26: Derecho una vida digna: Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a una vida digna, que les permita disfrutar de las condiciones socioeconómicas necesarias para su desarrollo integral.

Este derecho incluye aquellas prestaciones que se aseguren una alimentación nutritiva, equilibrada y suficiente, recreación y juego, acceso a los servicios de salud, a educación de calidad, vestuario adecuado, vivienda segura, higiénica y dotada de los servicios básicos.

Plan Nacional del buen vivir 2013, pp 135, 144,145; Objetivo 3: Mejorar la calidad de vida de la población; Política 3.6: Promover entre la población y la sociedad hábitos de alimentación nutritiva y saludable que permita gozar de un nivel de desarrollo físico, emocional e intelectual acorde con su edad y condiciones físicas:

f) Desarrollar e implementar mecanismos que permitan fomentar en una población una alimentación saludable, nutritiva y equilibrada para una vida sana y con menores riesgos de malnutrición y desórdenes alimenticios

## **CAPÍTULO 3. METODOLOGÍA**

### **3.1. Tipo y Diseño de investigación**

Según (*Valarino E 2011*), La presente investigación es de carácter mixta, compuesta por estudios cuantitativos y cualitativos, por medio de las cuales se procedió a realizar la recolección y análisis de la información recopilada de tal manera que se pueda dar solución al problema planteado, los dos enfoques se combinan, centrándose más en uno de estos o dándoles igual importancia minimizando las debilidades potenciales presentes.

Tomando en cuenta la clase de medios utilizados en la investigación, también se considerará de tipo Documental y Bibliográfica, ya que, se permitirá obtener información de diferentes fuentes bibliográficas debidamente referenciadas y validadas como: Libros, Artículos Científicos y Tesis de Maestrías.

### **3.2. Población/Muestra**

La presente investigación se desarrolló en la Unidad Educativa Intercultural del Milenio “Salinas”, ubicada en la Parroquia Salinas del Cantón Guaranda en la Provincia Bolívar, debido a que denota altos índices de desnutrición, para mayor orientación, refiérase a la sección de Mapas en la parte final del documento *Mapa N°1 (Ubicación de la UEMIS “Salinas”)*.

Para llevar adelante la presente investigación se consideró como universo y muestra a 63 niños/as que conforman el 100% de estudiantes del área de Inicial y Preparatoria, se determinó dicha población de 63 niños/as debido a que la investigación se desarrollará en la Unidad del Milenio Salinas y sumando a todos los estudiantes de inicial y preparatorio son un total de 63 estudiantes. Se propone realizar esta investigación en la zona mencionada debido a que la proponente laboraba en dicha institución como profesora parvularia. Adicionalmente se tomará a los 63 niños/as como muestra para tener mayor exactitud en el levantamiento y procesamiento de la información que se necesite en el desarrollo de la Guía para una buena Alimentación.

### **3.3. Técnicas/ Instrumentos**

Para llevar adelante el presente proceso de investigación se utilizó como técnica de Investigación la encuesta, la misma que fue validada por un experto estadístico, y 7 Profesoras Parvularias de la Unidad Educativa, para evidenciar los expuesto referirse al *Instrumento N°2 (Encuesta a Profesoras del área de inicial)* y al *Instrumento N°2 (Encuesta a Profesoras del área de inicial)*.

Las encuestas que se utilizó para el levantamiento de la información, estuvo conformada por preguntas cerradas, fáciles de responder y sin mayor nivel de complejidad, permitiendo a los encuestados responderla en un máximo de 10 minutos, lo que facilitó el posterior procesamiento y tabulación de resultados.

La encuesta se aplicó a todas las madres de familia de los niños que son objeto de estudio, así como a las 7 docentes del área de Educación Inicial, a los mismos que se les solicitó información relacionada con los hábitos alimenticios de que evidenciaban los niños y niñas, dicha

información permitió determinar el valor nutricional de los alimentos para lograr un mayor desarrollo académico.

#### **3.4. Procedimiento/toma de datos**

Una vez que se tuvo a disposición el Instrumento: Encuesta a Madres de Familia, se procedió a aplicar las encuestas a los Madres de familia pertenecientes a la Institución que es objeto de la Investigación, para posteriormente proceder a tabular los resultados obtenidos y elaborar representaciones gráficas, generando su respectiva interpretación.

Para el cálculo estadístico de la presente investigación se utilizó Chi cuadrado debido a que la población completa no excede los 99 individuos y por ende se tomará en cuenta al 100% de la población como la muestra.

#### **3.5. Análisis/Interpretación/datos**

Luego de haber tabulado los resultados de las encuestas aplicadas a las Madres de familia de la UEMIS “Salinas”, se procedió a realizar la interpretación de los resultados obtenidos, teniendo como resultados los siguientes datos, para mayor ilustración referirse al *Anexo N°1 (Fotos)*.

## Encuesta dirigida a Madres de Familia de Educación Inicial de la UEMIS de Salinas

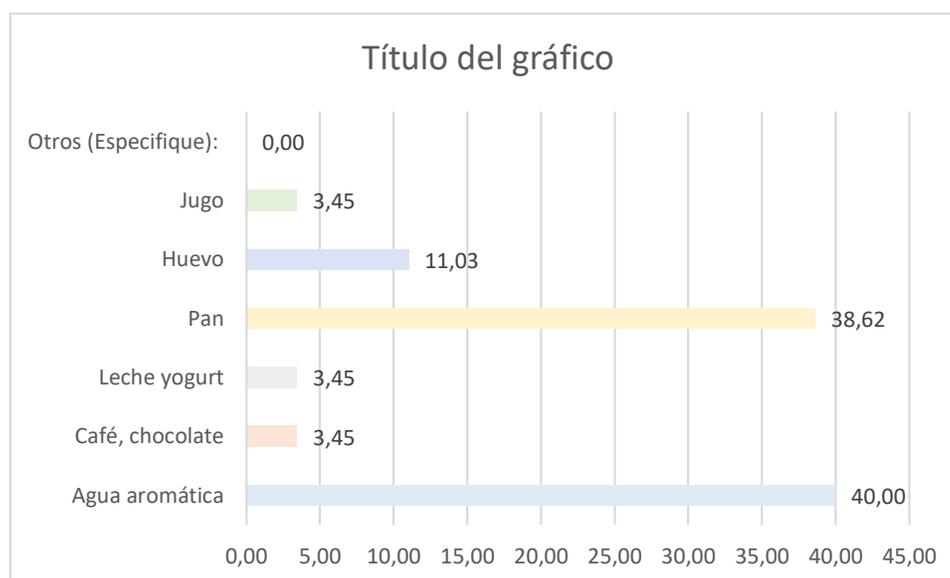
### Pregunta N° 1

#### 1. ¿En qué consiste el desayuno de su hijo(a) generalmente?

TABLA N° 4

CATEGORIA	FRECUENCIA	PROCENTAJE
Agua aromática	58	40,00 %
Café, chocolate	5	3,45 %
Leche yogurt	5	3,45 %
Pan	56	38,62 %
Huevo	16	11,03 %
Jugo	5	3,45 %
Otros (Especifique):	0	0,00
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100%</b>

GRÁFICO N° 1



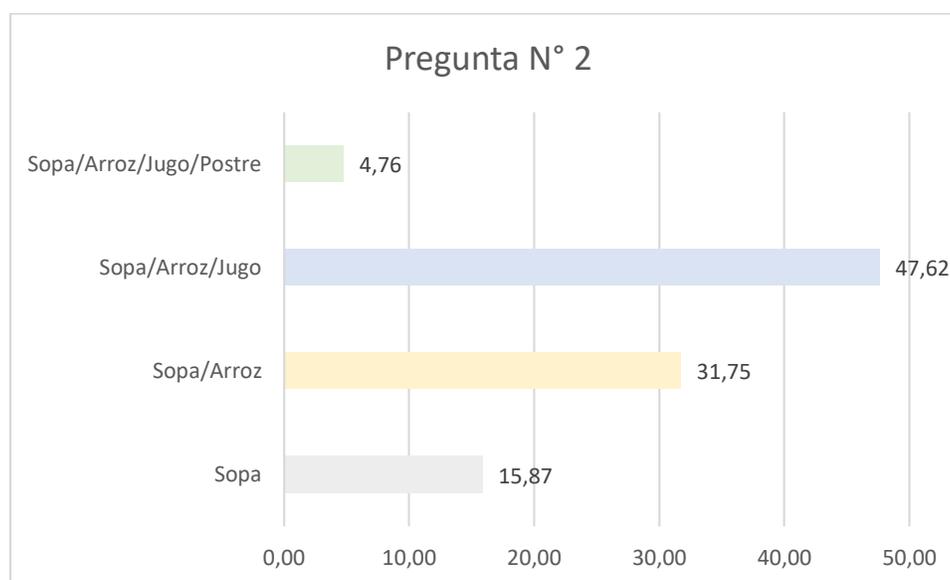
**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”  
**Fecha:** Noviembre 2018  
**Elaboración:** Salazar P.

#### Interpretación:

Acorde a la información obtenida en esta pregunta se puede determinar que la mitad de las madres encuestadas solo les brindan a sus hijos agua aromática y pan en el desayuno, sin tomar en cuenta que es la comida más importante para ellos.

**Pregunta N° 2****2. ¿En qué consiste el almuerzo de su hijo(a) generalmente?****TABLA N° 5**

<b>CATEGORIA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PROCENTAJE</b>
Sopa	10	15,87%
Sopa/Arroz	20	31,75%
Sopa/Arroz/Jugo	30	47,62%
Sopa/Arroz/Jugo/Postre	3	4,76%
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100%</b>

**GRÁFICO N° 2**

**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”

**Fecha:** Noviembre 2018

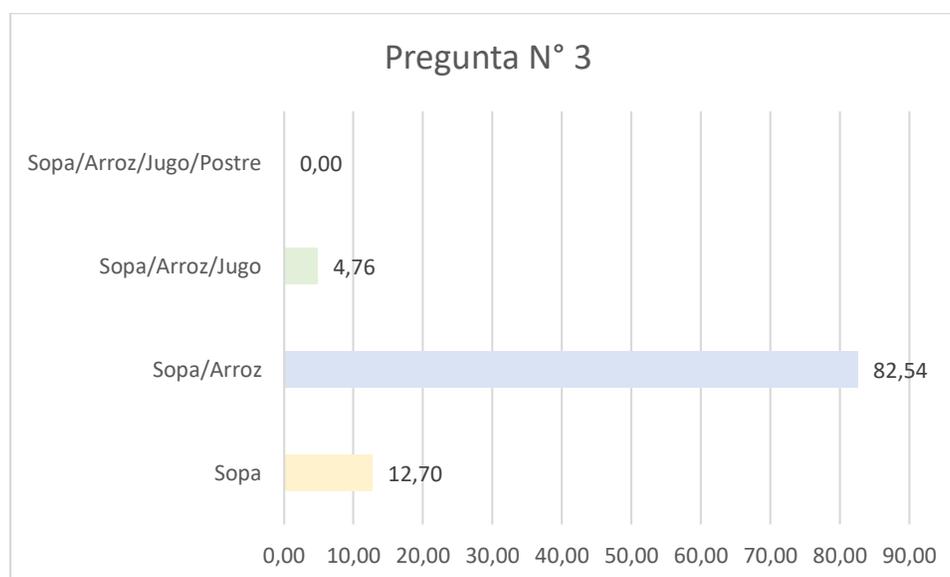
**Elaboración:** Salazar P.

**Interpretación:**

La mitad de las madres encuestadas manifiestan que en el almuerzo consumen Sopa/arroz/jugo, por lo que el almuerzo si refuerza la ingesta de alimentos que sustenten los nutrientes que los niños necesitan

**Pregunta N° 3****3. ¿En qué consiste la merienda de su hijo(a) generalmente?****TABLA N° 6**

<b>CATEGORIA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PROCENTAJE</b>
Sopa	8	12,70 %
Sopa/Arroz	52	82,54 %
Sopa/Arroz/Jugo	3	4,76 %
Sopa/Arroz/Jugo/Postre	0	0,00 %
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100 %</b>

**GRÁFICO N° 3**

**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”

**Fecha:** Noviembre 2018

**Elaboración:** Salazar P.

**Interpretación:**

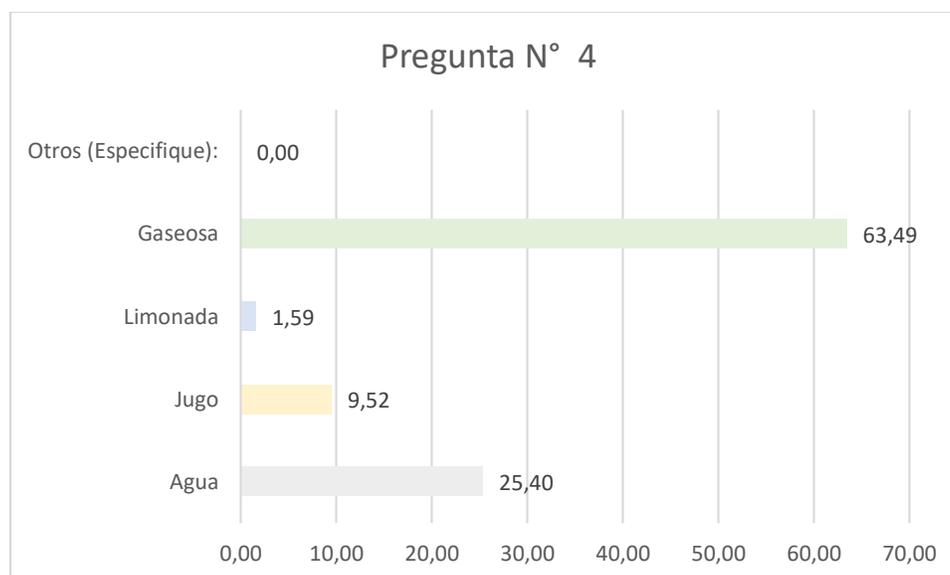
Las tres cuartas partes de las madres encuestadas dan a conocer que sus meriendan sopa y arroz, siendo esta una de las comidas menos importantes en el desarrollo físico y mental de los niños

**Pregunta N° 4**

4. ¿Durante el transcurso del día, que bebida acostumbra a ingerir normalmente su hijo?

**TABLA N° 7**

<b>CATEGORIA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PROCENTAJE</b>
Agua	16	25,40 %
Jugo	6	9,52 %
Limonada	1	1,59 %
Gaseosa	40	63,49 %
Otros (Especifique):		0,00 %
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100 %</b>

**GRÁFICO N° 4**

**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”

**Fecha:** Noviembre 2018

**Elaboración:** Salazar P.

**Interpretación:**

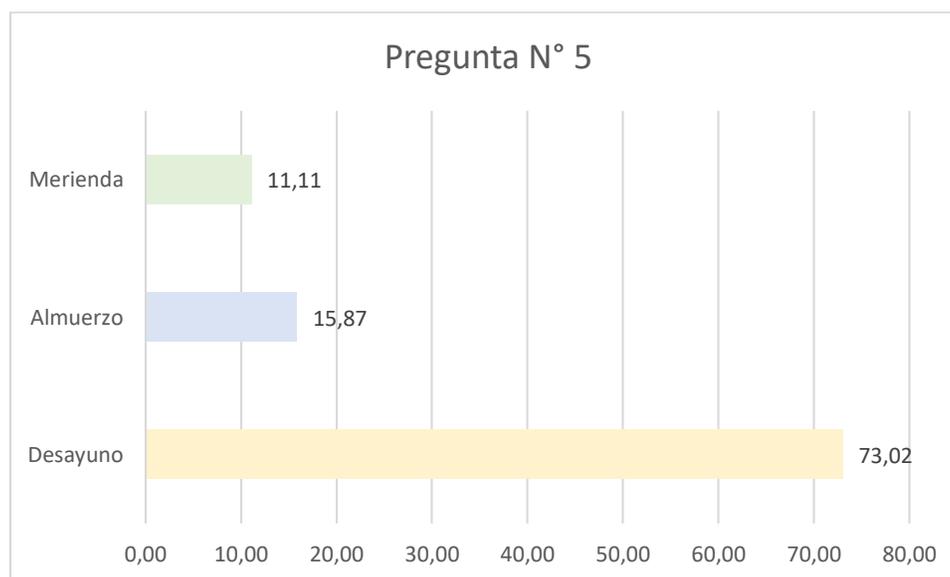
La mayor parte de los niños consumen bebidas gaseosas durante el transcurso del día, las mismas que no contienen los nutrientes necesarios para que los niños puedan responder de mejor manera a las exigencias académicas en la escuela

**Pregunta N° 5**

5. ¿Acorde a su criterio, cuál de las tres comidas es la más importante para su hijo(a)

**TABLA N° 8**

<b>CATEGORIA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PROCENTAJE</b>
Desayuno	46	73,02 %
Almuerzo	10	15,87 %
Merienda	7	11,11 %
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100%</b>

**GRÁFICO N° 5**

**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”

**Fecha:** Noviembre 2018

**Elaboración:** Salazar P.

**Interpretación:**

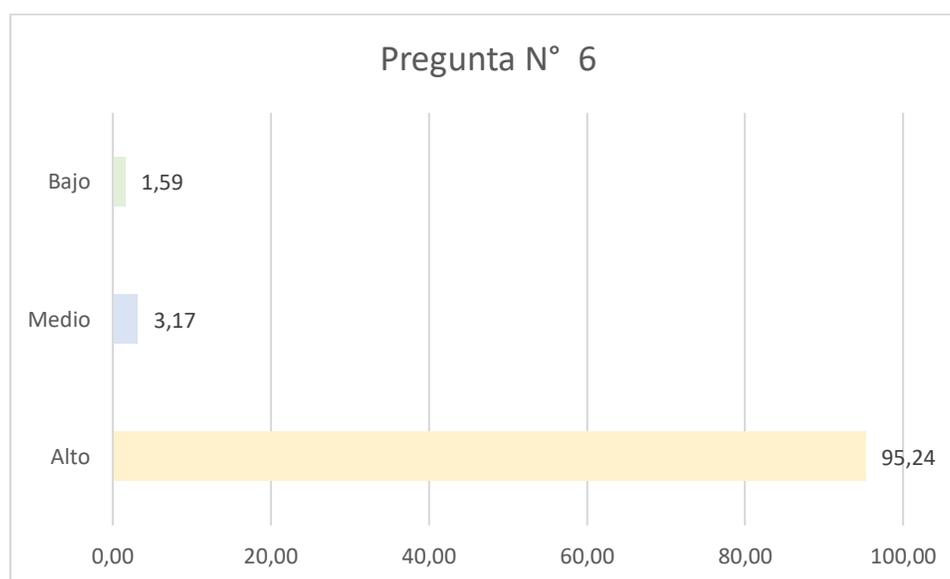
La mayor parte de las madres encuestadas opinan que el desayuno es la comida más importante del día, pero lamentablemente no le dan importancia a este tema debido a que no les brindan alimentos que aporten el valor nutricional que los niños necesitan

**Pregunta N° 6**

6. ¿Según su opinión, ubique el estado de salud de su hijo(a) en uno de los niveles propuestos?

**TABLA N° 9**

CATEGORIA	FRECUENCIA	PROCENTAJE
Alto	60	95,24 %
Medio	2	3,17 %
Bajo	1	1,59 %
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100%</b>

**GRÁFICO N° 6**

**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”

**Fecha:** Noviembre 2018

**Elaboración:** Salazar P.

**Interpretación:**

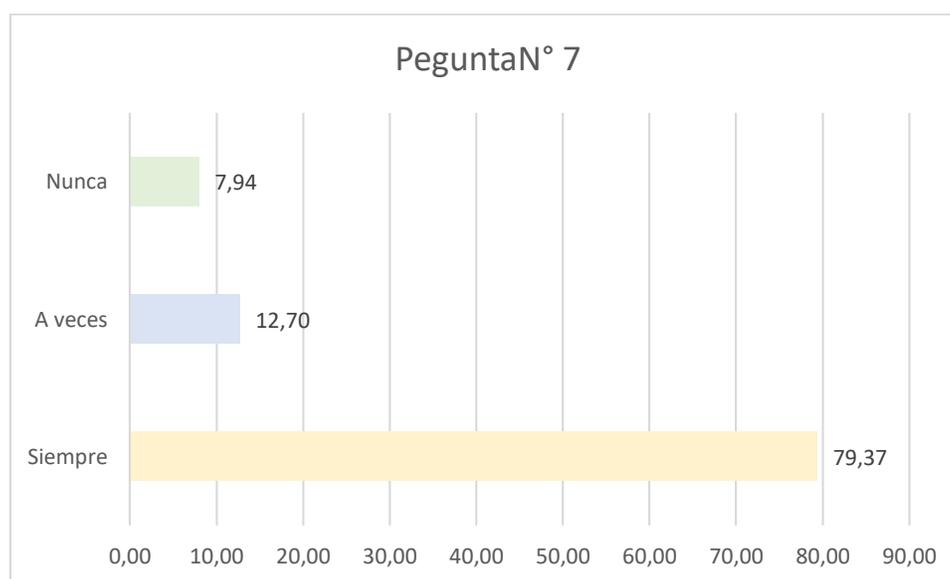
Casi en su totalidad, las madres manifiestan que el estado de salud de sus hijos es Alto, sin darse cuenta que con la manera en la cual le brindan los alimentos a la larga los niños son los que presentarán diferentes trastornos alimenticios

**Pregunta N° 7**

**7. ¿Las comidas diarias que le provee a su hijo corresponden a un horario adecuado?**

**TABLA N° 10**

<b>CATEGORIA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PROCENTAJE</b>
Siempre	50	79,37
A veces	8	12,70
Nunca	5	7,94
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100%</b>

**GRÁFICO N° 7**

**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”

**Fecha:** Noviembre 2018

**Elaboración:** Salazar P.

**Interpretación:**

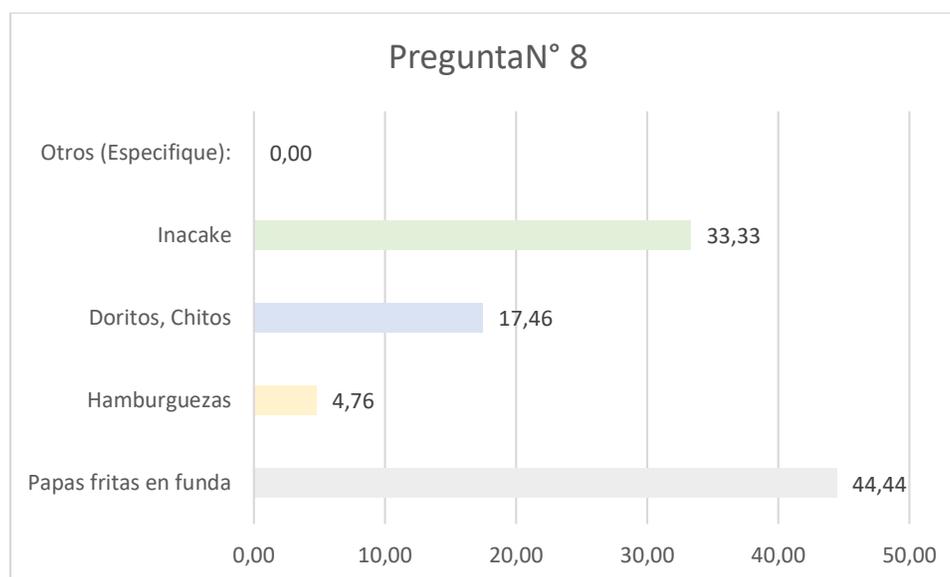
La mayor parte de madres de familia manifiestan que si proveen a sus hijos las comidas diarias en horarios adecuados, lo que estas acciones en algo les ayudan a los hijos a balancear la ingesta de alimentos

**Pregunta N° 8**

**8. ¿Cuáles de los siguientes alimentos que se consideran “comida chatarra” consume su hijo(a) con mayor frecuencia:**

**TABLA N° 11**

<b>CATEGORIA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PROCENTAJE</b>
Papas fritas en funda	28	44,44 %
Hamburguesas	3	4,76 %
Doritos, Chitos	11	17,46 %
Inacake	21	33,33 %
Otros (Especifique):		0,00 %
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100%</b>

**GRÁFICO N° 8**

**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”

**Fecha:** Noviembre 2018

**Elaboración:** Salazar P.

**Interpretación:**

Las respuestas a esta pregunta, son alarmantes debido a que todas y cada una de las madres de familia permiten que sus hijos consuman comida chatarra a sabiendas que no son beneficiosas para sus hijos y tampoco aportan los valores nutricionales que ellos necesitan

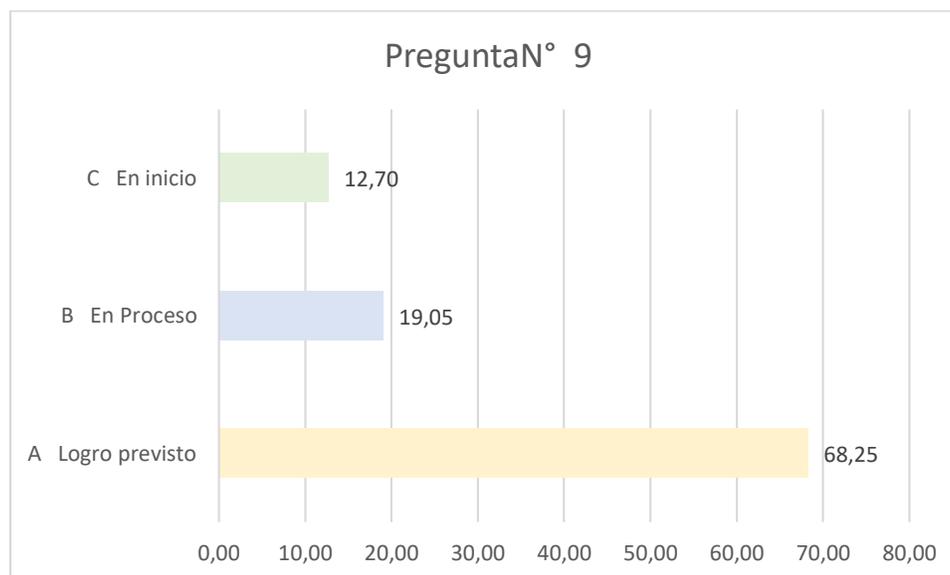
### Pregunta N° 9

9. ¿En forma general acorde al desempeño de su hijo, selección el tipo de evaluación que refleja el esfuerzo académico?

**TABLA N° 12**

<b>CATEGORIA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PROCENTAJE</b>
<b>A</b> Logro previsto	43	74,60 %
<b>B</b> En Proceso	12	22,22 %
<b>C</b> En inicio	8	3,17 %
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100%</b>

**GRÁFICO N° 9**



**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”  
**Fecha:** Noviembre 2018  
**Elaboración:** Salazar P.

### Interpretación:

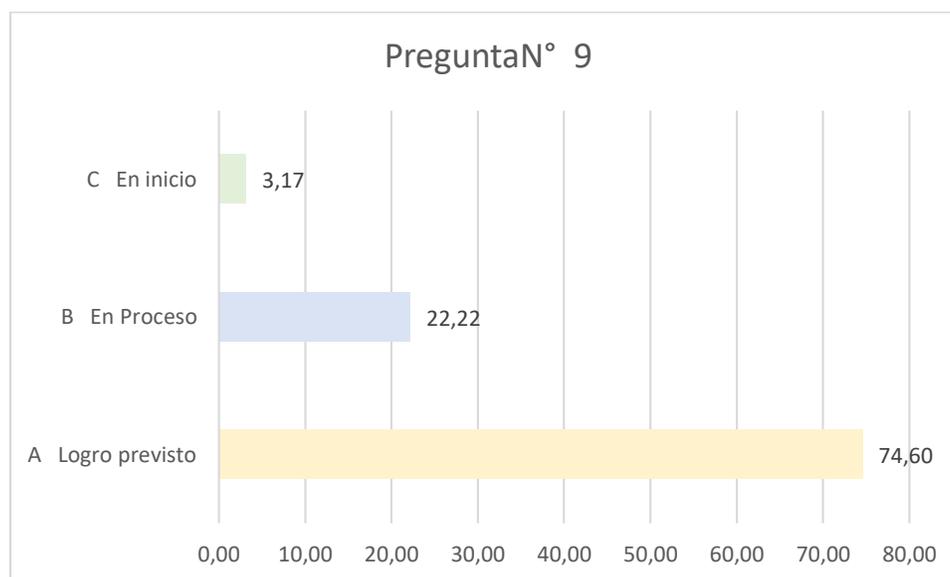
La mayoría de madres de familia consideran que sus hijos tienen un buen rendimiento académico, aunque otras en menor cantidad si evidencian que sus hijos no responden adecuadamente en su rendimiento académico

**Pregunta N° 10**

**10. ¿Le gustaría disponer de una Guía fácil de entender, la misma que le permita conocer sobre los valores nutricionales de los alimentos que usted les brinda a sus hijos, para fortalecer el rendimiento académico?**

**TABLA N° 13**

<b>CATEGORIA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PROCENTAJE</b>
Si	63	100 %
No	0	0 %
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100%</b>

**GRÁFICO N° 10**

**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”

**Fecha:** Noviembre 2018

**Elaboración:** Salazar P.

**Interpretación:**

De manera contundente, la totalidad de madres de familia encuestadas, manifiestan que si les gustaría disponer de una Guía fácil de entender sobre los valores nutritivos de los alimentos que consumen sus hijos para que mejoren el rendimiento académico

## Encuesta dirigida a Profesoras de Educación Inicial de la UEMIS de Salinas

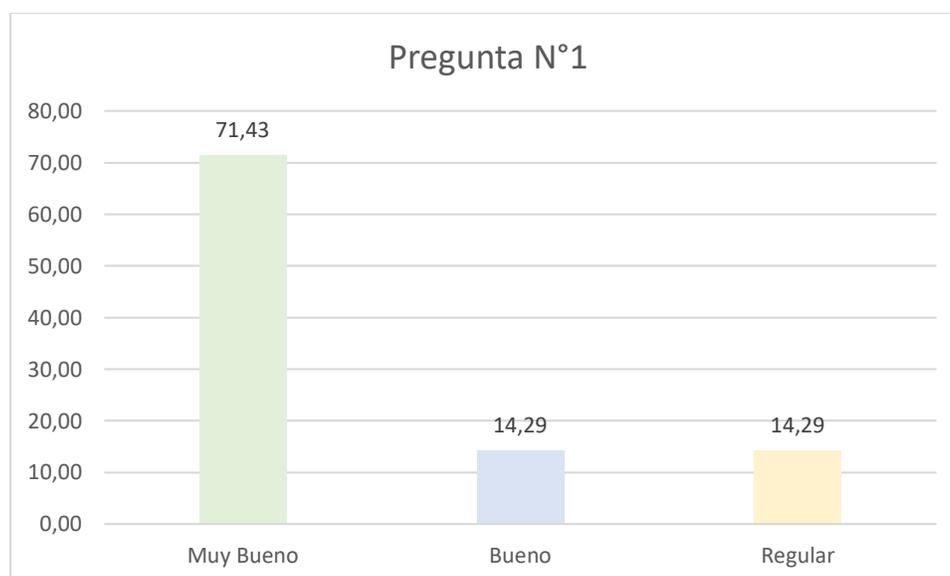
### Pregunta N° 1

1. ¿Acorde al tipo de alimentación de sus estudiantes, cual es el estado de salud de los mismos?

**TABLA N° 14**

CATEGORIA	FRECUENCIA	PROCENTAJE
Muy Bueno	5	71,43 %
Bueno	1	14,29 %
Regular	1	14,29 %
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

**GRÁFICO N° 11**



**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”  
**Fecha:** Noviembre 2018  
**Elaboración:** Salazar P.

### Interpretación:

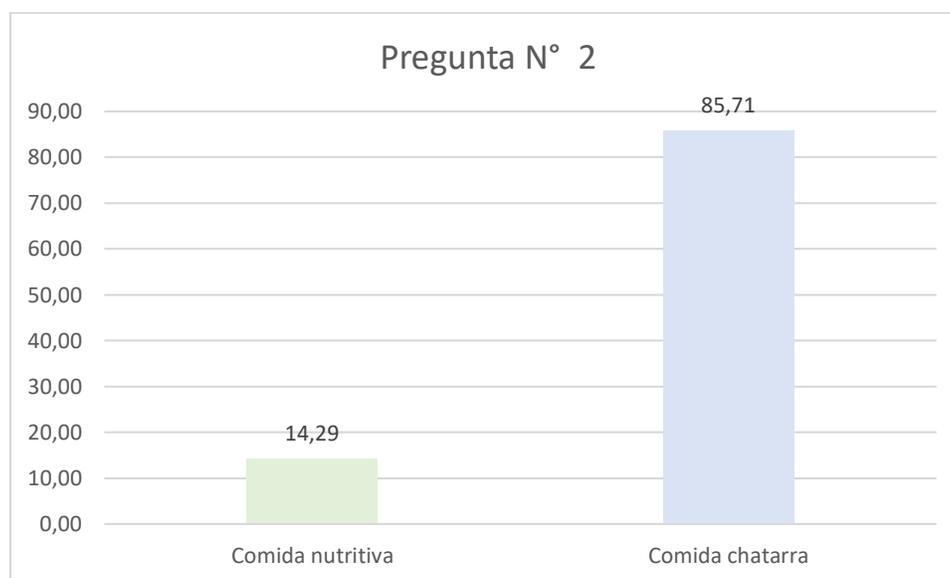
La mayoría de profesoras encuestadas manifiestan que el estado de salud de sus estudiantes es Muy bueno

**Pregunta N° 2**

2. ¿Durante el transcurso del recreo, que tipo de alimentos consumen sus estudiantes?

**TABLA N° 15**

<b>CATEGORIA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PROCENTAJE</b>
Comida nutritiva	1	14,29 %
Comida chatarra	6	85,71 %
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

**GRÁFICO N° 12**

**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”

**Fecha:** Noviembre 2018

**Elaboración:** Salazar P.

**Interpretación:**

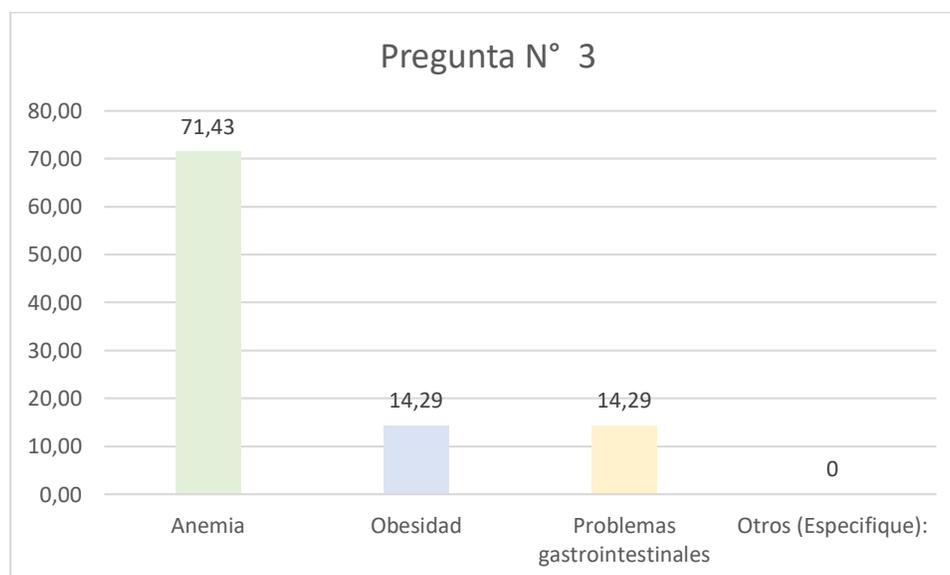
Las profesoras evidencian claramente que casi la totalidad de niños consumen comida chatarra en horas de recreo, lo que evidencia las posibles causas en los estudiantes para no tener un óptimo rendimiento académico en las labores académicas que desempeñan

**Pregunta N° 3**

**3. ¿Qué síntomas, desórdenes alimenticios o enfermedades relacionadas con la alimentación ha podido observar en sus estudiantes?**

**TABLA N° 16**

<b>CATEGORIA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PROCENTAJE</b>
Anemia	5	71,43 %
Obesidad	1	14,29 %
Problemas gastrointestinales	1	14,29 %
Otros (Especifique):	0	0 %
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100 %</b>

**GRÁFICO N° 13**

**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”

**Fecha:** Noviembre 2018

**Elaboración:** Salazar P.

**Interpretación:**

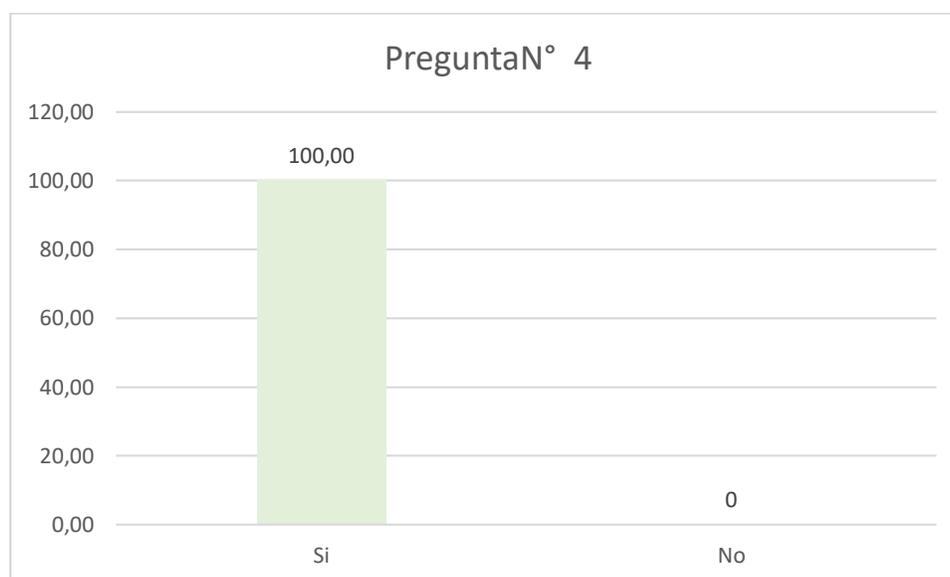
La anemia es una de las principales enfermedades que las profesoras han identificado en sus estudiantes, debido a que los alimentos que consumen no son adecuados en lo referente a los nutrientes que deberían consumir acorde a su edad

**Pregunta N° 4**

**4. ¿En las afueras de la Unidad Educativa, ha logrado identificar la presencia de vendedores de comida chatarra?**

**TABLA N° 17**

<b>CATEGORIA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PROCENTAJE</b>
Si	7	100,00 %
No	0	0 %
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100 %</b>

**GRÁFICO N° 14**

**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”

**Fecha:** Noviembre 2018

**Elaboración:** Salazar P.

**Interpretación:**

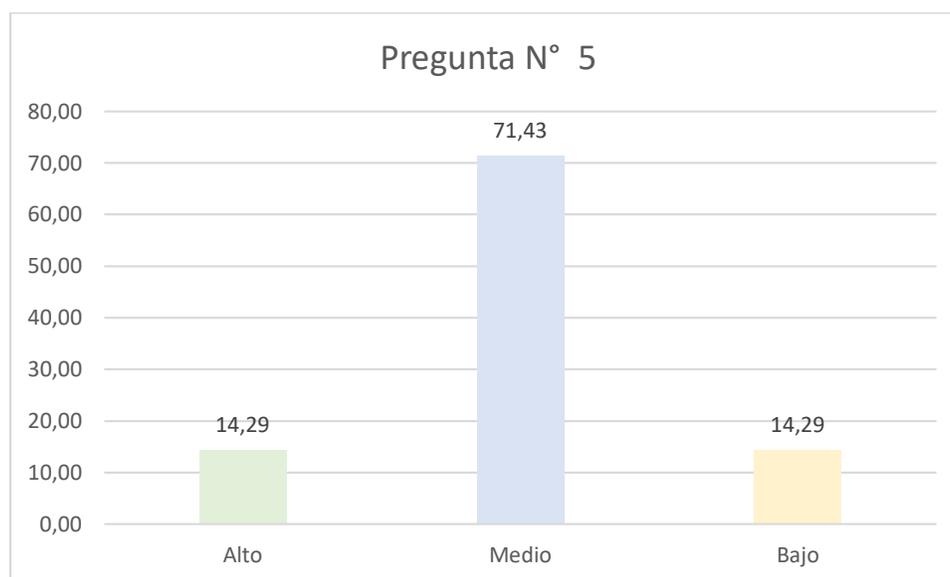
Se debería realizar campañas educativas a las personas que venden alimentos afuera de las instituciones educativas, debido a que es común que se venda comida chatarra sin ningún tipo de control sobre los alimentos que se expenden

**Pregunta N° 5**

**5. ¿En sentido general, como considera usted el nivel de atención de sus estudiantes en el aula de clase?**

**TABLA N° 18**

<b>CATEGORIA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PROCENTAJE</b>
Alto	1	14,29 %
Medio	5	71,43 %
Bajo	1	14,29 %
<b>TOTAL</b>	<b>63</b>	<b>100%</b>

**GRÁFICO N° 15**

**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”  
**Fecha:** Noviembre 2018  
**Elaboración:** Salazar P.

**Interpretación:**

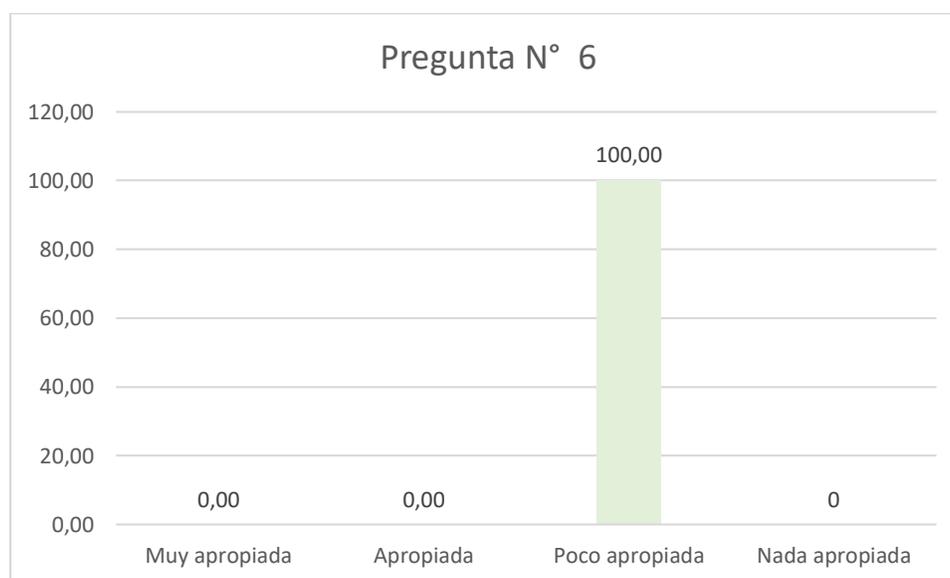
El nivel de atención que los niños mantienen en sus labores académicas no es el más adecuado, esto depende directamente de los alimentos que consumen, los mismos que no les aportan la cantidad de nutrientes que los niños necesitan para mejorar su rendimiento académico

**Pregunta N° 6**

6. ¿Según su criterio, considera apropiada la alimentación de sus estudiantes en horas de recreo respecto al rendimiento académico?

**TABLA N° 19**

<b>CATEGORIA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PROCENTAJE</b>
Muy apropiada	0	0,00 %
Apropiada	0	0,00 %
Poco apropiada	7	100,00 %
Nada apropiada	0	0 %
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

**GRÁFICO N° 16**

**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”

**Fecha:** Noviembre 2018

**Elaboración:** Salazar P.

**Interpretación:**

Las profesoras son quienes constatan directamente los alimentos que consumen sus estudiantes y en su totalidad opinan que la alimentación de sus estudiantes es poco apropiada

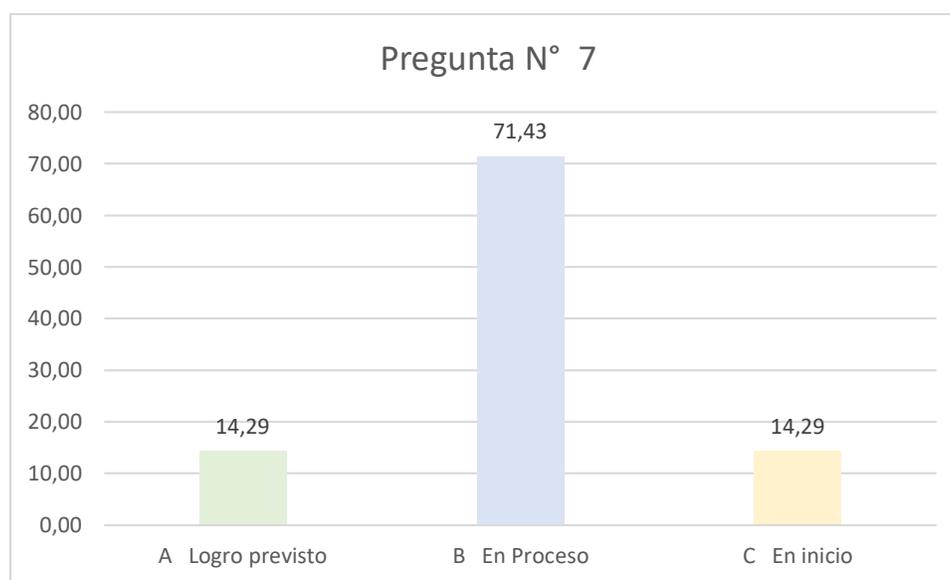
### Pregunta N° 7

7. ¿En forma general acorde al desempeño de sus estudiantes, seleccione el tipo de evaluación que refleja el esfuerzo académico?

**TABLA N° 20**

<b>CATEGORIA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PROCENTAJE</b>
<b>A</b> Logro previsto	1	14,29 %
<b>B</b> En Proceso	5	71,43 %
<b>C</b> En inicio	1	14,29 %
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

**GRÁFICO N° 17**



**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”  
**Fecha:** Noviembre 2018  
**Elaboración:** Salazar P.

### Interpretación:

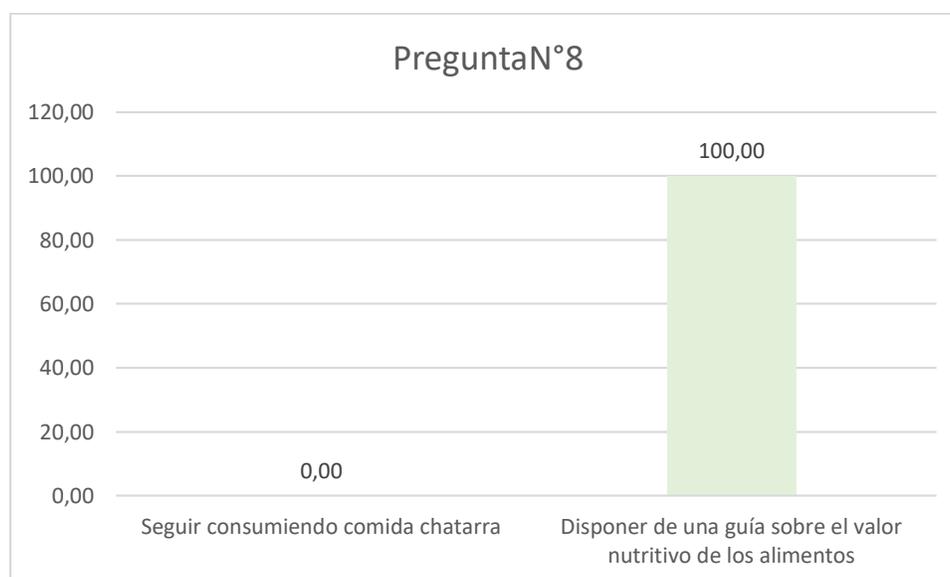
La mayoría de profesoras discrepan con las madres de familia en lo referente al desempeño académico de sus estudiantes ya que, según los resultados obtenidos, los resultados de aprendizaje en sus estudiantes se quedan en proceso de conseguir sus logros

**Pregunta N° 8**

**8. ¿Qué alternativas considera usted que son necesarias para mejorar el rendimiento académico en sus estudiantes?**

**TABLA N° 21**

<b>CATEGORIA</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>PROCENTAJE</b>
Seguir consumiendo comida chatarra	0	0,00 %
Disponer de una guía sobre el valor nutritivo de los alimentos	7	100,00 %
<b>TOTAL</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

**GRÁFICO N° 18**

**Fuente:** Madres de Familia de Educación Inicial UEMIS “Salinas”  
**Fecha:** Noviembre 2018  
**Elaboración:** Salazar P.

**Interpretación:**

La totalidad de profesoras encuestadas manifiestan que sería de gran importancia disponer de una guía sobre el valor nutricional de los alimentos para que las madres de familia tengan la posibilidad de combinar diferentes alimentos en la ingesta de sus hijos para proveerles de los nutrientes que ellos necesiten y así mejorar el rendimiento académico de los mismos

## **CAPÍTULO IV PRESENTACIÓN DE RESULTADOS**

### **4.1. Resultados según el Objetivo Específico 1:**

**R1:** Se logró identificar claramente los valores nutricionales de los principales alimentos que se producen en la zona, los mismos que en pocas cantidades los aprovechan para beneficio de sus hijos, siendo reemplazados por comida chatarra debido a la facilidad para adquirirla y comodidad para las madres de familia al momento de preparar la lonchera que envían a sus hijos a la escuela.

### **4.2. Resultados según el Objetivo Específico 2:**

**R2:** Una vez aplicada la encuesta a las madres de familia de los niños y niñas de Educación Inicial, se logró determinar que mantienen hábitos alimenticios no muy apropiados y además les permiten a sus hijos consumir comida chatarra en grandes cantidades haciendo de menos los valores nutricionales que poseen los diferentes productos que se cultivan en la zona, y combinados con otros productos de la costa, al ser consumidos en proporciones adecuadas, se podría mejorar el rendimiento académico de los niños y niñas.

### **4.3. Resultados según el Objetivo Específico 3:**

**R3:** Luego de haber realizado la socialización de la “GUÍA PRÁCTICA SOBRE EL VALOR NUTRICIONAL DE LOS ALIMENTOS QUE CONSUMEN SUS HIJOS”, se logró concientizar a las madres de familia sobre la importancia de conocer los valores nutricionales de los alimentos y la relación estrecha que existe con el rendimiento académico de sus hijos. Comprometiéndose a mejorar la alimentación y aprovechar los productos que se cultivan en la zona para el beneficio tanto en salud como intelectual de los niños y niñas que son objeto de estudio

### **4.3. Desarrollo de la Propuesta**

Como resultado principal del Proyecto de investigación se ha procedido a desarrollar la siguiente Guía de alimentación, la misma que permitirá a las Madres de Familia del grupo investigado, brindarle una mejor alimentación a los y las niños y niñas de Inicial de la UEMIS “Salinas”, la misma que se presenta a continuación



**UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR**  
**DEPARTAMENTO DE PISOGRADO**  
**MAESTRIA EN EDUCACION INICIAL**



**TRABAJO DE TITULACION**  
**MODALIDAD: PROYECTO DE INVESTIGACION**

**PREVIO A LA OBTENCION DEL TITULO DE**  
**MAGISTER EN EDUCACION INICIAL**

**TEMA:**  
**GUÍA PRÁCTICA SOBRE EL VALOR NUTRICIONAL DE LOS ALIMENTOS QUE**  
**CONSUMEN SUS HIJOS**

**AUTORA:**  
**LIC. DIANA PAOLA SALAZAR GUARACA**

**TUTORA:**  
**LIC. JELEN LOPEZ. MSc.**

**2017-2018**

**Autora:**

Lic. Paola Salazar  
Maestrante en Educación Inicial  
Universidad Estatal de Bolívar

**Tutora:**

Lic. Jelen López, Mg.  
Magister en Educación Inicial  
Universidad Estatal de Bolívar

**Colaboración:**

Rector, Profesoras y Madres de Familia de la UEMIS “Salinas”  
Profesoras del CEI “Carlota Noboa de Durango”



## INTRODUCCIÓN

La presente guía, está orientada a brindar una solución práctica al momento de preparar los alimentos que se envían en la lonchera saludable a nuestros hijos.

El objetivo principal de este instrumento, es dejar de utilizar la comida chatarra y cambiarla por alimentos nutritivos que se producen en la zona, aprovechando el fácil acceso a los mismos.

La guía contiene información variada relacionada con los valores nutritivos de los principales alimentos que se cosechan en la zona (UEMI “Salinas”).

Uno de los principales puntos que trata esta Guía es la combinación de alimentos que se puede realizar para balancear los nutrientes que los niños/as de pre escolar necesitan cubrir diariamente y rendir de mejor manera en las exigencias académicas que demanda el asistir a clases en la Institución.

## OBJETIVOS

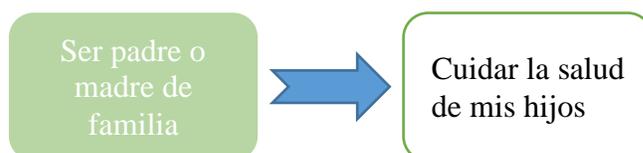
### OBJETIVO GENERAL

Brindar una guía apropiada orientar sobre la manera correcta de combinar alimentos nutritivos en la lonchera escolar

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Determinar la importancia de consumir alimentos nutritivos de la zona.
- ✓ Determinar los valores nutritivos de los principales alimentos que se producen en la zona
- ✓ Combinar los alimentos de la mejor manera para aprovechar los valores nutritivos de los alimentos y mejorar el rendimiento académico de los niños/as.
- ✓ Orientar a las Madres de Familia sobre la correcta alimentación de sus hijos.

## REQUISITOS ANTES DE UTILIZAR LA GUÍA



## ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Una alimentación saludable quiere decir que hay que consumir diferentes alimentos diariamente ya sean de origen vegetal y animal.

Para poder conocer más los diferentes alimentos que aportan nutrientes a nuestros niños, analicemos la Olla nutricional que se presenta a continuación:



Según lo que se puede observar en el gráfico, se determina la siguiente clasificación:

De dicha clasificación se puede observar los diferentes alimentos de los cuales se puede reconocer algunos de ellos que si los consumimos a diario.

De la clasificación que se observa en la olla nutricional, vamos a ver algunos ejemplos de los principales alimentos que si tenemos a disposición y se producen o se consiguen fácilmente en la zona donde viven los niños/as:

### **1. Cereales, tubérculos y derivados**

Maíz, Trigo, avena, arroz

### **2. Frutas**

Mellocos, papas, ocas

### **3. Verduras**

Tomate de carne, brócoli, rábano calabaza

**Tomate, choclo, calabaza**

### **4. Leche y derivados**

Leche, yogurt, queso

### **5. Carnes, legumbres secas y huevos**

Pollo, Pescado, res, chancho

### **6. Azúcares o mieles**

Miel de abeja, jalea, mermeladas

### **7. Grasas o aceites**

Aceite de oliva, margarina, aceite de soya

## BENEFICIOS DE UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Los alimentos que se observan en la olla nutricional, aportan todos los nutrientes que el organismo necesita para mantener la temperatura corporal, digerir los alimentos ingeridos, respirar, realizar actividad física, crecer, entre otros requerimientos que nuestro cuerpo necesita.

Los niños/as que consuman equilibradamente alimentos de varias categorías, podrán crecer fuerte y desarrollarse sanos, dispondrán de la suficiente energía para jugar y estudiar y lo más importante que estarán mejor protegidos contra diferentes enfermedades que se presentan en edades inferiores a los 5 años de edad.

Solo consumiendo alimentos de los 7 grupos que se hacen referencia en la olla nutricional, proporcionará beneficios que ningún otro alimento o suplemento alimenticio por si solo logrará aportar al organismo de nuestros niños.

Lo recomendable es realizar 5 comidas diarias:

- ✓ Desayuno
- ✓ Media mañana
- ✓ Almuerzo
- ✓ Merienda
- ✓ Cena

La combinación de los alimentos de las 7 zonas en 5 comidas diarias, no solo promueve usar alimentos variados sino también lograr una alimentación equilibrada agradable, sana y nutricionalmente efectiva.

**TABLA DE COMPOSICIÓN DE ALIMENTOS PARA ECUADOR.**

<b>Fuente</b>	<b>Alimento</b>	<b>Código original</b>
<b>México</b>	Choclo amarillo (en mazorca)	159
	Fideo/pasta promedio	51
	Maíz (negro o azul)	37
	Maíz amarillo	38
	Morocho	39
	Mote	39
	Tortilla de maíz y trigo	58
	Plátano orito	283
	Plátano rosado	286
	Zanahoria (zumos)	208
	Cacao seco	89
	Caña de azúcar	227
	Caña de azúcar (jugo)	228
	Capulí	226
	Guaba	252
	Róbalo	412
	Cabeza cocida de carnero	319
	Carne de res (alta en grasa sin hueso)	328
	Carnero (patas cocidas)	395
	Chontacuro (mayón)	363
Liebre	381	

<b>México</b>	Res (pata)	394
	Res (ubres)	427
	Crema agria	431
	Dulce de leche	715
	Panela	501
	Penco (jugo chaguarmishqui)	645

<b>Fuente</b>	<b>Alimento</b>	<b>Código original</b>
<b>Perú</b>	Harina de cebada/máchica	a14
	Harina de quinua	a58
	Haba (harina)	t51
	Mellico	u17
	Oca	v1
	Papa amarilla	u18
	Papa promedio	u19
	Plátano (harina)	c74
	Plátano maduro/maqueño	c75
	Chontaduro pijuayo	c67
	Pepino dulce	c61
	Tomate de árbol	b19
	Achiote	l1

<b>Fuente</b>	<b>Alimento</b>	<b>Código original</b>
<b>Brasil</b>	Almidón de yuca	124
	Pan de yuca crudo	141
	Maracuyá	232
	Patasmuyo	183

Cuadro 2. Descripción de las columnas incluidas en la Tabla de composición de alimentos

No. Nutr	Unidades	Descripción
203	g	Proteína
204	g	Grasa total
205	g	Carbohidrato, por diferencia
207	g	Ceniza
208	kcal	Energía
209	g	Almidón
210	g	Sacarosa
211	g	Glucosa (dextrosa)
212	g	Fructosa
213	g	Lactosa
214	g	Maltosa
221	g	Alcohol, ethyl
255	g	Agua
257	g	Proteína ajustada
262	mg	Cafeína
263	mg	Teobromina
268	kJ	Energía (KJ)
269	g	Azúcares, total
287	g	Galactosa
291	g	Fibra total
301	mg	Calcio, Ca
303	mg	Hierro, Fe
304	mg	Magnesio, Mg
305	mg	Fósforo, P
306	mg	Potasio, K
307	mg	Sodio, Na
309	mg	Zinc, Zn
312	mg	Cobre, Cu
313	µg	Flúor, F
315	mg	Manganeso, Mn
317	µg	Selenio, Se
318	IU	Vitamina A, IU
319	µg	Retinol
320	µg	Vitamina A, RAE
321	µg	Caroteno, beta
322	µg	Caroteno, alfa
323	mg	Vitamina E (alfa-tocoferol)
324	IU	Vitamina D
325	µg	Vitamina D2 (ergocalciferol)
326	µg	Vitamina D3 (colecalfiferol)
328	µg	Vitamina D (D2 + D3)
334	µg	Criptoxantina, beta

No. Nutr	Unidades	Descripción
337	µg	Licopeno
338	µg	Luteína + zeaxantina
341	mg	Tocoferol, beta
342	mg	Tocoferol, gamma
343	mg	Tocoferol, delta
344	mg	Tocoferol, alfa
345	mg	Tocoferol, beta
346	mg	Tocoferol, gamma
347	mg	Tocoferol, delta
401	mg	Vitamina C, ácido ascórbico total
404	mg	Tiamina
405	mg	Riboflavina
406	mg	Niacina
410	mg	Ácido Pantoténico
415	mg	Vitamina B-6
417	µg	Folato, total
418	µg	Vitamina B-12
421	mg	Colina, total
428	µg	Menaquinona-4
429	µg	Dihydrophyloquinona
430	µg	Vitamina K (phyloquinona)
431	µg	Ácido fólico
432	µg	Folato, alimentos
435	µg	Folato, DFE
454	mg	Betaína
501	g	Triptófano
502	g	Treonina
503	g	Isoleucina
504	g	Leucina
505	g	Lisina
506	g	Metionina
507	g	Cisteína
508	g	Fenilalanina
509	g	Tirosina
510	g	Valina
511	g	Arginina
512	g	Histidina
513	g	Alanina
514	g	Ácido Aspártico
515	g	Ácido Glutámico
516	g	Glicina
517	g	Prolina
518	g	Serina
521	g	Hydroxyprolina

No. Nutr	Unidades	Descripción
573	mg	Vitamina E, añadida
578	µg	Vitamina B-12, añadida
601	mg	Colesterol
605	g	Ácidos grasos trans, total
606	g	Ácidos grasos saturados, total
607	g	4:0
608	g	6:0
609	g	8:0
610	g	10:0
611	g	12:0
612	g	14:0
613	g	16:0
614	g	18:0
615	g	20:0
617	g	18:1 indiferenciado
618	g	18:2 indiferenciado
619	g	18:3 indiferenciado
620	g	20:4 indiferenciado
621	g	22:6 n-3 (DHA)
624	g	22:0
625	g	14:1
626	g	16:1 indiferenciado
627	g	18:4
628	g	20:1
629	g	20:5 n-3 (EPA)
630	g	22:1 indiferenciado
631	g	22:5 n-3 (DPA)
636	mg	Fitoesterol
638	mg	Estigmasterol
639	mg	Campesterol
641	mg	Beta-sitosterol
645	g	Ácidos grasos monoinsaturados, total
646	g	Ácidos grasos poliinsaturados, total
652	g	15:0
653	g	17:0
654	g	24:0
662	g	16:1 t
663	g	18:1 t
664	g	22:1 t
665	g	18:2 t sin definir
666	g	18:2 i
669	g	18:2 t,t
670	g	18:2 CLAs
671	g	24:1 c

No. Nutr	Unidades	Descripción
672	g	20:2 n-6 c,c
673	g	16:1 c
674	g	18:1 c
675	g	18:2 n-6 c,c
676	g	22:1 c
685	g	18:3 n-6 c,c,c
687	g	17:1
689	g	20:3 indiferenciado
693	g	Ácidos grasos trans-monoenoicos, total
695	g	Ácidos grasos trans-polienoicos, total
696	g	13:0
697	g	15:1
851	g	18:3 n-3 c,c,c (ALA)
852	g	20:3 n-3
853	g	20:3 n-6
855	g	20:4 n-6
856	g	18:3i
857	g	21:5
858	g	22:4
859	g	18:1-11t (18:1t n-7)

Las tablas antes referenciadas, se las puede utilizar para analizar la composición nutricional de los principales alimentos en América Latina pero utilizables en Ecuador también, por lo que con este antecedente se estará en la capacidad de analizar dichos datos y determinar con exactitud los diferentes valores nutricionales que aportan el consumo de cada uno de ellos a nuestros niños.

### **Necesidades nutritivas de los niños**

El organismo humano diariamente debe cubrir tres tipos de necesidades:

- ✓ Energéticas (*Demanda de energía del cuerpo*)
- ✓ Plásticas o formadoras (*Musculatura y masa ósea*)
- ✓ Reguladoras o protectoras (Metabolismo)

El componente más importante en todos los alimentos es el agua, que constituye entre el 55 % y el 95 % del peso de los productos frescos (carne, pescado, huevos, leche y derivados, frutas, hortalizas y verduras, bebidas), excepto en los granos de cereales, las legumbres secas y los frutos secos.

El agua es esencial para el organismo y la podemos ingerir como tal, mediante alimentos líquidos, y también con los alimentos sólidos que la contienen. El agua no aporta energía. Una persona niño menor de 5 años necesita unos 1,25 litros de agua al día, de los que aproximadamente 0,6 l. proceden de las bebidas y 0,55 l. de los alimentos sólidos.

Otros componentes de los alimentos son los nutrientes, que son aquellas sustancias útiles para el organismo, y que corresponden a los grupos llamados proteínas o prótidos, hidratos de carbono o glúcidos, grasas o lípidos, vitaminas y minerales. La suma de agua y todos estos nutrientes representa la casi totalidad de la composición de los alimentos. Para cubrir las necesidades nutritivas es necesario ingerir todos los nutrientes en cantidades diferentes, según los requerimientos que de los mismos tenga el organismo en función de diversos factores (edad, sexo, tipo de actividad, situación fisiológica o patológica, etc.).

El Ministerio de Salud promueve el uso de la lonchera saludable y recomienda realizar las siguientes combinaciones de alimentos para lograr que los niños ingieran los valores nutricionales que necesitan todos los días:

<b>Día</b>	<b>Sierra</b>	<b>Costa</b>	<b>Oriente</b>
<b>Lunes</b>	Sánduche de queso Naranja Agua	Sánduche de atún Tomate y cebolla Sandía Agua	Tortilla de yuca con queso Naranja Agua
<b>Martes</b>	Choclo con queso Refresco de quinua	Corviche Piña Agua	Majado de verde Refresco de arazá
<b>Miércoles</b>	Quimbolito Leche Durazno	Muchín de yuca con queso Naranja Agua	Ensalada de frutas Avena
<b>Jueves</b>	Tortillas de quinua con queso Manzana	Maduro asado con queso Leche Frutillas	Bolón de verde con queso Achiote Agua
<b>Viernes</b>	Habas con queso Granadilla Agua	Tortillas de verde Limonada	Torta de frutipán Leche
<b>Lunes</b>	Tortilla de lenteja Yogur	Ceviche de palmito Sandía	Yuca frita con queso Naranja Agua
<b>Martes</b>	Mote pillo Manzana Agua	Torta de maqueño Leche Granadilla	Empanada de verde con queso Refresco de Pomarrosa
<b>Miércoles</b>	Galletas de quinua Yogur con fruta	Humita Fruta de temporada Agua	Buñuelos de yuca Colada de avena con naranjilla
<b>Jueves</b>	Chochos con tostado o chulpi Durazno Agua	Tortilla de maíz Leche con chocolate Pera	Torta de zanahoria Leche
<b>Viernes</b>	Melloco con queso Naranja	Revuelto de palmito con huevo Mango	Panqueque de maduro Lima

Esta propuesta si es acogida por la mayoría de Instituciones educativas públicas, pero en otras instituciones no se promueve el uso de loncheras saludables debido al desconocimiento de la importancia de combinar alimentos y aprovechar los nutrientes que nos brindan cada uno de ellos, es por eso que se hace imprescindible la promoción y difusión de la presente guía para mejorar la salud de nuestros hijos y lo que es más importante mejorar el rendimiento académico en sus labores diarias.

## 5. Discusión y Conclusiones

### Discusión

Ante la falta de preocupación de los padres acerca de la alimentación de sus hijos es necesario proponer un desarrollo de una Guía práctica, que le podrá permitir investigar sobre los valores nutricionales de diferentes alimentos, agrupados en varias categorías y describiendo su valor nutricional, así como las posibles combinaciones para fortalecer el valor nutricional de las loncheras que envían los Padres a sus hijos.

En una investigación realizada por *Ávila (1998)*, en México la desnutrición en menores de cinco años continúa siendo un grave problema de salud pública, a pesar de que durante décadas se han llevado a cabo diversos programas nacionales con el propósito de mejorar la situación. Lo que no se aleja de nuestra realidad como país en vías de desarrollo.

La guía Práctica también le informara a la madre de cómo debe alimentar correctamente a sus hijos en una forma nutritiva y variada, evitando la comida chatarra que envían a la escuela cosa que hace que los niños/as no rindan en una forma eficaz en el aula de clases es por eso que con la utilización de la presente guía, se logrará que las madres de familia se concienticen y se den cuenta de cómo se debe alimentar correctamente a los niños/as para que a la larga sus hijos se desempeñen mejor en la escuela, para mayor ilustración referirse al *Anexo N° 2 (Guía Práctica de alimentación)*.

## Conclusiones

- ✓ En la presente investigación, se logró resaltar la importancia de una buena alimentación de las y los niños de Educación Inicial de la UEMIS “Salinas”, debido a que esto conlleva a lograr un mayor desarrollo académico de los mismos.
- ✓ Los resultados obtenidos a través de la encuesta aplicada a las Madres de Familia sobre los hábitos alimenticios de sus hijos, deja al descubierto que existe un problema latente en la forma de alimentarse de sus hijos debido al desconocimientos de los valores nutricionales de los alimentos y la importancia de consumirlos de manera adecuada para posibilitar un mayor rendimiento académico en los niños y niñas que son objeto de estudio.
- ✓ El diseño, implementación y socialización de la Guía práctica sobre el valor nutricional de los alimentos, permite concienciar e ilustrar a las Madres de familia y a su vez conocer mucho más la importancia de los valores nutricionales de diferentes alimentos.
- ✓ Con los antecedentes puestos en consideración mediante la presente investigación, queda abierta la posibilidad de Plantear el desarrollo de un aplicativo móvil que brinde la posibilidad a las Madres de Familia no solo de la provincia sino también de todo el País, de disponer de una herramienta práctica que le Permita a la Madre de Familia combinar alimentos de manera apropiada y así lograr conformar loncheras saludables que podrán enviar a sus hijos, mejorando la salud de los mismos y ayudando de manera significativa en su desarrollo académico, de esta manera, aportando resultados efectivos en las líneas de investigación de la UEB, siendo estas: Gestión de TIC's [Desarrollo de Software], Salud y Bienestar Humano [Salud Infantil].

## 6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ✓ Atalah, E., & UNICEF. (1992). Desnutrición, desarrollo psicomotor y rendimiento escolar.
- ✓ Ávila-Curiel, A., Shamah-Levy, T., Galindo-Gómez, C., Rodríguez-Hernández, G., & Barragán-Heredia, L. M. (1998). La desnutrición infantil en el medio rural mexicano. *Salud pública de México*, 40, 150-160.
- ✓ Basantes Morales, E. R. (2015). Manejo de cultivos andinos del Ecuador.
- ✓ Castillo, C., & Romo, M. (2006). Las golosinas en la alimentación infantil. *Revista chilena de pediatría*, 77(2), 189-193.
- ✓ Conde, M. Á., Muñoz, C., & García, F. J. (2008). Sistemas de Adaptación de contenidos para dispositivos móviles. In *Proc. Actas del congreso de IX Congreso Internacional de Interacción Persona-Ordenador, Albacete* (pp. 143-147).
- ✓ Cortez, R. (2002). La nutrición de los niños en edad pre-escolar. Centro de Investigación de la Universidad del Pacífico-CIES.
- ✓ Fretes, G., Salinas, J., & Vio, F. (2013). Efecto de una intervención educativa sobre el consumo de frutas, verduras y pescado en familias de niños preescolares y escolares. *Archivos latinoamericanos de nutrición*, 63(1), 37-45.
- ✓ Galindo, Y. (2014). Desarrollo e implementación del aplicativo móvil AppEA basado en software libre para reducir los diagnósticos nutricionales equivocados e identificar a niñas y niños con riesgo nutricional del programa nacional cuna mas, 2014 (Tesis de pregrado). Universidad Nacional José María Arguedas, Andahuaylas-Perú

- ✓ González Rodríguez, A. (2009). Concepciones y práctica reflexionada de docentes y enfermeras-os sobre la promoción de la alimentación saludable en la escuela. *Revista Investigación en la Escuela*, 69, 87-98.
- ✓ Izquierdo Hernández, A., Armenteros Borrell, M., Lancés Cotilla, L., & Martín González, I. (2004). Alimentación saludable. *Revista Cubana de Enfermería*, 20(1), 1-1
- ✓ Kain, J., Concha, F., Salazar, G., Leyton, B., Rodríguez, M. D. P., Ceballos, X., & Vio, F. (2009). Prevención de obesidad en preescolares y escolares de escuelas Municipales de una Comuna de Santiago de Chile: proyecto piloto 2006. *Archivos latinoamericanos de nutrición*, 59(2), 139-146.
- ✓ Lera, L., Fretes, G., González, C. G., Salinas, J., & Vio, F. (2015). Validación de un instrumento para evaluar consumo, hábitos y prácticas alimentarias en escolares de 8 a 11 años. *Nutrición Hospitalaria*, 31(5), 1977-1988.
- ✓ Macias, A. I., Gordillo, L. G., & Camacho, E. J. (2012). Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *Revista chilena de nutrición*, 39(3), 40-43.
- ✓ Majem, L. S., Barba, L. R., Rodrigo, C. P., Viñas, B. R., & Bartrina, J. A. (2003). Hábitos alimentarios y consumo de alimentos en la población infantil y juvenil española (1998-2000): variables socioeconómicas y geográficas. *Medicina clínica*, 121(4), 126-131.
- ✓ Mantilla, M. C. G., Ariza, L. L. C., & Delgado, B. M. (2014). Metodología para el desarrollo de aplicaciones móviles. *Tecnura: Tecnología y Cultura Afirmando el Conocimiento*, 18(40), 20-35.

- ✓ Moreira, M. V. (2014). *La pirámide nutricional y su influencia en el rendimiento académico en los niños del séptimo grado de la unidad educativa francesco ricatti de la parroquia cotocollao, cantón quito, provincia de pichincha* (Master's thesis).
- ✓ Ortiz-Andrellucchi, A., Peña Quintana, L., Albino Beñacar, A., Mönckeberg Barros, F., & Serra-Majem, L. (2006). Desnutrición infantil, salud y pobreza: intervención desde un programa integral. *Nutrición hospitalaria*, 21(4), 533-541.
- ✓ Rodríguez, L., & Pizarro, T. (2006). Situación nutricional del escolar y adolescente en Chile. *Revista chilena de pediatría*, 77(1), 70-80.
- ✓ Sagan, C., A. Dryuyan. "Literacy The Path to a More Prosperous. Less Dangerous America." *Parade Magazine*, 6 de marzo de 1994
- ✓ Salinas, J. (2011). Programas de salud y nutrición sin política de estado: El caso de la promoción de salud escolar en Chile. *Revista chilena de nutrición*, 38(2), 100-116.
- ✓ Valarino, E. (2011). Metodología de la investigación paso a paso, México. *Tipos de metodologías*, ISBN: 9786071705112
- ✓ Valero, C. C., Redondo, M. R., & Palacín, A. S. (2012). Tendencias actuales en el uso de dispositivos móviles en educación. *La educación digital magazine*, 147, 1-21.
- ✓ Vera, B., & Tatiana, W. (2019). *Determinates influyentes en el estilo de vida alimenticia en niños de edad preescolar que habitan en el barrio 15 de marzo de la Ciudad de Esmeraldas* (Doctoral dissertation, Ecuador-PUCESE-Escuela de Enfermería).
- ✓ Villalonga Gómez, C., & Marta Lazo, C. (2015). Modelo de integración educomunicativa de 'apps' móviles para la enseñanza y aprendizaje. *Pixel-Bit. Revista de Medios y Educación*, 46, 137-153.

- ✓ Vio, F., Salinas, J., Montenegro, E., González, C. G., & Lera, L. (2014). Efecto de una intervención educativa en alimentación saludable en profesores y niños preescolares y escolares de la región de Valparaíso, Chile. *Nutrición hospitalaria*, 29(6), 1298-1304.
- ✓ Vizer, E. A. (2011). El sujeto móvil de la aldea global. Tendencias en la sociedad mediatizada The Mobile Subject of the Global Village. Trends in Mediatized Society.

## 7. Anexos

## Anexo N°1 (Fotos)



*(Encuestas)*



## INSTRUMENTOS



*Instrumento N°1 (Encuesta a Madres de Familia)*  
**UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR**  
**DEPARTAMENTO DE PISOGRADO**  
**MAESTRIA EN EDUCACION INICIAL**



### ENCUESTA DIRIGIDA A LAS MADRES DE FAMILIA DEL ÁREA DE INICIAL

**Descripción:** La presente encuesta está orientada a recopilar información en la UNIDAD EDUCATIVA DEL MILENIO INTERCULTURAL “Salinas” como instrumento de recolección de datos para un Proyecto de Investigación de Maestría de la UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR.

**Objetivo:** Analizar el valor nutricional de los alimentos con respecto al rendimiento académico de los niños y niñas de educación inicial

**Indicación:** Lea detenidamente y conteste cada una de las interrogantes planteadas, relacionadas con la alimentación de sus hijos y el rendimiento académico:

**1. ¿En qué consiste el desayuno de su hijo(a) generalmente?**

Agua aromática ( )

Café, chocolate ( )

Leche yogurt ( )

Pan ( )

Huevo ( )

Jugo ( )

Otros (Especifique): \_\_\_\_\_

**2. ¿En que consiste el almuerzo de su hijo(a) generalmente?**

Sopa ( )

Arroz ( )

Jugo ( )

Postre ( )

**3. ¿En qué consiste la merienda de su hijo(a) generalmente?**

Sopa ( )

Arroz ( )

Jugo ( )

Postre ( )

**4. ¿Durante el transcurso del día, que bebida acostumbra a ingerir normalmente su hijo?**

Agua ( )

Jugo ( )

Limonada ( )

Gaseosa ( )

Otros (Especifique): \_\_\_\_\_

**5. ¿Acorde a su criterio, cuál de las tres comidas es la más importante para su hijo(a)**

Desayuno ( )

Almuerzo ( )

Merienda ( )

**6. ¿Según su opinión, ubique el estado de salud de su hijo(a) en uno de los niveles propuestos?**

Alto ( )

Medio ( )

Bajo ( )

**7. ¿Las comidas diarias que le provee a su hijo corresponden a un horario adecuado?**

Siempre ( )

A veces ( )

Nunca ( )

**8. ¿Cuáles de los siguientes alimentos que se consideran “comida chatarra” consume su hijo(a) con mayor frecuencia:**

Papas fritas en funda ( )

Hamburguesas ( )

Doritos, Chitos ( )

Inacake ( )

Otros (Especifique): \_\_\_\_\_

**9. ¿En forma general acorde al desempeño académico de su hijo, selección el tipo de evaluación que refleja el esfuerzo académico?**

**A** Logro previsto ( )

**B** En Proceso ( )

**C** En inicio ( )

**10. ¿Le gustaría disponer de una Guía fácil de entender, la misma que le permita conocer sobre los valores nutricionales de los alimentos que usted les brinda a sus hijos, para fortalecer el rendimiento académico?**

Si ( )

No ( )

**Gracias por su colaboración**



*Instrumento N°2 (Encuesta a Profesoras del área de inicial)*

**UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR  
DEPARTAMENTO DE PISOGRADO  
MAESTRIA EN EDUCACION INICIAL**



**ENCUESTA DIRIGIDA A LAS PROFESORAS DEL ÁREA DE INICIAL**

**Descripción:** La presente encuesta está orientada a recopilar información en la UNIDAD EDUCATIVA DEL MILENIO INTERCULTURAL “Salinas” como instrumento de recolección de datos para un Proyecto de Investigación de Maestría de la UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR.

**Objetivo:** Analizar el valor nutricional de los alimentos con respecto al rendimiento académico de los niños y niñas de educación inicial

**Indicación:** Lea detenidamente y conteste cada una de las interrogantes planteadas, relacionadas con comportamiento y accionar de sus estudiantes:

**1. ¿Acorde al tipo de alimentación de sus estudiantes, cuales el estado de salud de los mismos?**

Muy Bueno ( )

Bueno ( )

Regular ( )

**2. ¿Durante el transcurso del recreo, que tipo de alimentos consumen sus estudiantes?**

Comida nutritiva ( )

Comida chatarra ( )

**3. ¿Que síntomas, desórdenes alimenticios o enfermedades relacionadas con la alimentación ha podido observar en sus estudiantes?**

Anemia ( )

Obesidad ( )

Problemas gastrointestinales ( )

Otros (Especifique): \_\_\_\_\_

**4. ¿En las afueras de la Unidad Educativa, ha logrado identificar la presencia de vendedores de comida chatarra?**

Si ( )

No ( )

**5. ¿En sentido general, como considera usted el nivel de atención de sus estudiantes en el aula de clase?**

Alto ( )

Medio ( )

Bajo ( )

**6. ¿Según su criterio, considera apropiada la alimentación de sus estudiantes en horas de recreo respecto al rendimiento académico?**

- Muy apropiada ( )
- Apropiada ( )
- Poco apropiada ( )
- Nada apropiada ( )

**7. ¿En forma general acorde al desempeño académico de sus estudiantes, selección el tipo de evaluación que refleja el esfuerzo académico?**

- A** Logro previsto ( )
- B** En Proceso ( )
- C** En inicio ( )

**8. ¿Que alternativas considera usted que son necesarias para mejorar el rendimiento académico en sus estudiantes?**

- Seguir consumiendo comida chatarra ( )
- Disponer de una guía sobre el valor nutritivo de los alimentos ( )

**Gracias por su colaboración**

## MAPAS

### *Mapa N°1 (Ubicación Geográfica del sitio de estudio)*



En la sección superior izquierda del mapa se encuentra ubicada la UEMIS “Salinas”, que es el sitio donde se desarrolló la investigación con los niños/as, Madres de familia y Docentes del área de educación inicial.

#### **Ubicación exacta:**

1°24'11.6"S    79°01'38.5"W

-1.403228,    -79.027348