



**UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN,  
SOCIALES, FILOSÓFICAS Y HUMANÍSTICAS  
ESCUELA DE CIENCIAS BÁSICAS  
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA.**



**TEMA**

**LA DEFICIENTE ALIMENTACIÓN AFECTA EL RENDIMIENTO ESCOLAR DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE SEGUNDO Y TERCER AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA ESCUELA JUAN BENIGNO VELA, PARROQUIA ZAPOTAL DEL CANTÓN VENTANAS, PROVINCIA LOS RÍOS, DURANTE EL PERÍODO 2010-2011.**

**AUTORAS:**

**ALEXANDRA LUCÍA MUÑOZ PARCO.  
XIMENA NATALY ZÚÑIGA PARCO.**

**DIRECTOR**

**Lic. NICOLÁS ALEXANDER LADINO PAZMIÑO.**

**TRABAJO DE GRADO PRESENTADO EN OPCIÓN A OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADAS EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, MENCIÓN EDUCACIÓN BÁSICA.**

**SAN MIGUEL – BOLÍVAR 2011.**

## **I. DEDICATORIA**

El presente trabajo es fruto del esfuerzo, dedicación y constancia durante nuestros años de estudio, por ello, con inmenso amor y gran satisfacción, dedicamos este trabajo a nuestros padres e hijos quienes con infinito cariño supieron apoyarnos y guiarnos por el sendero del bien para hacer de nosotras, personas útiles y así llegar a culminar nuestros estudios.

ALEXANDRA

Y

NATALY

## **II. AGRADECIMIENTO**

Agradecemos a Dios por habernos dado la vida y habernos guiado por el camino del bien.

También expresamos nuestra gratitud y admiración a la Universidad Estatal de Bolívar Extensión “San Miguel”, al Lic. Nicolás Ladino Pazmiño por guiarnos de forma desinteresada en la elaboración del presente trabajo de grado.

ALEXANDRA

Y

NATALY

### III. CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR

El suscrito Director del Trabajo de grado, Lic. NICOLÁS LADINO PAZMIÑO, Docente de la Universidad Estatal de Bolívar, **CERTIFICA:** que el presente Trabajo titulado: **“La deficiente alimentación afecta el rendimiento escolar de los niños y niñas de segundo y tercer año de educación general básica de la Escuela “Juan Benigno Vela”, Parroquia Zapotal del Cantón Ventanas, Provincia Los Ríos, durante el periodo 2010-2011”**, elaborado por Alexandra Lucía Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga Parco, Egresadas de la Escuela de Educación Básica, han cumplido con los requisitos establecidos en el respectivo reglamento, por lo cual apruebo el trabajo.

Atentamente,

**LIC. NICOLÁS LADINO PAZMIÑO.**

**DIRECTOR.**

#### **IV. AUTORÍA NOTARIADA**

El presente trabajo de grado : **“La deficiente alimentación afecta el rendimiento escolar de los niños y niñas de segundo y tercer año de educación general básica de la Escuela “Juan Benigno Vela” de la parroquia Zapotal del Cantón Ventanas, Provincia Los Ríos, durante el periodo 2010-2011”**, elaborado por ALEXANDRA LUCÍA MUÑOZ y XIMENA NATALY ZÚÑIGA, ha sido realizado en base a una recopilación bibliográfica de libros, revistas, folletos, internet, dejando a salvo los derechos de terceros sobre la bibliografía consultada y puntos de vista de autores citados en el presente trabajo investigativo.

**ALEXANDRA MUÑOZ**

**XIMENA ZÚÑIGA**

## V. TABLA DE CONTENIDOS

Carátula	
Dedicatoria.....	I
Agradecimiento .....	II
Certificación del director .....	III
Autoría notariada .....	IV
Tabla de contenido.....	V
Lista de cuadros y gráficos .....	VI
Lista de anexos .....	VII
Resumen ejecutivo- español- inglés.....	VIII
Introducción.....	IX

<b>CONTENIDOS</b>	<b>PÁGs.</b>
1.- Tema.....	1
2.-Antecedentes .....	2
3.-Problema.....	4
4.-Justificación.....	5
5.-Objetivos .....	7
• Generales .....	7
• Específicos.....	7

6.-Hipótesis.....	8
7.- Variables.....	8
8.-Operacionalización.....	9

## **CAPÍTULO I**

### **MARCO TEÓRICO**

1.1.-TEORÍA CIENTÍFICA.....	11
1.1.1.-Deficiente alimentación .....	11
1.1.2.-Mala nutrición y deficiente alimentación .....	12
1.1.2.1.-Causas de la deficiente alimentación .....	13
1.1.2.2.-Enfermedades relacionadas con la deficiente alimentación .....	14
1.1.3.-Factores que influyen en la mala nutrición en edad escolar .....	15
1.1.4.-Consumo de alimentos.-.....	16
1.1.4.1.-Indicadores del estado nutricional.-.....	17
1.1.5.- ¿Qué son las tablas de la organización mundial de la salud?.....	18
1.1.6.-Los hábitos alimenticios y el rendimiento escolar .....	21
1.1.7.-Rendimiento escolar.-.....	22
1.1.7.1.-Definición.-.....	22
1.1.7.2.-Dimensiones del rendimiento escolar.....	22
1.1.8.-Factores que influyen en el rendimiento escolar de un niño.- .....	23
1.1.9.-La alimentación afecta el rendimiento escolar .....	26
1.1.9.1.-Incluya alimentos ricos en calcio .....	26
1.1.10.-Bajo rendimiento escolar .....	27

1.1.10.1.-Causas del bajo rendimiento escolar .....	27
1.1.10.2.-Consecuencias del bajo rendimiento escolar .....	28
1.1.11.-La educación nutricional en la escuela .....	29
1.1.12.-Los bares escolares .....	33
1.1.13.-Alimentación escolar del niño de seis a doce años.....	34
1.2.-MARCO LEGAL .....	37
1.2.1.-Código de la niñez y adolescencia .....	37
1.2.2.-Ley orgánica de educación intercultural .....	38
1.3.-TEORÍA CONCEPTUAL.....	40
1.4.- TEORÍA REFERENCIAL .....	43

## **CAPÍTULO II**

### **ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS**

2.1. Por el propósito.....	45
2.2. Por el nivel.....	45
2.3. Por el lugar.....	45
2.4. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos .....	45
2.5. Diseño por la dimensión temporal.....	45
2.6. Universo y muestra.....	46
2.7. Procesamiento de Datos.....	46
2.8. Método.....	46



### **CAPÍTULO III**

#### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.**

3.1.- Encuesta aplicada a Niños/as.....	47
3.2.- Encuesta aplicada a Docentes.....	56
3.3.- Encuesta aplicada a Padres de Familia.....	66
3.4.- Comprobación de la hipótesis .....	76
3.5.-Conclusiones .....	79
3.6.-Recomendaciones.....	80

### **CAPÍTULO IV**

#### **PROPUESTA.**

1.- Titulo.....	81
2.- Introducción .....	81
3.- Objetivo.....	82
3.1.- Estrategias.....	82
4.-Desarrollo.....	83
5.- Evidencias de la aplicación de la propuesta .....	97
4.7.- Resultados de la aplicación.....	102

<b>BIBLIOGRAFÍA.....</b>	<b>103</b>
--------------------------	------------

<b>ANEXOS.....</b>	<b>105</b>
--------------------	------------

## VI. LISTA DE CUADROS Y GRÁFICOS.

Tabla 1 Cuadro 1 .....	47
Tabla 2 Cuadro 2 .....	48
Tabla 3 Cuadro 3 .....	49
Tabla 4 Cuadro 4.....	50
Tabla 5 Cuadro 5 .....	51
Tabla 6 Cuadro 6.....	52
Tabla 7 Cuadro 7 .....	53
Tabla 8 Cuadro 8 .....	54
Tabla 9 cuadro 9 .....	55
Tabla 10 cuadro 10 .....	56
Tabla 11 cuadro11 .....	57
Tabla 12 cuadro 12 .....	58
Tabla 13 cuadro 13 .....	59
Tabla 14 cuadro 14 .....	60
Tabla 15 cuadro 15 .....	61
Tabla 16 cuadro 16 .....	62
Tabla 17 cuadro 17 .....	63
Tabla 18 cuadro 18 .....	64
Tabla 19 cuadro 19 .....	65

Tabal 20 cuadro 20 .....	66
Tabla 21 cuadro 21 .....	67
Tabla 22 cuadro 22 .....	68
Tabla 23 cuadro 23 .....	69
Tabla 24 cuadro 24 .....	70
Tabla 25 cuadro 25 .....	71
Tabla 26 cuadro 26 .....	72
Tabla 27 cuadro 27 .....	73
Tabla 28 cuadro 28 .....	74
Tabla 29 cuadro 29 .....	75

## VII. LISTA DE ANEXOS

Anexo 1: Encuesta aplicada a Docentes.....	106
Anexo 2: Encuesta aplicada a Padres de Familia.....	108
Anexo 3: Encuesta aplicada a Niños/as.....	110
Anexo 4: Fotografías.....	112
Anexo 5: Recursos.....	113
Anexo 6: Cronograma.....	115

## **VIII. RESUMEN EJECUTIVO EN ESPAÑOL E INGLÉS.**

El presente trabajo de investigación, sobre “LA DEFICIENTE ALIMENTACIÓN AFECTA EL RENDIMIENTO ESCOLAR DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE SEGUNDO Y TERCER AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA ESCUELA “JUAN BENIGNO VELA” DE LA PARROQUIA ZAPOTAL DEL CANTÓN VENTANAS, PROVINCIA LOS RÍOS, DURANTE EL PERIODO 2010-2011.”, tiene como única finalidad constituirse en una alternativa de solución a tan complicada dificultad presentado en las escuelas del Cantón Ventanas, especialmente en escuela Juan Benigno Vela, donde se detectó la deficiente alimentación de alimentación nutritivo trae como consecuencia la desnutrición, hace que el niño y niña no desarrolle ni adquiera de mejor manera el proceso de enseñanza aprendizaje lo que determinó que los padres de familia conjuntamente con los profesores apliquen un taller, de nutrición saludable niños y niñas, estrategia para la solución creativa de problemas de aprendizaje por parte de los docentes y contribuir así adecuadamente al desarrollo de habilidades y destrezas del pensamiento creativo así como refuerzo de sus conocimientos haciéndole más fácil el estudio. Se determinó como un punto de partida el mismo que favoreció al desarrollo del trabajo de investigación, los antecedentes, lo que nos permitió identificar la realidad de un problema de orden Pedagógico, en el que se ha combatido durante mucho tiempo y que hasta el momento no se ha logrado concientizar a los padres de familia entendiendo que la alimentación de sus niños y niñas influyen en la enseñanza aprendizaje para lograr superar los niveles que hubiésemos deseado.

El problema identificado se ajusta al entorno en que se desarrolla la educación en las aulas con los estudiantes de la escuela “Juan Benigno Vela”. La respuesta al problema sobre la deficiente alimentación por parte de los padres de familia lo que produce la desnutrición, en la solución de problemas del rendimiento académico.

Sostenemos plenamente que nuestro trabajo de grado, señalando la importancia, su necesidad, su pertinencia, su originalidad y su factibilidad. De acuerdo al contexto donde el trabajo investigativo, claro esta se encontró resistencia en el docente y padres de familia para recabar la información. Esto es entendible por el mismo hecho de que el tema es muy delicado y complejo.

De acuerdo a estos parámetros planteamos los objetivos General y Específicos, mismos que tienen un alto grado de validez, confiabilidad y ejecutabilidad al lograr su alcance y medición, en la comprobación de la hipótesis, de la que nos permitió identificar las dos variables, que fueron operacionalizadas convenientemente de acuerdo a sus parámetros.

Todo este desarrollo de Operacionalización nos sirvió para contar con los elementos necesarios para elaborar los instrumentos de recolección de datos.

En el capítulo I, Marco teórico, describimos temas directamente relacionados con el motivo de la investigación, que es la deficiente alimentación y afecta en el rendimiento escolar de los niños y niñas de la escuela “JUAN BENIGNO VELA”, como la solución de problemas, también describimos los principios de la estrategia que guardan una relación muy especial en la teoría Científica.

En el capítulo II, describimos los métodos en los que nos apoyamos la organización y ejecución de nuestro trabajo, métodos que fueron prácticos, analíticos, sintéticos, inductivos, históricos y psicológicos, presentados de forma fácil de seguir, por lo que al final contamos con un grado de apreciación muy factible y objetivo, previo a la determinación al tipo de investigación, la selección del universo y la correspondiente relación que establecimos con la escuela aplicada a los sujetos investigados, que fue en su totalidad (5 docentes, 28 estudiantes, 28 Padres de Familia ) por una población cuantificable.

El capítulo III, detalla los resultados obtenidos después de la encuesta, los mismos que fueron tabulados en forma minuciosa y con ellos configuramos cuadros y gráficos pertinentes, para luego interpretarlos en forma cualitativa. Lo que permitió llegar a la comprobación de la hipótesis y sacar nuestras propias conclusiones y en base a ello hacer nuestras recomendaciones.

Finalmente en el capítulo IV, de este trabajo investigativo ponemos a disposición la propuesta basando en los resultados de las encuestas que se aplicó a los Profesores, Estudiantes y Padres de Familia en la que se pudo notar que la deficiente alimentación si influye en el bajo rendimiento académico y dan importancia pertinente a la aplicación de un taller de nutrición saludable para la ayuda alternativamente a dar solución al problema de nutrición.

Como podemos notar este trabajo investiga la realidad en que se halla el desarrollo de enseñanza aprendizaje y la presencia de la desnutrición por la falta de alimentos en los niños y niñas de la institución. No solo establece un diagnóstico de esta realidad sino que también, precisa problemas teóricos-prácticos así como una propuesta para la alimentación de la familia, que permita incorporar en su consumo diario tomando en cuenta que este producto posee vitaminas y es muy nutritivo, de tal suerte que se active en los estudiantes, su desarrollo y consecuentemente, se constituya en un aporte decisivo que influya en su formación pedagógica.

## SUMMARY

The present research work on THE DEFICIENT ALIMENTACIÓN AFFECT THE RENDIMIENTO SCHOOL IN THE CHILDREN THE TWO AND THREE YEAR THE EDUCATION GENERALY BÁSICA DE LA ESCUELA JUAN BENIGNO VELA DE LA PARROQUIA ZAPOTAL DEL CANTÓN VENTANAS, PROVINCE LOS RÍOS, DURANT THE PERIOD 2011-2012.. ', has the sole purpose of construction of an alternative solution as complicated difficulty presented in Ventanas Canton schools, especially at school "Juan Benigno Vela ", where he identified a lack of nutritious food results in malnutrition, makes the girl child and not to develop or acquire better teaching-learning process which determined that the parents together with teachers and implement a productive project is the raising and consumption of alternative food for children, a strategy for creative problem solving learning by teachers and adequately contribute to the development of skills and creative thinking skills and strengthening their knowledge making it easier to study. Was determined as a starting point the same as favoring the development of research, background, allowing us to identify the reality of a pedagogical problem, which has fought long and so far no has been made aware of the understanding that parents feed their children influence the learning to achieve top levels we wanted.

The problem identified is consistent with the environment in which education takes place in classrooms with students of the school "Juan Benigno Vela" The response to the lack of importance by parents regarding the lack of food that malnutrition occurs in the solution of problems of academic performance.

We argue that our work fully grade, noting the importance, need, relevance, originality and feasibility. In context where the research works, of course resistance was found in teachers and parents to gather information. This is understandable by the very fact that the subject is very delicate and complex.



According to these parameters, we discuss general and specific objectives, which themselves have a high degree of validity, reliability and enforceability to achieve their reach and measurement, in testing the hypothesis, which allowed us to identify the two variables, which were adequately operationalized according to their parameters.

All this development Operationalizing helped us have the elements necessary for developing the tools of data collection.

In Chapter I, theoretical framework, we describe issues directly related to the subject of the investigation, which is child malnutrition and its influence on the process of learning of children from school "Juan Benigno Vela", as the solution problems, we also describe the principles of the strategy to keep a very special relationship in scientific theory.

In Chapter II, we describe the methods that we support the organization and execution of our work, methods that were practical, analytical, synthetic, inductive, historical and psychological, presented in an easy to follow, so that eventually we a degree of appreciation very feasible and objective prior to determining the type of research, the selection of the universe and the corresponding relationship established with the school applied to the study subjects, which was in full (5 docents, 28 students, 28 Father the family) for a measurable population.

Chapter III details the results obtained after the survey, they were tabulated in a thorough and configure them relevant charts and graphs, then interpret them qualitatively. What enabled it to reach the verification of the hypothesis and draw our own conclusions based on that make our recommendations.

Finally, in chapter IV of this investigative work We provide the proposed building on the results of the surveys was applied to the teaching of teachers and students in which one could see that malnutrition affects the teaching-learning process and give

importance relevant to the implementation of production project, kind of a fish alternately helping to solve the problem of nutrition.

As we can see this work explores the reality that education is the development of learning and the presence of malnutrition due to lack of food in children of the institution. Not only establishes a diagnosis of this reality but also requires theoretical and practical problems and a proposal to feed the family, which can be incorporated in daily consumption taking into account that this product has vitamins and is very nutritious, so that students are active in its development and consequently, will create a decisive contribution to influence in their teacher training.

## **IX. INTRODUCCIÓN.**

En la actualidad la comprobación de una deficiente alimentación en una institución no se la puede realizar de una manera empírica, requiere ser tratada técnica y Científicamente para lograr eficiencia en todas las actividades.

Con este trabajo se pretende dar a conocer las enfermedades que afectan comúnmente en el rendimiento escolar, entre ellas se encuentra la desnutrición y dentro de ella la deficiente alimentación, la cual es una de las frecuentes causas de anemia, bocio, depresión, etc. y que se da principalmente en el sector rural.

Esta enfermedad se da como consecuencia de una alimentación deficiente; debido a la falta o exceso de sustancias nutritivas que son necesarias que nuestro organismo funcione adecuadamente, un ejemplo de ello es cuando una persona obtiene menos calorías de las que se necesita, lo primero que ocurre es que se adelgaza porque va quemando las grasas acumuladas para obtener energía.

Consecuentemente con esta realidad y con la falta de conocimientos en ésta materia, los hogares no han proporcionado una alimentación saludable a los niños, principalmente esto se ve reflejado en la etapa escolar. Con estos antecedentes, consideramos que nuestro trabajo cobra importancia, ya que luego de haber planteado como problema.

El Ministerio de Educación y Salud Pública del Ecuador, en respuesta a la crisis económica de la última década, cuyo impacto se evidencia entre otros indicadores, en las altas tasas de desnutrición especialmente de los grupos vulnerables, implementan programa de complementación alimentaria, se sustenta en la evidencia de que una adecuada nutrición en los dos primeros años de vida de los niños es fundamental para asegurar que alcancen su máximo potencial humano. Una pobre nutrición durante la infancia y niñez temprana genera consecuencias inmediatas que derivan indefectiblemente en el incremento de la morbilidad y mortalidad de quienes la poseen, así como efectos indeseables a largo plazo, tales como el retardo

irreversible del crecimiento y desarrollo cognoscitivo o enseñanza aprendizaje y las documentadas deficiencias en la capacidad laboral, alteraciones de la función reproductiva y un alto riesgo de desarrollo de enfermedades crónicas. La eficacia del uso de alimentos complementarios como una medida de intervención nutricional, ha sido evaluada y demostrada bajo condiciones controladas.

Y es por todo esto, que el grupo de investigadores estamos preocupadas por los niños en edad correspondiente de nuestro centro educativo en donde laboramos, viendo el incumplimiento de los programas que va en disminución ante sus beneficiarios, queremos determinar la labor que debe realizar los integrantes participativos de la escuela así como padres de familia e instituciones existentes en el lugar de investigación, impulsar la investigación de los problemas en busca de las soluciones adecuadas y viables. La identificación de las causas de la desnutrición de los niños y niñas de la comunidad permite adelantar propuestas de solución que obviamente atacan estas causas, valiéndose de estrategias que integran instituciones y recursos para la consecución del proyecto de producción de proteína para mejorar la dotación de alimento y paliar la necesidad de nutrición de los estudiantes de la escuela “Juan Benigno Vela”

## **1. TEMA**

LA DEFICIENTE ALIMENTACIÓN AFECTA EL RENDIMIENTO ESCOLAR DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE SEGUNDO Y TERCER AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA ESCUELA “JUAN BENIGNO VELA” DE LA PARROQUIA ZAPOTAL, CANTÓN VENTANAS, PROVINCIA LOS RÍOS, DURANTE EL PERIODO 2010-2011.

## 2. ANTECEDENTES

En lo que respecta a nutrición y rendimiento intelectual del niño escolar, Todavía existen grandes vacíos de conocimiento, debido quizá a la complejidad de los factores comprometidos (genéticos, hereditarios, ambientales, psicosociales, educativos y nutricionales), que dificultan su evaluación e interpretación. Por esta razón, y en un intento de aproximar la revisión de estas complejas interrelaciones, se puede asumir que la función cognoscitiva del escolar está influida por su estado nutricional previo y el ambiente psicosocial que enmarcan su crecimiento y desarrollo. Y que por tanto, todas las acciones del estado y la sociedad para mejorar la nutrición de niños/as, redundaran ulteriormente en la salud y comportamiento del niño en la escuela. Como la respuesta del escolar a los procesos educativos está condicionada, de alguna manera, por variables nutricionales y psicosociales que han rodeado su infancia, la información que se tenga sobre nutrición y desarrollo intelectual en los primeros años de vida, es una forma apropiada para abordar la comprensión de estos eventos.

La alimentación proporciona los nutrientes necesarios para el crecimiento físico e intelectual y constituye un factor ambiental de primera importancia al crear unos hábitos alimentarios, los cuales a su vez, son inseparables del desarrollo psicosocial. Un ambiente desfavorable, al igual que una alimentación inadecuada pueden impedir que un individuo colme su potencial energético, lo cual no solo incide negativamente sobre su estatura y fuerza física, sino también sobre la capacidad del rendimiento escolar, sobre el desarrollo intelectual y más tarde en los niveles de productividad del trabajo.

Auténticamente el valor nutricional del niño/a esta determinado por el consumo de los alimentos, y este se ve condicionado por factores como la disponibilidad de alimentos, la decisión de compra y por aspectos interactuante relacionados con el aprovechamiento biológico de los alimentos, también por factores sociales, económicos y culturales como la religión, etnias, ingreso progreso educativo y lugar de procedencia, como también por factores psicológicos formando de esta manera las costumbres alimentarias que son parte importante de la conducta humana, estas

se ven afectadas por creencias, tabúes, propagandas de radio, prensa, entre otros, sumado a esto la falta de conocimientos sobre nutrición y alimentación.

La mejor manera de combatir las deficiencias nutricionales se hacen en el hogar, y en la escuela contribuyendo con una alimentación más equilibrada, variada y suficiente, que incluya los alimentos fortificados con vitaminas y minerales. Además, estableciendo buenos hábitos alimentarios, enseñando y asegurando que el niño coma las tres comidas diarias. De esta forma, protegerá su salud holística y su éxito académico.

### **3. PROBLEMA.**

¿Cómo afecta la deficiente alimentación en el rendimiento escolar de los niños y niñas de segundo y tercer año de educación básica de la Escuela “Juan Benigno Vela” de la parroquia Zapotal, Cantón Ventanas, Provincia Los Ríos durante el periodo lectivo 2010 - 2011?



#### 4. JUSTIFICACIÓN

Uno de los grandes problemas que aquejan a nuestra educación, es la deficiente alimentación de los niños y niñas con sus causas y consecuencias. Frente a ello es necesario dar la importancia que se merece una adecuada alimentación en los niños y niñas, a través de la cual se podrá mejorar los conocimientos, habilidades, y en definitiva su rendimiento académico.

Los niños y niñas en edad escolar crecen lento pero continuamente por lo, tanto es importante que reciban la cantidad y calidad de nutrientes que serán necesarios para su desarrollo corporal.

La alimentación juega un papel importante en la educación del niño/a, ya que si no está bien alimentado no estará apto para asimilar los conocimientos impartidos por el docente, lo cual se convierte en un problema grave en la formación del niño/a y por ende se va perdiendo la calidad de la educación.

El presente trabajo investigativo cobra importancia debido a la gran cantidad de casos, de estudiantes con problemas en el rendimiento escolar, de segundo y tercer año de Educación Básica por ende queremos demostrar como la deficiente alimentación afecta el rendimiento escolar.

Sobre la temática se han realizado ligeras recomendaciones pero no se ha ejecutado una investigación que aporte soluciones a corto, mediano y largo plazo, de ahí que nuestro trabajo reviste la debida originalidad.

Además al concienciar que la deficiente alimentación influye en el rendimiento escolar y por tanto hay que incentivar la buena alimentación en nuestros niños y niñas, este trabajo será de gran utilidad ya que se incentivará a una nutrición de calidad tanto en el ámbito familiar como escolar.

Para el desarrollo del presente trabajo se cuenta con la colaboración de las autoridades del plantel, como con la colaboración de niños/as, padres, madres de familia y aliados estratégicos (centro de salud); de igual forma se cuenta con los recursos económicos suficientes para la ejecución del mismo.

Con la aplicación de la propuesta que realizamos en páginas posteriores, los beneficiarios directos serán los niños/as del segundo y tercer año de educación general básica de la escuela “Juan Benigno Vela” y los beneficiarios indirectos serán los docentes y padres de familia.

## **5. OBJETIVOS**

### **5.1. GENERAL**

- \* Mejorar los hábitos alimenticios de los niños/as de segundo y tercer año de educación general básica, a través de una nutrición saludable para optimizar el rendimiento escolar.

### **5.2 ESPECÍFICO**

- \* Contrastar peso y talla con la edad cronológica mediante la tabla de crecimiento para determinar el grado de desnutrición en los niños y niñas de segundo y tercer año de educación básica.
- \* Identificar los factores que inciden en la deficiente alimentación a través de encuestas a niños/as y docentes para dar respuesta a los mismos.
- \* Emprender campañas de concienciación a niños/as y padres de familia sobre nutrición saludable y su influencia en el rendimiento escolar.
- \* Elaborar un manual nutricional de calidad en base al contexto donde se desenvuelven los niños/as para mejorar el rendimiento escolar.

## **6. HIPÓTESIS.**

La deficiente alimentación influye en el rendimiento académico de los niños/as de segundo y tercer año de educación general básica de la Escuela “Juan Benigno Vela”.

## **7. VARIABLES.**

**7.1. Independiente:** deficiente alimentación.

**7.2. Dependiente:** rendimiento escolar.

## 8. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.

Variables	Definición	Dimensión	Indicadores	Ítems.	Instrumentos
INDEPENDIENTE La deficiente alimentación	Es aquella que se ocasiona por falta de sustancias nutritivas necesarias y conduce al organismo humano al estado de desnutrición.	-Mala nutrición y deficiente alimentación -Enfermedades relacionadas con la deficiente alimentación  -Factores que influyen en la mala nutrición en edad escolar  -Consumo de alimentos	-Mal nutrición -Deficiente alimentación -Anemia -Raquitismo -Bocio -Atrofia muscular -Depresión -Falta de información -Crisis económica -Factor nutricional Seguridad alimentaria Estado nutricional	1. ¿Desayunas en tu casa? 2. ¿Traes colación escolar? 3. ¿Recibes alimentación escolar en la jornada escolar? 4. ¿Te gustaría seguir recibiendo el desayuno escolar? 5. ¿Te agrada el desayuno escolar? 6. ¿Cuando tienes hambre, atiendes con la misma dedicación? 7. ¿Te gustaría recibir el desayuno escolar todos los días? 8. ¿Sientes sueño o pereza en horas clase? 9. ¿De los siguientes alimentos, cuales consumes más: chochos....Tostadas.....Chicles.....Bonaice.....	Cuestionario

Variable	Definición	Dimensión	Indicadores	Ítems.	Instrumentos
<b>Dependiente:</b> Bajo rendimiento escolar.	Es la dificultad que los estudiantes presentan en las distintas aéreas de estudio, manifestando desinterés al aprender y trae como consecuencia la repitencia o deserción escolar.	Factores que influyen en la deficiente alimentación Causas del bajo rendimiento escolar Consecuencias del rendimiento escolar	Afectivo Sueño Alimentación Espiritual Fisiológico Pedagógicos Sociales Psicológico Apatía Rebeldía Baja autoestima Adicciones Sentimiento de incapacidad	<p>1.- ¿Usted como educador cree que la deficiente alimentación influye en el rendimiento académico de los niños/as?</p> <p>2.- ¿Cree que un niño bien alimentado rinde mejor.?</p> <p>3.-¿Cree usted que a futuro le afectará o no al estudiante ,la mala nutrición?</p> <p>4. ¿Considera importante el dar solución a este problema que aqueja vuestros educandos?</p> <p>5.- ¿Está presto como educador a concienciar a niños/as y padres de familia que deben percibir los escolares el desayuno escolar?</p> <p>6.- La media aritmética del rendimiento escolar del grado es: Sobresaliente Muy buena Buena Regular</p> <p>7.- El bajo rendimiento se da más en o la niño/niña.</p> <p>8.- ¿La colación escolar contribuye al rendimiento escolar?</p> <p>9.- ¿Ha dialogado con los padres de familia el bajo rendimiento de los niños/as?</p> <p>¿En el bar de la institución expenden productos con valor nutricional?</p>	Cuestionario

# CAPÍTULO I

## MARCO TEÓRICO.

### 1.1. TEORÍA CIENTÍFICA

#### 1.1.1. DEFICIENTE ALIMENTACIÓN

Actualmente nuestra alimentación tiene excesos de: grasa saturada, colesterol y sal, productos refinados como azúcar y harinas, productos procesados y enlatados con conservantes, contaminantes como fertilizantes, pesticidas, medicinas o drogas como antibióticos, hormonas, etc.; estimulantes como café, nicotina, alcohol, respiramos aire contaminado y humo de cigarrillo, no tenemos tiempo de masticar como debe ser, hay bacterias y parásitos.

En base a esto, nuestra alimentación tiene deficiencias y carencias de proteínas, carbohidratos complejos, aceites esenciales, fibra, minerales, oligoelementos, factores botánicos y agua.

En realidad el problema no consiste en que la comida normal tenga excesos o deficiencias, sino que el 98% de las personas no sabemos...

- 1...qué nutrientes contienen cada uno de los alimentos que consumen diariamente
- 2...la cantidad de cada uno de esos nutrientes
- 3...cuáles son los nutrimentos que necesita su cuerpo diariamente, cuántos son y la cantidad necesaria diaria de cada uno de ellos.

*Pero en si ¿qué es lo que causa estas deficiencias?*

1. Los alimentos que más consumimos: carnes, lácteos y huevos, etc., tienen un contenido bajo de estos nutrientes, o no los contienen.
2. No comemos en cantidad suficiente los alimentos que contienen nutrientes, o nunca los comemos.

3. Muchos alimentos tienen un contenido de nutrientes menores al que normalmente deberían tener, por sembrar y cosechar con demasiada frecuencia y por los procesos de preparación y conservación de los alimentos.

Como no sabemos qué nutrientes contienen los alimentos que comemos todos los días, es muy fácil cometer errores al comer, porque obviamente no sabemos cuándo comemos nutrientes en exceso o cuánto faltaron. Aunque antes se podría decir que era imposible balancear nuestra comida y tener una alimentación completa, ahora existen productos capaces de ayudar a mejorar las condiciones de nutrición en forma sana y segura.<sup>1</sup>

La deficiente alimentación, sumada a los trastornos psicológicos, puede ser la causa de diversas enfermedades.

**-¿Por qué se producen?:** Es un fenómeno social que empieza en casa, también se puede decir que la alimentación es muy importante en nuestro desarrollo debido a la información y costumbres adquiridas que los hijos aprenden de los padres, y por otro lado la desintegración familiar, la escasa comunicación, que día a día se hace menos presente en los hogares, en resumen los niños y jóvenes no sienten un apoyo, por lo que buscan satisfacer sus necesidades de diversas maneras.

Otras causas porque se produce la deficiente alimentación son:

Baja autoestima.

La dificultad para resolver determinados problemas personales o laborales.

Dificultades en las relaciones familiares.

Enfermedades ocasionadas por uso de fertilizantes.

### **1.1.2. MALA NUTRICIÓN Y DEFICIENTE ALIMENTACIÓN.**

✓ **Mal nutrición:** Entendemos por malnutrición (MN), un trastorno en la composición corporal que interfiere en la respuesta normal del huésped frente a su enfermedad y tratamiento. Este estado se caracteriza por un aumento del agua

---

<sup>1</sup> [www.quiminet.com](http://www.quiminet.com)



extracelular, déficit de potasio y de masa muscular, asociado frecuentemente con disminución del tejido graso y con hipoproteinemia.

Una mala nutrición es causada por una insuficiencia o exceso de uno o más nutrientes en la dieta. Una persona corre riesgo de malnutrición si la cantidad de energía y/o nutrientes de la dieta no satisface sus necesidades nutricionales.

✓ **Deficiente alimentación:** Una deficiente **alimentación** ocurre cuando tenemos un aporte insuficiente de uno o más nutrientes. También podemos hablar de **malnutrición** cuando hay un exceso de uno o varios nutrientes. Si una persona no satisface sus necesidades alimenticias diariamente se corre el riesgo de sufrir las consecuencias de una deficiente alimentación.<sup>2</sup>

Una alimentación deficiente, en la que faltan las sustancias nutritivas necesarias, conduce al organismo humano al estado de desnutrición. Cuando una persona recibe sistemáticamente menos calorías de las que necesita, lo primero que le ocurre es que adelgaza, porque va quemando las grasas acumuladas para obtener energía. Al mismo tiempo se produce también la falta de proteínas; aunque en su alimentación se le aporten algunas el organismo las quemará para obtener energía, más vital por ser más apremiante.

Como consecuencia de todo ello el cuerpo se va debilitando. Se pierde musculatura, se reblandecen y deforman los huesos, la piel se vuelve áspera y seca; después aparecerá la anemia junto a diversos trastornos orgánicos. En su fase final la enfermedad marca a sus víctimas con un aspecto trágico; después de haber llegado a una delgadez total en sus extremidades el cuerpo se hincha.

#### **1.1.2.1.CAUSAS DE LA DEFICIENTE ALIMENTACIÓN.**

De todos los nutrientes requeridos, los aminoácidos esenciales son los más a menudo deficientes en la alimentación. Millones de personas sufren problemas de salud y presentan menor resistencia a las enfermedades debido a deficiencia proteínica

---

<sup>2</sup>Bistrian Br, Blackburn GL, et al. : Prevalence of malnutrition in general medical patients. JAMA 1976; 235: 1567-70

Hay muchas causas de desnutrición. Ésta pueden surgir a raíz de:

- Dieta inadecuada.
- Problemas con la digestión o la absorción
- Enfermedades infecciosas y parasitarias frecuentes; que disminuyen la absorción y aumentan la pérdida de micronutrientes
- La desnutrición puede ocurrir si cuando no consume suficiente alimento.
- Baja disponibilidad de vitaminas y minerales.
- Actividad física inadecuada.
- Alto contenido de harinas, azúcares y grasa.

Los factores que determinan la disponibilidad, el consumo y la utilización de los alimentos *pueden* influir en la baja ingesta de ciertos nutrientes. Los trastornos a nivel de absorción intestinal también pueden causar cuadros de desnutrición, aunque efectivamente se ingieran adecuadas cantidades de nutrientes.<sup>3</sup>

#### **1.1.2.2. ENFERMEDADES RELACIONADAS CON LA DEFICIENTE ALIMENTACIÓN:**

- **Anemia:** El nombre proviene del griego “sin sangre”- Enfermedad de la sangre caracterizada por una disminución anormal en el número de glóbulos rojos (eritrocitos o hematíes) o en su contenido de hemoglobina.
- **Raquitismo:** Enfermedad producida por déficit nutricional, caracterizada por deformidades esqueléticas. El raquitismo está causado por un descenso de la mineralización de los huesos y cartílagos debido a niveles bajos de calcio y fósforo en la sangre. La vitamina D es esencial para el mantenimiento de unos niveles normales de calcio y fósforo. El raquitismo clásico, enfermedad carencial de la infancia caracterizada por desarrollo inadecuado o fragilización de los huesos, está producido por una cantidad insuficiente de vitamina D en la dieta, o por ciertas enfermedades que impiden la asimilación de las sales de calcio.

---

<sup>3</sup> <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/000404.htm>.

- **Bocio:** Enfermedad de la glándula tiroides caracterizada por un aumento de su tamaño que se visualiza externamente como una inflamación en la cara anterior del cuello.

- **Atrofia muscular:** La atrofia muscular se refiere a la pérdida o desgaste del tejido muscular a causa de algún tipo de enfermedad o por inactividad. La sarcopenia es un término que indica la pérdida extrema de masa muscular que deja a la persona mayor incapaz de realizar muchas actividades de la vida diaria, siendo este un factor importante que conlleva al deterioro de la calidad de vida.

La combinación de una dieta inadecuada (especialmente escasa en proteínas) y la pérdida de fuerza, crea un círculo vicioso de inactividad física y pérdida acelerada de músculo. La atrofia muscular puede resultar de una gradual y selectiva pérdida de fibras musculares.

- **Depresión:** La depresión que antes solo se diagnosticaba en personas adultas, está cada día haciendo sufrir también a los niños. Ya no son sólo los adultos los que se deprimen. La depresión infantil puede surgir a causa de "cambios importantes y estrés", como resultado de la malnutrición o problemas familiares, etc.

Aproximadamente el 5 por ciento de los niños de la población general padece de depresión en algún momento. Los niños que viven con mucha tensión, que han experimentado una pérdida o que tienen desórdenes de la atención o de la conducta, o discapacidades en el aprendizaje, o aún problemas de salud mental, corren mayor riesgo de sufrir depresión.<sup>4</sup>

### **1.1.3. FACTORES QUE INFLUYEN EN LA MALA NUTRICIÓN EN EDAD ESCOLAR.**

Factores individuales y ambientales que influyen en la desnutrición como son:

- Falta de información sobre el tema
- Crisis económica.
- Factores nutricionales.
- Factores modernos de nutrición.

---

<sup>4</sup><http://www.guiainfantil.com/salud/cuidadosespeciales/depresioninfantil.htm>

#### 1.1.4. CONSUMO DE ALIMENTOS.

El consumo de alimentos se refiere a lo que, efectivamente, consumen los miembros de cada hogar, ya sea proveniente de su autoproducción o del intercambio, ayudas o adquisición en los mercados, así como a su preparación y su distribución *intrafamiliar*. El consumo no sólo es resultado del poder de compra de los hogares, sino también de quién realiza las compras y preparación de los alimentos, además de los hábitos y la cultura, los cuales se ven influidos, en forma creciente, por la publicidad y los medios de comunicación. También las elecciones de consumo de tipo de alimentos y de su estado (frescos, congelados, enlatados y preparados) dependen del tiempo potencial de obtener los ingredientes y preparar los alimentos; las limitaciones de tiempo pueden ser mayores en hogares con niños y cuando las mujeres participan en el mercado laboral. Así mismo, los individuos necesitan tener información sobre los méritos relativos a sus diferentes elecciones de comida.

Existen dos **elementos** que deben ser considerados al analizar la **seguridad alimentaria**. El primero es el aprovechamiento biológico de los alimentos y el segundo, el estado nutricional de los individuos.

- *Aprovechamiento biológico de los alimentos consumidos.* Depende de las condiciones de salud del individuo, en particular de la prevalencia de enfermedades infecciosas, así como también de aspectos de saneamiento del medio, como el acceso a agua potable, y de las condiciones del lugar, forma de preparación, consumo y almacenaje de los alimentos, que, en caso de ser inadecuados, pueden contaminar los alimentos que se ingieren.

- *Estado nutricional de cada persona.* Como ya se mencionó, la seguridad nutricional requiere que los miembros del hogar tengan acceso no sólo a alimentos, sino también a otras condiciones para una vida saludable, como servicios de salud, un ambiente higiénico y prácticas adecuadas de higiene personal que permitan un estado nutricional óptimo de acuerdo con la edad y condición fisiológica.

#### 1.1.4.1.INDICADORES DEL ESTADO NUTRICIONAL

• **Medidas antropométricas y de estado nutricional.** Acorde con la Organización Mundial de la Salud (OMS), una buena nutrición (una dieta suficiente y equilibrada combinada con el ejercicio físico regular) es un elemento fundamental de la buena salud. Por el contrario, una mala nutrición causada por un deficiente consumo y absorción de nutrientes puede reducir la inmunidad, aumentar la vulnerabilidad a las enfermedades, alterar el desarrollo físico y mental, y disminuir la productividad. Así, el estado nutricional de las personas es el resultado de las dimensiones y elementos anteriores, así como de otros determinantes.

Las medidas antropométricas que se usan, comúnmente, como indicadores *proxy* del estado nutricional de las personas son el peso esperado para la talla, la talla esperada para la edad y el peso esperado para la edad. En el caso de los menores de cinco años, se utilizan las tres medidas.

Asimismo, se utilizan medidas de deficiencia de micronutrientes, como el hierro, para detectar problemas de anemia. Sin embargo, como se comentó, el estado nutricional es resultado de varios factores que se suman al consumo de alimentos, y no siempre se correlaciona, de modo directo, con la disponibilidad y el acceso a éstos. Por ello, la seguridad alimentaria es necesaria pero no suficiente para un buen estado nutricional. Debe señalarse que un estado nutricional inadecuado puede ser un indicador tardío de un problema alimentario, porque hay un lapso entre escasez de alimentos y cambios en tamaño y composición corporal. Por ello, el uso exclusivo de estos indicadores como forma de focalización de esfuerzos no es recomendable, ya que no incorpora situaciones de probable riesgos.

**a) Peso para la Talla:** El índice de peso para la talla (ITP) es un buen indicador de estado nutricional actual y no requiere un conocimiento preciso de la edad. Es útil para el diagnóstico, tanto de desnutrición como de sobre peso o obesidad. Su uso como único parámetro de evaluación puede no diagnosticar como desnutridos a algunos niños que efectivamente lo son (algunos casos de retraso global de crecimiento por ejemplo). Por

ello, se recomienda el uso combinado de los índices peso/talla y talla/edad, lo que permite una evaluación más precisa.

Es ventajoso usar los índices peso/talla y talla/edad para diferentes propósitos y situaciones. El déficit del peso para la talla como un indicador de desnutrición aguda, es útil para vigilar el estado de nutrición después de una crisis de desabasto o desastres. Ashworth demostró que la intervención nutricia efectiva con niños evaluados en forma individual refleja inmediatamente la ganancia del peso para la talla.

Se ha encontrado poca mejoría en la talla después de la desnutrición, y su grado depende del tiempo de duración y la edad de la afectación. Es probable que los niños/as sean incapaces de alcanzar su potencial de estatura debido a que después de la rehabilitación nutricia regresan al mismo ambiente empobrecido de donde proceden (escasa ingesta de alimentos y predisposición a infecciones recurrentes).

La talla de un niño es aproximadamente 5 veces su edad en años, más 80. De acuerdo con esta regla, la talla de un niño de 7 años será:  $7 \times 5 + 80 = 115$  cm. (Válida para niños y niñas hasta los 10 años. A tener en cuenta sexo, constitución y otras variables).<sup>5</sup>

**b) Talla para la edad:** Es el parámetro de desnutrición que refleja el estado de salud y nutrición de un niño. Cuando el déficit existe hay que considerar lo siguiente:

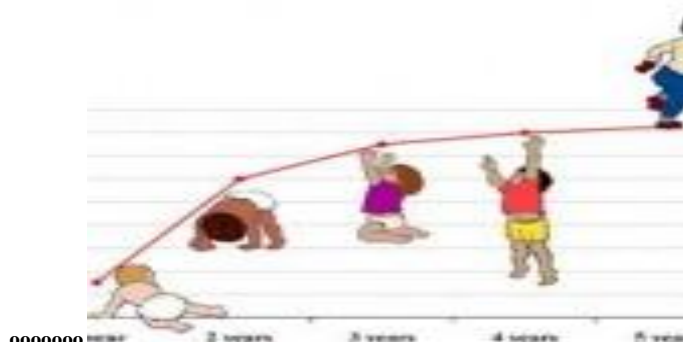
- a) En un individuo puede reflejar variación normal del crecimiento de una población determinada;
- b) Algunos niños pueden explicarlo por peso bajo al nacer y/o estatura corta de los padres;
- c) Puede ser consecuencia de una pobre ingesta de nutrimentos, infecciones frecuentes o ambos, y ,
- d) A nivel poblacional refleja condiciones socioeconómicas pobres.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup>Committee on Nutrition, American Academy of Pediatrics: Assessment of Nutritional Status. In: Pediatric Nutrition Handbook. A.A.P.m 4th Edition. 1998; p.165-184.

<sup>6</sup>Cooper A. and Heird W.: Nutritional Assessment of the pediatric patient including the low birth weight infant. Am J. Clin Nutr 1982; 35: 1132-

### 1.1.5. ¿QUÉ SON LAS TABLAS DE LA ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD?



Con la finalidad de desarrollar un patrón internacional que permitiera evaluar el crecimiento físico, estado nutricional y desarrollo motor de los niños de 0 a 5 años, la OMS realizó un estudio iniciado en 1997, en el que dio seguimiento a 8, 440 (ocho mil cuatrocientos cuarenta) niños habitantes de diferentes regiones del mundo. A saber: Brasil, Estados Unidos, Ghana, la India, Noruega y Omán. Con los resultados dio a conocer los nuevos Patrones de Crecimiento Infantil.

**TABLA DE TALLA, PESO Y EDAD EN NIÑOS/AS**

EDAD	NIÑOS		NIÑAS	
	Peso (kg)	Talla (cm)	Peso (Kg)	Talla (cm)
1	9,7	74,7	9,2	73,5
2	12,2	86,6	11,8	84,9
3	14,1	95,0	13,7	93,7
4	15,7	101,9	15,3	100,8
5	17,6	107,9	17,2	107,1
6	19,9	113,4	19,4	112,8
7	22,2	118,6	21,9	118,3
8	24,8	123,7	24,6	123,7
9	27,3	128,7	27,7	128,9
10	29,9	135,5	29,9	133,8
11	32,6	138,1	33	138,8
12	35,7	141,7	37,1	145,6
13	39,7	147,8	42	151,2

La pérdida de peso y las alteraciones en el crecimiento son las principales manifestaciones del mal estado nutricional y basados en el peso esperado del niño (de

acuerdo a su edad o estatura) hacemos el cálculo que determina el grado de desnutrición.

Para calcular el porcentaje de desnutrición tomamos el peso actual del niño y lo dividimos entre el peso esperado según la edad:

% de desnutrición según el peso esperado para la edad =  $(\text{peso real} / \text{peso esperado}) * 100$ .

También es posible obtener el porcentaje de desnutrición cuando se evalúa el peso esperado según la talla:

% de desnutrición según el peso esperado para la talla =  $(\text{peso real} / \text{peso esperado}) * 100$

Posteriormente clasificamos el grado de desnutrición de acuerdo a la siguiente tabla:

<b>Estado</b>	<b>Normal</b>	<b>Desnutrición leve</b>	<b>Desnutrición moderada</b>	<b>Desnutrición severa</b>
Déficit de peso esperado según la edad	9 0 - 1 0 0 %	8 0 - 9 0 %	7 0 - 8 0 %	<  7 0 %
Déficit de peso esperado según la talla	9 5 - 1 0 5 %	9 0 - 9 5 %	8 5 - 9 0 %	<  8 5 %

Por ejemplo: un niño de 5 años peso 13 kgs. Tomamos el peso esperado para niños de esta edad que es de 17,6 kgs. Ahora dividimos el peso real del niño (13 kgs) entre el peso esperado (17,6) y el resultado será multiplicado por 100. Esta operación nos da



73.8 %. Este resultado es el déficit de peso que tiene este niño; observamos que corresponde a un estado de desnutrición moderada.

#### **1.1.6. LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS Y EL RENDIMIENTO ESCOLAR.**

La edad escolar es un tiempo en que los padres experimentan la mayoría de los problemas con respecto a la alimentación de sus hijos, debido a que pasan más tiempo fuera de la casa, lo que hace más difícil la provisión y supervisión de una alimentación sana.

Hoy en día, para las instituciones educativas es claro que un modelo de gestión que contribuya eficazmente a formar y consolidar buenos hábitos alimentarios en niños y adolescentes, son la estrategia ideal para formar personas sanas con excelente disposición para comprender los procesos didácticos.

**Problemas de aprendizaje:** Muchas de las dificultades de aprendizaje, como falta de atención, pérdida del interés, entre otros, se deben a dietas inadecuadas, a la vez que pueden llegar a ocasionar desórdenes alimenticios. "Los problemas se deben a la falta de nutrientes, que proporcionan la energía necesaria para que puedan realizar la actividad en el colegio"

Los niños mal alimentados tienen malas condiciones para afrontar no sólo las exigentes actividades escolares, sino otras que son agregadas por las familias con el fin de optimizar su formación física e intelectual, como los deportes, clases de música, danza, etc.

**Responsabilidad de los padres:** La tarea de formar buenos hábitos alimentarios en los niños y adolescentes recae en los padres, quienes en el hogar deben establecer ese norte para que ellos aprendan la importancia y las características de un menú sano.

"Los padres de familia deben entender que los mecatos, empacados y jugos artificiales no contribuyen en nada a la alimentación de los niños.

Para una buena alimentación toda la familia debe participar de la alimentación como ir al mercado, esto ayuda a que los niños tengan a sus disposición una dieta variada y generar buenas costumbres con respecto a la comida" <sup>7</sup>

#### 1.1.7. RENDIMIENTO ESCOLAR.



##### 1.1.7.1. Definición.

El rendimiento escolar es una referencia a la **evaluación** del **conocimiento** adquirido en el ámbito escolar. Un **estudiante** con buen rendimiento es aquel que obtiene calificaciones positivas en las evaluaciones que debe rendir a lo largo de una cursada.

En otras palabras, el rendimiento académico es una **medida de las capacidades del alumno**, que expresa lo que éste ha aprendido a lo largo del proceso formativo. También supone la capacidad del alumno para responder a los estímulos educativos. En este sentido, el rendimiento académico está vinculado a la **aptitud**.

##### 1.1.7.2.DIMENSIONES DEL RENDIMIENTO ESCOLAR

En el rendimiento escolar está presentes tres dimensiones esenciales del alumno: El poder (APTITUDES) el querer (ACTITUDES) y el saber hacer (METODOLOGÍA).

Es decir que las aptitudes intelectuales que posee el alumno y que en principio determinan sus logros escolares; las actitudes o disposiciones con que se enfrenta el medio escolar como son las siguientes:

<sup>7</sup> [www.buenastareas.com/...Hábitos-Alimenticios.../1139445.html](http://www.buenastareas.com/...Hábitos-Alimenticios.../1139445.html)

1. MOTIVACIÓN
2. CONSTANCIA
3. TENACIDAD
4. ESFUERZO

Y finalmente el modo de las estrategias el uso de técnicas medios e instrumentos que favorecen o dificultan los logros del aprendizaje en general.

#### **1.1.8. FACTORES QUE INFLUYEN EN EL RENDIMIENTO ESCOLAR DE UN NIÑO**

Entre los factores podemos mencionar el aspecto afectivo, el sueño, la alimentación y el acompañamiento espiritual.

**a) Factor afectivo:** El primer factor al que queremos referirnos es el afectivo. Un niño que vive en un ambiente en el cual se siente amado, respetado y contenido, se sentirá seguro a la hora de enfrentar los distintos desafíos escolares. Cuando hablamos del aspecto afectivo, no sólo nos referimos a la demostración de aprecio y cariño, también el amor se manifiesta en el apoyo y acompañamiento en las tareas escolares. Como por ejemplo el tomar un tiempo como familia (padres, abuelos, hermanos mayores) para ver el cuaderno, los trabajos, ayudarlo en alguna tarea, buscarle alguna información extra, explicarle algún punto confuso, y teniendo comunicación con el maestro. El niño debe sentir que es bueno lo que hace y que es importante para los adultos con quienes vive.

En mi rol docente he observado la diferente presencia de los padres en la escuela. En el caso de los padres que tenían niños en los primeros años de la E.G.B (Enseñanza General Básica), su visita era constante, ellos se hacían presentes en la escuela en todo momento y por cualquier motivo. En algunas situaciones su presencia llegaba a ser invasiva, especialmente para la maestra del primer año. En el caso de los padres que tenían hijos en el 2º ciclo de la E.G.B, su participación en la escuela y en relación con el maestro era moderada, se involucraban cuando se los invitaba a participar y acudían a las reuniones de padres cuando eran convocados. Pero la presencia de los padres con hijos en el tercer ciclo era casi nula. Esto se hacía evidente en las reuniones de padres al comienzo del año, quizás la mitad o menos de la mitad de los padres acudía a la cita con el maestro de su hijo.

Por este motivo, se hace preciso recordar que todo niño en edad escolar necesita de la compañía de la familia en su transitar por el aula. Los más pequeños precisarán un tipo de ayuda y los mayores otra, pero ambos necesitan la contención y el apoyo de los padres.

**b) Factor sueño:** Otro factor que influye en el rendimiento de un niño es el sueño. Un niño que descansa bien, después estará con la lucidez necesaria para afrontar las diferentes demandas que la escolaridad le exija. Los niños precisan dormir alrededor de diez horas en la noche. Algunos, además necesitan dormir un par de horas a la tarde. Podemos afirmar que el descanso en la etapa de crecimiento es fundamental.

Cuando era maestra observaba cómo algunos alumnos (niños menores de diez años) entraban a clase muy cansados. Era habitual verlos bostezar durante las primeras horas del día. Al conversar con ellos me confesaban que se habían quedado hasta tarde mirando televisión o jugando con la computadora. En algunos casos había sido algo especial, pero en otros era normal que se acostaran a media noche. Todos sabemos que los programas en esos horarios apuntan al público adulto con vocabulario y escenas que conviene que el niño no mire. También la navegación por internet, lejos de la mirada atenta de los padres, puede llevar al niño a sitios que no sean adecuados. Como dice Brenda López de Teixeira: “Los padres tienen, por obligación, que velar por todo el material que está al alcance de sus hijos; esto incluye libros, música, programas de televisión, etc”.<sup>1</sup> Podemos afirmar que los padres cumplen un rol importantísimo enseñando a sus hijos a organizarse teniendo un espacio para el entretenimiento, pero dejando el tiempo necesario para el descanso.

**c) Factor alimentación:** Otro de los factores es la alimentación. Muchos padres admiten que por falta de tiempo o por desinterés del niño, los llevan a la escuela con el estómago vacío, sin ingerir ningún alimento. En tiempo invernal hay niños que toman un vaso de jugo o alguna bebida de la heladera y salen. Esto es parte de nuestra cultura, ya que no privilegiamos el desayuno como sí privilegiamos otras comidas. Sin embargo, los profesionales de la salud dicen que la comida más importante del día es el desayuno. Por eso, como padres y educadores, debemos enseñar a nuestros niños a revertir esta costumbre.

Sin embargo, a veces la mala alimentación no es por desorganización familiar, sino por falta de recursos. Un niño mal alimentado no sólo no podrá rendir como el resto, sino que esta falencia repercutirá en el desarrollo de su capacidad intelectual. Esto se puede observar en la dispersión, el bajo rendimiento y la falta de comprensión, entre otras cosas.

El CESNI (Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil) recomienda una dieta variada que incluya estos cinco grupos de alimentos: lácteos y sus derivados; carnes legumbres y huevo; harinas y cereales; frutas y hortalizas; y, en menor medida, grasas, aceite y azúcar. Es verdad que muchas familias cuentan con escasos recursos; pero también es cierto que a veces no están bien administrados. Hay que saber elegir a la hora de comprar, por el mismo dinero se compran papas fritas que un kilo de papa, lo mismo vale una gaseosa que un litro de leche. Entonces hay que saber elegir y comprar bien.

**d) Factor espiritual:** Y el cuarto factor que mencionamos, pero no por eso el menos importante, es el acompañamiento espiritual.

La conferencista y autora Betty Constance hace referencia en su libro “Más que maestros” a los conflictos que enfrenta el niño cristiano por ver que en el entorno de la escuela no se viven ni se practican los valores que le enseñan en la casa y en la iglesia. Estas situaciones no son sencillas para el pequeño, ya que permanentemente deberá tomar decisiones. Muchas veces, su obediencia a los principios cristianos podrá traer aparejado la burla de sus compañeros y la falta de comprensión de sus amigos. Además, en el transcurso del año, deberá enfrentar exámenes y lecciones orales. Todo esto puede traer inquietud y preocupación al niño, por eso es de suma importancia que la familia lo acompañe en oración. Será conveniente que aparten un tiempo para orar juntos: padres e hijos, de manera que puedan presentar a Dios todo aquello que pueda preocupar o afligir a los pequeños. Sin lugar a dudas, el niño sentirá mucha paz al entregar todos sus temores, y será una hermosa oportunidad para crecer en la fe al ver al Señor obrar en las distintas situaciones escolares.

Empieza un nuevo ciclo lectivo y el deseo de todos es que nuestros niños aprendan, que crezcan en el más amplio sentido de la palabra, para que puedan enfrentar el mundo competitivo en que les toca vivir.

La responsabilidad es de los padres, pero el compromiso debe ser de todos. Ayudemos, desde nuestro lugar y en el rol que tengamos para: contenerlos en el afecto y en la atención, proveerles un ambiente de cuidado en el que tengan el suficiente descanso y la buena alimentación, y acompañarlos en oración. Oremos cada día encomendando sus vidas al Señor. Y, sin lugar a dudas, nuestros tendrán un año escolar exitoso y feliz.<sup>8</sup>

### **1.1.9. LA ALIMENTACIÓN AFECTA EL RENDIMIENTO ESCOLAR.**

La alimentación de los hijos un factor muy importante para su desempeño escolar. Los padres tienen muchas oportunidades durante el día para influir en lo que comen sus hijos y deben aprovecharlas para ayudarles a establecer buenos hábitos alimenticios que fomentarán la buena salud de por vida.

“Aún deficiencias alimenticias menores pueden afectar a largo plazo el desarrollo, desempeño y relaciones interpersonales de los niños”

Varias investigaciones indican que la falta del desayuno puede afectar el desempeño intelectual de los niños. Ofrezca a los suyos alimentos de varios grupos de alimentos para que sea un desayuno bien balanceado. Ofrezca jugo 100 por ciento de fruta, algo de fruta, leche con poca grasa, yogur o queso. Puede hacer licuados de fruta, jugo o leche y yogur con poca grasa. Si sus hijos no disfrutan estos alimentos para desayunar, ofrézcales un burrito, ensalada de fruta o un sándwich de mantequilla de cacahuate o de maní.

**1.1.9.1. Incluya alimentos ricos en calcio:** El calcio es uno de los ingredientes más importantes para la buena alimentación de los niños, pues es esencial para el desarrollo de huesos fuertes y sanos. Si sus hijos consumen suficiente calcio en la niñez y adolescencia, pueden disminuir su riesgo de tener problemas más adelante por huesos frágiles o sufrir de osteoporosis. Entre las fuentes alimenticias con más calcio se encuentran la leche con poca grasa o sin grasa, yogur y queso así como las espinacas, brócoli etc.<sup>9</sup>

---

<sup>8</sup> <http://www.publicaciones.net/factores.html>

<sup>9</sup> [www.elextranewspaper.com/.../la-alimentación-afecta-el-rendimiento-escolar](http://www.elextranewspaper.com/.../la-alimentación-afecta-el-rendimiento-escolar)

### 1.1.10. BAJO RENDIMIENTO ESCOLAR.



Es la dificultad que el alumno presenta en las distintas áreas de estudio, manifestando desinterés al aprender y trae como consecuencia la repitencia o deserción escolar. El bajo rendimiento implica una pérdida del capital para la familia, la comunidad y para el propio país que conllevan a sentimientos de frustración en algunos casos lleva a la deserción estudiantil.

El bajo rendimiento constituye un problema para la educación en cualquier nivel, (primaria, secundaria, universidad). Los factores de riesgo del estudiante incluyen déficits cognitivos, del lenguaje, atención lábil, escasas habilidades sociales y problemas emocionales y de la conducta. Los factores de riesgo de la escuela se refieren a aquellas características y circunstancias específicas ligadas a los docentes y administrativos como los prejuicios y las bajas expectativas de rendimiento, la inhabilidad para modificar el currículo, la falta de recursos y la carencia de estrategias de enseñanza adecuadas, la estructura, el clima organizacional y los valores del sistema escolar.

#### 1.1.10.1. CAUSAS DEL BAJO RENDIMIENTO ESCOLAR.

Hay diferentes causas que influyen en el bajo rendimiento escolar como son: fisiológicos, pedagógicos, sociales y psicológicos.

- **Factores fisiológicos:** Estos factores involucran todo el funcionamiento del organismo especialmente al funcionamiento de las partes que intervienen en el aprendizaje.

Cuando el organismo está afectado, puede darse una problemática como en el caso de las disfunciones neurológica que incluyen la disfunción para adquirir los procesos simbólicos, trastornos en la lateralización (repercutiendo en la percepción y reproducción de símbolos) trastornos perceptivos y del lenguaje.

- **Factores pedagógicos:** En estos factores se ven involucrados los métodos enseñanza-aprendizaje, el ambiente escolar y la personalidad y formación del docente, así como las expectativas de los padres hacia el rendimiento académico de sus hijos.
- **Factores sociales:** Se refieren a circunstancias ambientales que intervienen en el aprendizaje escolar, tales como: condiciones económicas y de salud, las actividades de los padres, las oportunidades de estudio y el vecindario, las cuales dan lugar a la deprivación cultural, alcoholismo, limitaciones de tiempo para atender a los hijos.
- **Factores psicológicos:** Estos factores incluyen situaciones de adaptación, emocionalidad y constitución de la personalidad.<sup>10</sup>

#### **1.1.10.2. CONSECUENCIAS DEL BAJO RENDIMIENTO ESCOLAR.**

Las consecuencias son variadas y muchas veces, cuando no reciben la adecuada atención conducen al:

Fracaso escolar

Apatía

Rebeldía

Baja autoestima

Adicciones

Sentimiento de incapacidad para afrontar situaciones de la vida diaria.

**-Perdición del año escolar:** Por diferentes razones, los niños pueden demostrar bajo rendimiento académico en algún momento de su vida escolar. A veces la causa se halla en un ambiente familiar problemático, en un problema personal del menor (depresión, agresividad) o en un desempeño deficiente del profesor.

---

<sup>10</sup><http://www.edufuturo.com/educacion.php?c=3020>



Aunque, por lo general, es posible modificar dicha situación y apoyar al estudiante para obtener mejores resultados, no sólo en calificaciones sino en conocimientos y hábitos adquiridos. Las únicas excepciones serían los llamados "problemas de aprendizaje" como la dislexia o el déficit de atención con hiperactividad. En estos casos es necesario aplicar medidas especiales que involucren a un psicólogo, a un maestro y a los padres del afectado.

¿Cuál es nuestra reacción frente a un hijo con bajo rendimiento escolar? Muchas veces manifestamos incompreensión hacia el pequeño, tendemos a compararlo con sus otros hermanos o a demostrar desilusión y rechazo, todo lo cual, lejos de motivarlo a superarse, lo hunde más en la depresión provocada por el fracaso.<sup>11</sup>

#### **1.1.11. LA EDUCACIÓN NUTRICIONAL EN LA ESCUELA.**

La escuela es el medio idóneo para poder llevar a cabo un programa de educación alimentaria. Por una parte porque es el medio que acoge la totalidad de la población durante la etapa de la enseñanza obligatoria. En la escuela se puede ayudar a adquirir unos conocimientos, unos hábitos y unas actitudes favorables de una manera gradual y sistemática. Por otra parte, porque la escuela acoge a los niños y a los adolescentes en una etapa muy importante de su vida en la que están formando su personalidad y todavía están a tiempo para cambiar e incorporar nuevos hábitos de salud. El colegio es también un poderoso campo de socialización, en ella se puede aprovechar las interacciones positivas entre ellos. Al mismo tiempo el equipo docente además de impartir los conocimientos adecuados para cada etapa también puede contribuir en la modificación de las conductas y ser pieza clave en la educación nutricional del niño.

En primer lugar, en un programa de educación nutricional en la escuela se deberían formular objetivos concretos para cada nivel educativo, Seguidamente, se deberían distribuir los contenidos a lo largo del curriculum del alumnado, a nivel cognitivo (conocimientos, información), afectivo (valores y actitudes) y de habilidades

---

<sup>11</sup> [www.scribd.com/doc/.../bajo-rendimiento-esolar](http://www.scribd.com/doc/.../bajo-rendimiento-esolar) - [creatividadaula.blogspot.com/.../bajo-rendimiento-escolar-en-la-ciudad](http://creatividadaula.blogspot.com/.../bajo-rendimiento-escolar-en-la-ciudad).

psicomotoras. Es importante que se trabaje como un eje transversal, en diferentes áreas y que se implique todo el profesorado así como los monitores del comedor escolar

✓ **Las propuestas metodológicas deben abarcar diferentes aspectos**

- Conocer los grupos de alimentos según sus características nutricionales.
- Conocer el origen de los alimentos en general y de los alimentos autóctonos del país, sobre todo de los menos consumidos
- Conocer el proceso que sigue el alimento desde su origen hasta el consumo; por esta razón se realizarán visitas didácticas a granjas, huertos, puertos pesqueros, mercados, industrias, etc.
- Enseñar las características de una alimentación equilibrada, saludable
- Realizar actividades para fomentar la aceptación del propio cuerpo
- Enseñar conceptos básicos de técnicas culinarias para un mayor aprovechamiento de los nutrientes.
- Enseñar a confeccionar platos de la gastronomía del país
- Enseñar la importancia realizar una buena distribución de los alimentos durante el día, dando una gran importancia al desayuno.
- Enseñar mediante diferentes actividades a disfrutar del acto de comer.
- Realizar actividades para entender las estrategias de la publicidad
- Realizar actividades para realizar una buena compra: lectura del etiquetado, reconocimiento de productos frescos.
- Conocer las nuevas tecnologías aplicadas a la industria alimentaria.

Todas estas propuestas deben tratarse con diferentes estrategias metodológicas: incorporando el juego, los títeres, las encuestas, las representaciones teatrales, las dinámicas de grupos, las visitas, las prácticas culinarias, la realización de trabajos manuales, el debate entre otros. Es muy importante que el niño crea en la necesidad de modificar su conducta alimentaria y que sea consciente de las repercusiones negativas que puede tener si se alimenta de forma incorrecta.

El comedor escolar es un medio idóneo y necesario para poder contribuir en la labor educativa, los monitores deben participar también en que los escolares adquieran hábitos saludables. Fomentar menús equilibrados e introducir poco a poco alimentos

que no son aceptados, es una de las labores principales de la restauración colectiva escolar.

Para completar la intervención es aconsejable realizar una serie de intervenciones en el marco familiar. Por una parte se podrían realizar trípticos y circulares informativas donde se les explica en qué consiste la alimentación equilibrada

También organizado por las asociaciones de padres y madres sería conveniente realizar charlas y talleres de cocina saludable para explicar a la familia del alumnado técnicas y preparaciones culinarias para fomentar menús sanos y equilibrados.

Para completar la acción educativa sería muy aconsejable diseñar material itinerante donde se indiquen las actividades que está trabajando el niño en la escuela. Este material circularía por las diferentes familias paralelamente a la intervención escolar. Así padres y maestros actúan conjuntamente para mejorar los hábitos alimentarios.

Por último, también se ha de tener en cuenta la colaboración de la prensa, radio, Internet, televisión local que pueden ayudar a divulgar mediante sus reportajes y entrevistas programas de educación alimentaria y nutricional.<sup>12</sup>

#### ✓ **Programa de Colación Escolar para mejorar la Educación**

La finalidad del programa es incentivar la asistencia regular de los niños y niñas de primaria, y mejorar su atención en clase mediante la provisión regular y oportuna de un suplemento dietético a los escolares

El presente proyecto ayuda al logro de objetivos y metas del Programa Nacional de Colación Escolar, a través del fortalecimiento de la capacidad de gestión de este Programa, a través de establecer un nuevo esquema para la provisión de la colación escolar.

#### - **Objetivos Principales del Proyecto.**

---

<sup>12</sup><http://www.balancek.com>

- . Apoyar el fortalecimiento institucional de la Unidad Operativa de Colación Escolar, para mejorar su capacidad de ejecutar, monitorear y evaluar el Programa nacional de Colación Escolar.
- . Asegurar una eficiente ejecución y seguimiento del Programa Nacional de Colación Escolar para facilitar el cumplimiento del objetivo de mejorar el rendimiento escolar mediante la provisión de un suplemento alimenticio y nutricional a los estudiantes. Contribuir al desarrollo de estrategias futuras para abordar el problema de la alimentación y desnutrición infantil y su impacto en el rendimiento escolar, en una forma sustentable.
- . Estimular una asistencia más asidua de los niños de familias pobres a las escuelas primarias en áreas prioritarias.
- . Proporcionar un complemento alimenticio para aliviar el hambre de corto plazo y disminuir las carencias de vitaminas y minerales en los escolares, como apoyo a la capacidad de aprendizaje de los niños de preprimaria y primaria de escuelas fiscales y fisco misionales; y,
- . Establecer un programa de asistencia social alimentaria eficaz en apoyo al sistema educativo bajo un esquema que permita en el futuro su continuidad por parte del gobierno.

- **Descripción del programa de alimentación escolar.**

El Programa de Alimentación Escolar (PAE) es un tipo de intervención directa a la demanda que busca fortalecer del servicio educativo a través de una transferencia en especie en la forma de ayuda nutricional para los niños de las escuelas fiscales del país. Desde un punto de vista económico procura reducir los costos directos de asistencia escolar, incrementando incentivos para que los padres envíen a sus hijos a estudiar; y, desde un enfoque nutricional, busca incrementar la capacidad de asimilación desconocimientos.

• **Características de la ración diaria.**

Este programa durante 1999, entrega un complemento alimenticio enriquecido con micronutrientes, con las siguientes características:

- Porción de galletas de 60 gramos que proporciona 6,6 gramos de proteína y 272 kilocalorías.

- Porción de colada en polvo de 35 gramos disuelta en agua hirviendo, que proporciona 6 gramos de proteína y 129 kilocalorías.
- La galleta y la colada son una mezcla de harinas pre cocidas de trigo maíz, harina de soya, leche en polvo, y va enriquecida básicamente con vitaminas A, B1, B2 Y ácido fólico, más hierro (50% del requerimiento diario) y calcio (25% del requerimiento diario).

#### 1.1.12. LOS BARES ESCOLARES.



"Los bares escolares no deben ser para lucrar a costa de los estudiantes, sino para cuidar de su alimentación y su salud"

Los bares escolares deben ofrecer una alimentación saludable a los niños/as. Los responsables de los bares deben tener conocimientos básicos los alimentos su manipulación y preparación, y que apliquen las formas de higiene adecuada, en la planta física y en su higiene personal. Brindar a los niños/as alimentos nutritivos frescos y naturales, como: frutas, leche, yogurt, jugos de frutas.

La preparación de los alimentos debe contener alimentos que contribuyan al crecimiento armónico de los niños/as, que les brinden la energía necesaria para realizar las actividades diarias y que les protejan de las enfermedades.

En el funcionamiento de los bares escolares, se incluyen nuevos requisitos para su administración y control, así como el fomento y promoción de hábitos alimenticios saludables, como reza en el acuerdo interministerial N° 0004 -10 entre el Ministerio de Educación y el Ministerio de Salud.

Los puntos principales por razones de nuestro estudio mencionaremos:

Que La Ley Orgánica Del Régimen de la Soberanía Alimentaria en su art. 28 establece: “Se prohíbe la comercialización de productos con bajo valor nutricional en los establecimientos educativos, así como la distribución”.

Los bares de las instituciones deberán estar alejados de baterías sanitarias o instalaciones de aguas servidas y exige el fácil acceso a los estudiantes, incluidos los de capacidades diferentes. Por lo que dispone que los bares sean construidos con dichas especificaciones o readecuados para cumplir la normativa pero sin embargo en la mayoría de las instituciones hace falta espacio físico.

La comida sana y nutritiva también entra en la normativa.

El acuerdo interministerial N° 0004-10 incluye normas propuestas por el Ministerio de Salud con el objetivo de fomentar el consumo de alimentos sanos y bajar las cifras de obesidad y consumo de comida "chatarra" entre los estudiantes. Según datos del Ministerio de Salud Pública, el 22% de niños y adolescentes sufre de sobrepeso. Asimismo, el estudio señaló que el 70% de la oferta de productos que tiene los bares corresponde a los denominados "snacks" o comida chatarra.

**Los bares deben** ser construidos con materiales resistentes y no inflamables. Fáciles de limpiar y desinfectar. Deben instalar dos basureros en el exterior del local, los mismos que deben especificar si son para materiales orgánicos o inorgánicos. El personal que trabaje en los bares deberá obtener un certificado ocupacional otorgado por el Ministerio de Salud, que avale su buen estado de salud.<sup>13</sup>

### **1.1.13. ALIMENTACIÓN DEL NIÑO ESCOLAR DE SEIS A DOCE AÑOS.**

La alimentación es un factor fundamental que permite a los niños/as crecer y desarrollarse saludablemente.

En esta etapa, el consumo de alimentos depende de varios factores: la edad, peso, talla actividades escolares, lúdicas y sociales.

---

<sup>13</sup>[www.poderes.com.ec/.../184-restricciones-en-bares-escolares-nuevo-reglamento.html](http://www.poderes.com.ec/.../184-restricciones-en-bares-escolares-nuevo-reglamento.html)

Se debe educar a nivel familiar y escolar para incentivar el consumo de alimentos de alto valor nutritivo.

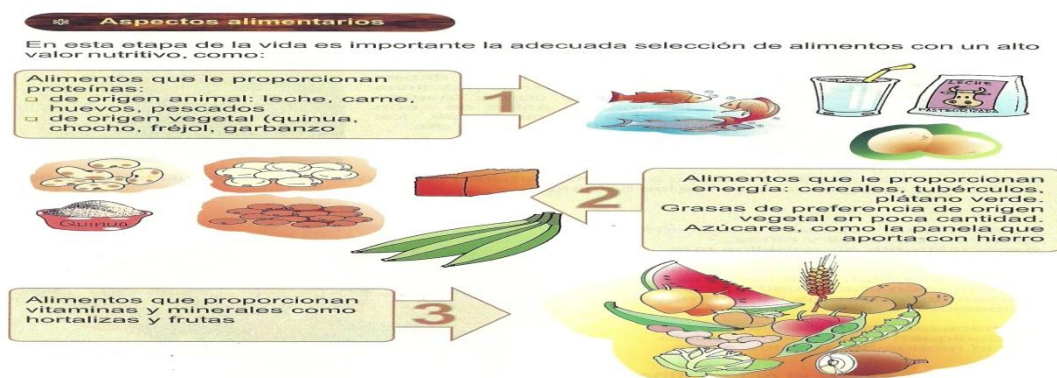
En la alimentación del escolar se debe tomar en consideración lo siguiente:

- Promover la alimentación de hábitos alimentarios saludables en el hogar y en la escuela, para que sean aplicados a lo largo de la vida.
- Brindar un ambiente sano (tranquilo, adecuado, agradable, cómodo), y el tiempo suficiente para la ingesta de alimentos.
- Motivar a que el escolar tenga una actividad física permanente, para que exista un buen intercambio de energía entre lo que consume y lo que gasta, ayudándole de esta manera a un mejor desarrollo y crecimiento.

El desayuno es una comida importante que le proporciona al niño la energía necesaria para el cumplimiento de sus actividades escolares; por lo tanto, no debe faltar antes de ir a la escuela.

En el niño es una etapa muy estable a nivel de crecimiento. Se observa un crecimiento lineal: lento pero constante a una velocidad de 5-6 cm/año. Existe también un aumento progresivo de la actividad intelectual acompañado de un aumento de la actividad física. Esto hace que la ingesta de alimentos aumente para cubrir todas estas necesidades. El niño cada vez es más autónomo y se implica más en todas sus rutinas.

La dieta debe ser variada con unas cantidades adecuadas (menos que los adultos). Las necesidades energéticas de un niño entre 6 y 12 años oscilan en las 2.000-2.200 kcal/día. Varían en función de la actividad física del niño.



Se recomienda el agua como bebida principal. El escolar debe tomar alrededor de un litro y medio a dos litros de agua al día. Se debe limitar el consumo de bebidas endulzadas, zumos envasados y bebidas carbonatadas ya que no alimentan y tienen un alto contenido en azúcar.

- Las bebidas de cola no son aconsejables en menores de 14 años.
- Los snacks y el picar entre horas deben limitarse ya que son malos hábitos que pueden perdurar hasta la vida adulta.
- El hecho de no fomentar la ingestión de alimentos viendo el televisor puede ser un primer paso en la prevención de la obesidad y el sedentarismo.
- Una dieta equilibrada debe acompañarse de la práctica de ejercicio físico regular.
- Esta etapa es clave, para iniciar las bases de unos hábitos saludables.<sup>14</sup>

---

<sup>14</sup> [www.mapfre.com/salud/es/.../alimentacion.shtml](http://www.mapfre.com/salud/es/.../alimentacion.shtml).



## 1.2.MARCO LEGAL

### 1.2.1. CÓDIGO DE LA NIÑEZ Y LA ADOLESCENCIA

**Art. 26.-Derecho a 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 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.

Para el caso de los niños, niñas y adolescentes con discapacidades, el Estado y las instituciones que las atienden deberán garantizar las condiciones, ayudas técnicas y eliminación de barreras arquitectónicas para la comunicación y transporte.

**Art. 27.-Derecho a la salud.-** Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a disfrutar del más alto nivel de salud física, mental, psicológica y sexual.

El derecho a la salud de los niños, niñas y adolescentes comprende:

1. Acceso gratuito a los programas y acciones de salud públicos, a una nutrición adecuada y a un medio ambiente saludable;
2. Acceso permanente e ininterrumpido a los servicios de salud públicos, para la prevención, tratamiento de las enfermedades y la rehabilitación de la salud. Los servicios de salud públicos son gratuitos para los niños, niñas y adolescentes que los necesiten;
3. Acceso a medicina gratuita para los niños, niñas y adolescentes que las necesiten;
4. Acceso inmediato y eficaz a los servicios médicos de emergencia, públicos y privados;
5. Información sobre su estado de salud, de acuerdo al nivel evolutivo del niño, niña o adolescente;

6. Información y educación sobre los principios básicos de prevención en materia de salud, saneamiento ambiental, primeros auxilios;
7. Atención con procedimientos y recursos de las medicinas alternativas y tradicionales;
8. El vivir y desarrollarse en un ambiente estable y afectivo que les permitan un adecuado desarrollo emocional;
9. El acceso a servicios que fortalezcan el vínculo afectivo entre el niño o niña y su madre y padre; y,
10. El derecho de las madres a recibir atención sanitaria prenatal y postnatal apropiadas.

**Art. 48.-Derecho a la recreación y al descanso.-** Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a la recreación, al descanso, al juego, al deporte y más actividades propias de cada etapa evolutiva.

Es obligación del Estado y de los gobiernos seccionales promocionar e inculcar en la niñez y adolescencia, la práctica de juegos tradicionales; crear y mantener espacios e instalaciones seguras y accesibles, programas y espectáculos públicos adecuados, seguros y gratuitos para el ejercicio de este derecho.

Los establecimientos educativos deberán contar con áreas deportivas, recreativas, artísticas y culturales, y destinar los recursos presupuestarios suficientes para desarrollar estas actividades.<sup>15</sup>

## **1.2.2. LEY ORGÁNICA DE EDUCACIÓN INTERCULTURAL**

**Art. 2.- Principios.-** La actividad educativa se desarrolla atendiendo a los siguientes principios generales, que son los fundamentos filosóficos, conceptuales y constitucionales que sustentan, definen y rigen las decisiones y actividades en el ámbito educativo:

---

<sup>15</sup>[http://www.derechoecuador.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=4119:codigo-de-la-ninez-y-adolescencia&catid=14:codigos](http://www.derechoecuador.com/index.php?option=com_content&view=article&id=4119:codigo-de-la-ninez-y-adolescencia&catid=14:codigos)

**a. Universalidad.-** La educación es un derecho humano fundamental y es deber ineludible e inexcusable del Estado garantizar el acceso, permanencia y calidad de la educación para toda la población sin ningún tipo de discriminación. Está articulada a los instrumentos internacionales de derechos humanos;

**b. Educación para el cambio.-** La educación constituye instrumento de transformación de la sociedad; contribuye a la construcción del país, de los proyectos de vida y de la libertad de sus habitantes, pueblos y nacionalidades; reconoce a las y los seres humanos, en particular a las niñas, niños y adolescentes, como centro del proceso de aprendizajes y sujetos de derecho; y se organiza sobre la base de los principios constitucionales;

**j. Escuelas saludables y seguras.-** El Estado garantiza, a través de diversas instancias, que las instituciones educativas son saludables y seguras. En ellas se garantiza la universalización y calidad de todos los servicios básicos y la atención de salud integral gratuita;

## **CAPÍTULO QUINTO**

### **DE LA ESTRUCTURA DEL SISTEMA NACIONAL DE EDUCACIÓN**

**Art. 42.- Nivel de educación general básica.-** La educación general básica desarrolla las capacidades, habilidades, destrezas y competencias de las niñas, niños y adolescentes desde los cinco años de edad en adelante, para participar en forma crítica, responsable y solidaria en la vida ciudadana y continuar los estudios de bachillerato. La educación general básica está compuesta por diez años de atención obligatoria en los que se refuerzan, amplían y profundizan las capacidades y competencias adquiridas en la etapa anterior, y se introducen las disciplinas básicas garantizando su diversidad cultural y lingüística.

### 1.3. TEORÍA CONCEPTUAL.

**GENÉTICOS:** Heredado; relacionado con la información que los padres pasan a sus descendientes a través de los genes contenidos en los espermatozoides y los óvulos. El genoma es la totalidad de la información genética que posee un organismo en particular. Por lo general, al hablar de genoma en los seres eucarióticos nos referimos sólo al ADN contenido en el núcleo, organizado en cromosomas. Pero no debemos olvidar que también la mitocondria contiene genes llamado genoma mitocondrial.

**HÁBITOS ALIMENTICIOS:** es un excelente instrumento para prevenir enfermedades y promover la salud en la población. La mejor manera de alcanzar un estado nutricional adecuado es incorporar una amplia variedad de alimentos a nuestra dieta diaria y semanal.

**HEMATÍES:** Los glóbulos rojos son las células sanguíneas que contienen en su interior la hemoglobina. Los glóbulos rojos son los principales portadores de oxígeno a las células y tejidos del cuerpo. Tienen una forma bicóncava para adaptarse a una mayor superficie de intercambio de oxígeno por dióxido de carbono en los tejidos. Además su membrana es flexible lo que permite a los glóbulos rojos atravesar los más estrechos capilares.

**HEMOGLOBINA:** es una proteína globular, que se encuentra en grandes cantidades dentro de los glóbulos rojos y es de vital importancia fisiológica, para el aporte normal de oxígeno a los tejidos. Varios son los genes que determinan su biosíntesis.

El estudio de su estructura molecular y fisiología ha llamado la atención de innumerables investigadores; de su estudio se han derivado descubrimientos de gran utilidad. La mayoría de las variantes de la hemoglobina resulta de la sustitución puntual de un aminoácido por otro. Hasta 1992, el Centro Internacional de Información sobre Hemoglobinas había reunido las 640 variantes de esta molécula, pudiendo agregarse además, que las hemoglobinopatías, particularmente las que se acompañan de trastornos clínicos y las talasemias son habituales.

**HIPOPROTEINEMIA** :Condición en la que el nivel total de Proteínas séricas está por debajo del nivel normal. La Hipoproteïnemia puede estar causada por una mal absorción de Proteínas en el Tracto Gastrointestinal, Edema o Proteinuria.

**MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS:** valoración nutricional es aquella que permite determinar el estado de nutrición de un individuo, valorar las necesidades o requerimientos nutricionales y pronosticar los posibles riesgos de salud que pueda presentar en relación con su estado nutricional.

**MICRONUTRIENTES:** sustancias que el organismo de los seres vivos necesita en pequeñas dosis. Son indispensables para los diferentes procesos bioquímicos y metabólicos de los organismos vivos y sin ellos morirían.

**NECESIDADES ENERGÉTICAS:**La cantidad de energía que aportan los alimentos se mide en Kilocoría. Las necesidades energéticas se cubren fundamentalmente a través de los hidratos de carbono y de los lípidos o grasas.

Las necesidades energéticas de cada uno dependen del consumo diario de energía. Este gasto tiene dos componentes:

- La energía que se gasta para mantener las funciones básicas como la respiración o el bombeo del corazón. Es la energía basal.
- La energía que se consume por la actividad física

**OLIGOELEMENTOS:** Son sustancias que intervienen en las funciones respiratoria, digestiva, neurovegetativa y muscular, como reguladores y equilibrantes. Hierro, cobre, yodo, manganeso, selenio, zinc, cromo, cobalto, flúor, litio, níquel y silicio son los oligoelementos más importantes.

Todos ellos deben estar presentes en nuestra alimentación porque, si no ingerimos las pequeñas pero importantes dosis de ellos que precisa nuestro organismo, podemos ser víctimas de enfermedades.

**SALUD HOLÍSTICA:** La holística del griego “holos” que significa “totalidad”) es más que una teoría filosófica. Es una realidad práctica, como lo ha demostrado la física

moderna, y su concepto básico es que ninguna cosa puede verse como separada del todo al que pertenece.

Esta idea hoy se expresa en numerosas corrientes relacionadas con la salud. Todas ellas coinciden en tres actitudes que las distinguen de la medicina alopática.

La visión holística nos dice que los síntomas que una persona padece son solo eso: signos.

**SARCOPENIA:**La **sarcopenia** (del griego “sarco” carne, “penia” pobreza) es la pérdida degenerativa de masa muscular y fuerza al envejecer o al llevar una vida sedentaria.<sup>1</sup> Cerca de un tercio de la masa muscular se pierde con la edad avanzada, pero un número indeterminado de personas en países desarrollados comienza a sufrir esta dolencia a corta edad sin saberlo. Una alimentación rica en aminoácidos y realizar deporte<sup>2</sup> tres veces por semana ayudan a paliar su aparición.

## **1.4. TEORÍA REFERENCIAL.**

### **1.4.1. RESEÑA HISTÓRICA DE LA ESCUELA.**

Esta escuela se encuentra ubicada en el Recinto San Vicente de las Lomas Parroquia Zapotal, cantón Ventanas nuestra escuela fue creada sin nombre siendo su primer maestro el Sr: Nicolás Valverde, un maestro que permaneció en la comunidad empezando con la cantidad veinticinco alumnos, iniciando sus labores en una escuela de caña, cede en los terrenos de los señores: Manuel Vecilla y Juan Muñoz. Las personas antes mencionadas donaron el terreno para la construcción del edificio escolar.

En el año de 1967 la escuela deja de ser sin nombre y empezó a llamarse; Escuela Fiscal Mixta Juan Benigno Vela nombre que se le da gracias al poeta escritor Ambateño Juan Benigno Vela. Por la gestión realizada por padres de familia y comunidad en general se logró que el Fisco construya una infraestructura de cemento la cual sigue funcionando en el actual terreno.

En el año de 1967 el Profesor: Valverde decide por voluntad propia realizar los trámites para cambiarse de lugar de trabajo siendo sustituido por el Profesor Alfaro Mora un maestro que ingreso a laborar con mente positiva para que esta comunidad muy apartada surja y salga adelante, además fue un maestro muy activo, participativo y con mucha preocupación en el quehacer educativo con la llegada de este maestro la comunidad comienza a trabajar de manera ascendente, entrega toda su sabiduría a la niñez de nuestro querido Recinto.

El destacado maestro dura un tiempo de 9 años de entrega y sacrificio en este plantel. En el año de 1976 la escuela comenzó a funcionar con dos maestros pasando hacer una escuela pluridocente, gracias a las gestiones realizadas por los Padres de Familia aprovechando la amistad que había entre el Sr. Manuel Vecilla con el Sr: Gualberto Montesdeoca quien realizaba la función de Gobernador de la Provincia y la ayuda del FISE se logra la construcción de tres aulas que sirvieron de mucha

ayuda debido al aumento de alumnos matriculados y para que la comunidad del espacio sea más satisfactorio para la enseñanza aprendizaje.

A partir de este año pasaron por nuestra escuela muchos maestros y maestras, los mismos que contribuyeron de manera positiva en el avance y desempeño escolar durante algunos años. En la actualidad esta institución está liderada por el sr Director Gabriel Fabre Carriel conjuntamente con los siguientes maestros que somos:

Lcda. Jenny Morán

Lcda. Mariana Vidal

Prof. Alexandra Muñoz

Lcdo. Daniel Coloma

El personal docente y Padres de Familia en años anteriores planificaron muchas actividades para el mejoramiento de nuestra institución y de esta manera se lograron actividades como adquisición de bancas para todos los grados, desayuno y almuerzo escolar, la construcción de un pozo de agua.

Convenio con el municipio de ventanas para la construcción de una cancha de uso múltiple.

Esperando que esta obra se cristalice ya que es de mucha importancia para que los niños de la comunidad y de nuestro plantel puedan realizar sus actividades deportivas de una mejor manera.

Todos las actividades que se planificaron, lentamente pero se cumplieron, viendo la necesidad e importancia en la institución crea a partir del año 2006 el primer año básico con 27 niños(as); desde ese año dicho año básico ha venido funcionando normalmente aunque con maestras por contrato, hasta el año anterior; hoy en día ese año está distribuido entre los maestros de planta de este plantel, entre las diferentes vicisitudes se sigue en la lucha constante para cumplir con la labor de docentes que se nos ha encomendado.



## **CAPITULO II**

### **ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS**

#### **2.1 Por el propósito.**

Investigación aplicada: el presente trabajo se constituye en un estudio aplicado ya que está encaminado a aportar soluciones prácticas. Se le va a utilizar, como su nombre lo indica, con fines prácticos, tanto para resolver problemas, como para tomar decisiones, en beneficio de los educandos que en este caso son los perjudicados y en general para disminuir los índices deficiencia alimenticia y mejorar el rendimiento escolar.

#### **2.2 Por el nivel**

Investigación descriptiva: Que nos permitió estudiar la situación actual de las variables propuestas.

#### **2.3 Por el lugar.**

Investigación de campo: Porque se obtuvo información de primera mano, a través de los instrumentos de recolección de datos y lo realice en el mismo lugar de los acontecimientos.

Investigación bibliográfica: nos permitió recopilar información documental para sustentar el marco teórico de la investigación.

#### **2.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA OBTENCIÓN DE DATOS.**

La técnica será la encuesta, los cuestionarios están estructurados con preguntas cerradas dicotómicas (SI-NO) aplicada a niños/as, padres de familia y docentes.

También se recurrió a la tabla de peso, talla, edad con la finalidad de determinar el tipo de desnutrición en los estudiantes.

#### **2.5 DISEÑO POR LA DIMENSIÓN TEMPORAL.**

El diseño en el cual se enmarcó la investigación fue de tipo transversal: puesto que se ubica en un tiempo determinado para estudiar la deficiente alimentación y como esta influye en el rendimiento de los niños/as del segundo y tercer año de educación general básica de la escuela Juan Benigno Vela durante el año lectivo 2010-2011.

## 2.6 UNIVERSO Y MUESTRA.

Tomando en cuenta la cantidad de estudiantes padres y madres de familia profesores a quienes vamos a encuestar nos basamos en la totalidad de sus actores es decir: 28 niños/as 28 padres y madres de familia 5 docentes.

<b>DATOS</b>	<b>No</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Estudiantes de la escuela Juan Benigno Vela de segundo y tercer año básico.</li></ul>	28
<ul style="list-style-type: none"><li>• Padres y madres de familia.</li></ul>	28
<ul style="list-style-type: none"><li>• Personal Docente de la institución.</li></ul>	5
<b>TOTAL</b>	<b>61</b>

### 2.6.1 PROCESAMIENTO DE DATOS.

Una vez que se obtenga la información se procesará utilizando el programa Excel para elabora los diferentes cuadros y gráficos para codificar y tabular las encuestas aplicadas, trabajamos con la Estadística Descriptiva.

## 2.7 MÉTODOS.

- **Método Deductivo:** este método fue de gran utilidad en nuestro trabajo ya que investigamos y definimos la hipótesis posibilitando también la consulta de documentación con respecto al tema.

En el trabajo de campo utilizamos el método inductivo tomando muestras de estudiantes.

- **Método Analítico:** partimos de la revisión documentada sobre deficiente alimentación, así como las conceptualizaciones de lo que es rendimiento escolar y bajo rendimiento.

### CAPITULO III

## ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

### ENCUESTA APLICADA A NIÑOS (AS).

#### 1.- ¿Desayunas en tu casa?

CUADRO N 1

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	24	86%
NO	4	14%
<b>TOTAL</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta aplicada a los niños de segundo y tercero de básica de la Escuela Juan Benigno Vela.

**Autores:** Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

GRÁFICO 1



**Análisis e Interpretación.-** La mayoría de niños responden que si desayunan en casa, solo un mínimo porcentaje responden que no, de lo cual inferimos que a pesar de desayunar en casa los alimentos que se sirven no contienen los nutrientes necesarios para que el menor resista la jornada de trabajo escolar.

## 2.- ¿Traes colación escolar?

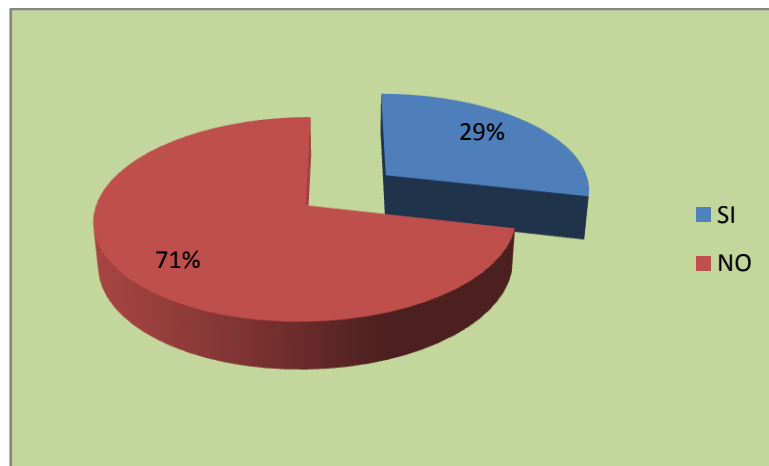
CUADRO N° 2

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	8	29%
NO	20	71%
<b>TOTAL</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta aplicada a los niños de segundo y tercero de básica de la Escuela Juan Benigno Vela.

**Autores:** Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

GRÁFICO N° 2



**Análisis e Interpretación:** La mayoría de los niños responden que no traen colación escolar, solo un mínimo porcentaje responde que si, de lo cual inferimos que a pesar de comer algo en la mañana no es suficiente y por tal motivo la mayoría de niños(as) no trabajan bien, no prestan el mismo interés en la jornada de trabajo.

### 3.- ¿Recibes alimentación escolar en la jornada de trabajo?

CUADRO N 3

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	0	0%
NO	28	100%
<b>TOTAL</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta aplicada a los niños de segundo y tercero de básica de la Escuela Juan Benigno Vela.

**Autores:** Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

GRÁFICO N 3



**Análisis e Interpretación:** Todos los niños responden que no reciben alimentación escolar en la jornada de trabajo, cabe recalcar que se refiere al desayuno escolar que es entregado o distribuido por parte del Gobierno Nacional, cabe recalcar que es por el recién ingreso a clases y aun no llega la dotación a la escuela. Por lo tanto si no perciben este lonche repercute de manera directa en los niños/as que no traen ni siquiera el mismo de su casa.

### 4.- ¿Te gustaría seguir recibiendo el desayuno escolar?

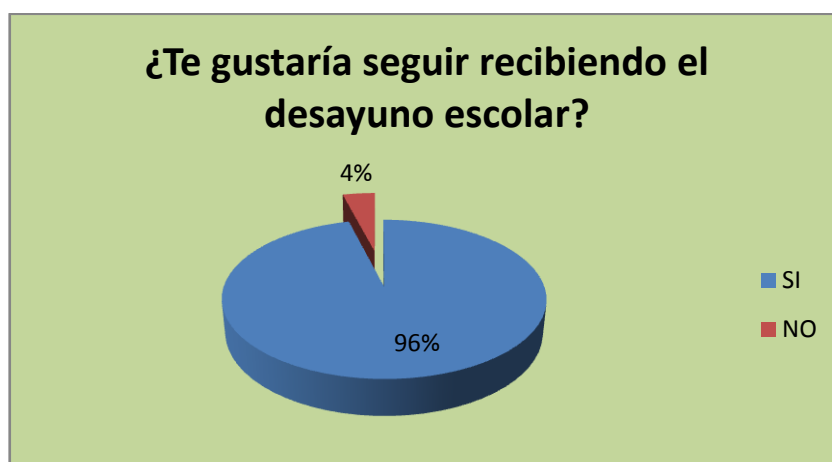
**CUADRO N 4**

<b>VARIABLE</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
SI	27	96%
NO	1	4%
<b>TOTAL</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta aplicada a los niños de segundo y tercero de básica de la Escuela Juan Benigno Vela.

**Autores:** Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

**GRÁFICO N 4**



**Análisis e Interpretación.-** La mayoría de niños(as) están gustosos de seguir recibiendo el desayuno escolar, tan solo uno no quiere percibir el mismo, por lo tanto inferimos que es merecido incentivar, concienciar sobre la preparación del Desayuno Escolar.

## 5.- ¿Te agrada el desayuno escolar?

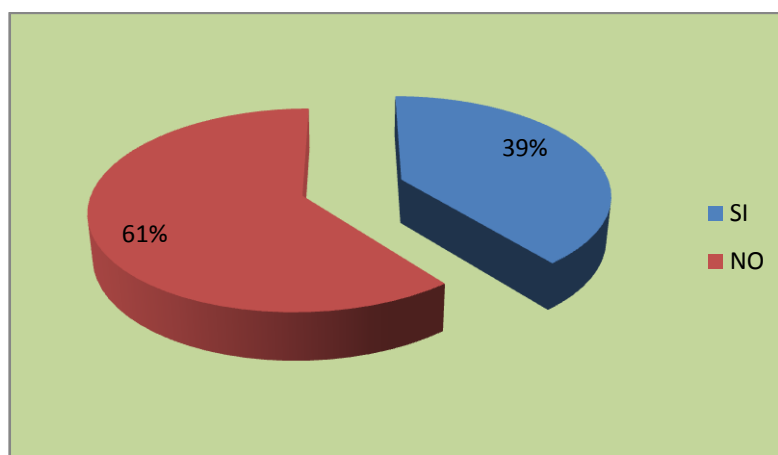
**CUADRO N 5**

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	11	39%
NO	17	61%
<b>TOTAL</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta aplicada a los niños de segundo y tercero de básica de la Escuela Juan Benigno Vela.

**Autores:** Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

**GRÁFICO N 5**



**Análisis e Interpretación.-** La mayoría de niños(as) contestan que si les gusta desayuno escolar, una mínima parte asegura que no le gusta de lo cual inferimos que hay que impulsar sobre el cumplimiento de la preparación de dicho aperitivo escolar.

**6.- ¿Cuándo tienes hambre, atiendes con la misma atención?**

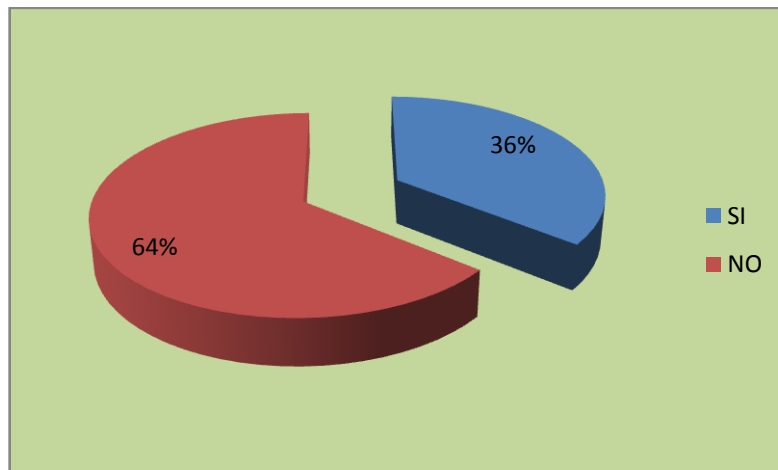
**CUADRO N 6**

<b>VARIABLE</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
SI	10	36%
NO	18	64%
<b>TOTAL</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta aplicada a los niños de segundo y tercero de básica de la Escuela Juan Benigno Vela.

**Autores:** Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

**GRÁFICO N 6**



**Análisis e Interpretación:** La mayoría de niños(as) dicen no atender con el mismo interés porque tienen hambre, sin dejar de lado que una cantidad mínima afirman atender con dedicación y empeño, de lo cual inferimos que los educandos no prestan la misma atención cuando tienen hambre, se les desaparece la gana de seguir trabajando.



## 7.- ¿Te gustaría recibir el desayuno escolar todos los días?

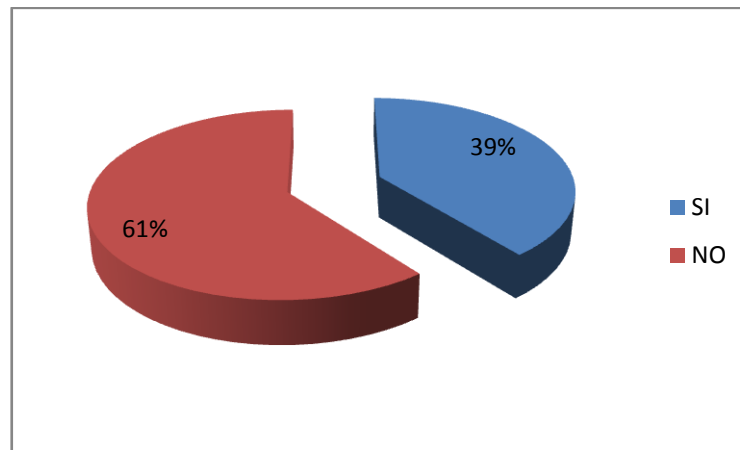
**CUADRO N 7**

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	11	39%
NO	17	61%
TOTAL	28	100%

**Fuente:** Encuesta aplicada a los niños de segundo y tercero de básica de la Escuela Juan Benigno Vela.

**Autores:** Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

**GRÁFICO N 7**



**Análisis e Interpretación:** La mayoría de niños(as) afirman que no les gustaría seguir recibiendo el desayuno escolar, tan solo un mínimo porcentaje les gustaría, por lo tanto inferimos que se buscará la forma de que se de cumplimiento con la manera de seguir dando cumplimiento en la preparación del desayuno escolar para que no les falte a diario el mismo.

## 8.- ¿Sientes alguna molestia o debilidad corporal?

**CUADRO N 8**

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	27	96%
NO	1	4%
TOTAL	28	100%

**Fuente:** Encuesta aplicada a los niños de segundo y tercero de básica de la Escuela Juan Benigno Vela.

**Autores:** Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

**GRÁFICO N 8**



**Análisis e Interpretación:** La mayoría de niños (as) afirman que no sufre de ninguna molestia o debilidad corporal tan solo contamos con una mínima parte que si dice tener o sentir algún tipo de molestia, pero debemos tomar en cuenta que recién empezamos el año lectivo en el régimen costa, de lo cual inferimos que a futuro veremos y palparemos que es lo contrario por la inmensa jornada de trabajo que tenemos que cumplir.

## 9.- ¿De los siguientes alimentos cuáles consumes más?

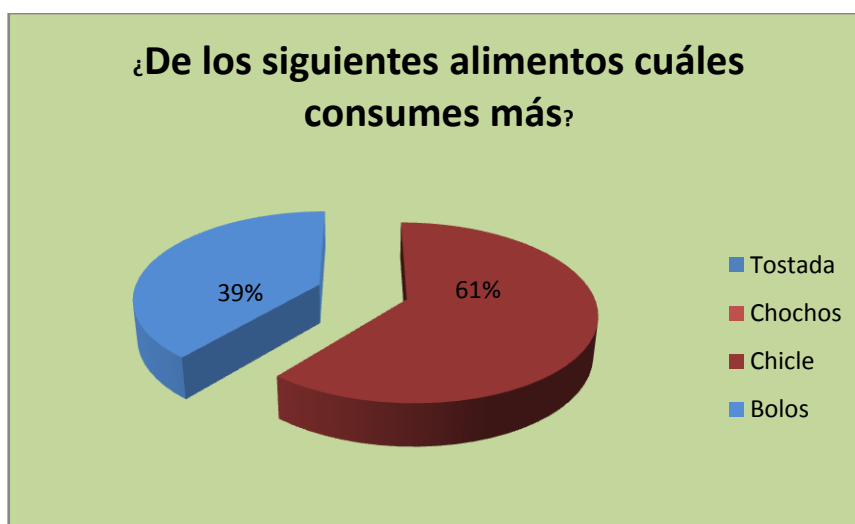
**CUADRO N 9**

VARIABLE	FRECUENCIA	%
TOSTADA	0	0%
CHOCHOS	0	0%
CHICLE	17	61%
BOLOS	11	39%
TOTAL	28	100%

**Fuente:** Encuesta aplicada a los niños de segundo y tercero de básica de la Escuela Juan Benigno Vela.

**Autores:** Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

**GRÁFICO N 9**



**Análisis e Interpretación:** La mayoría de niños(as) dicen que en su habitual recreo consumen chicles, un mínimo porcentaje consumen bolos, por lo que inferimos que solo se dedican a ingerir golosinas que no tienen ningún valor nutricional los mismos que no ayudan en nada en el desarrollo del niño/a.

## ENCUESTA APLICADA A DOCENTES

1.- ¿Usted como educador cree que la deficiente alimentación influye en el rendimiento académico de los niños/as?

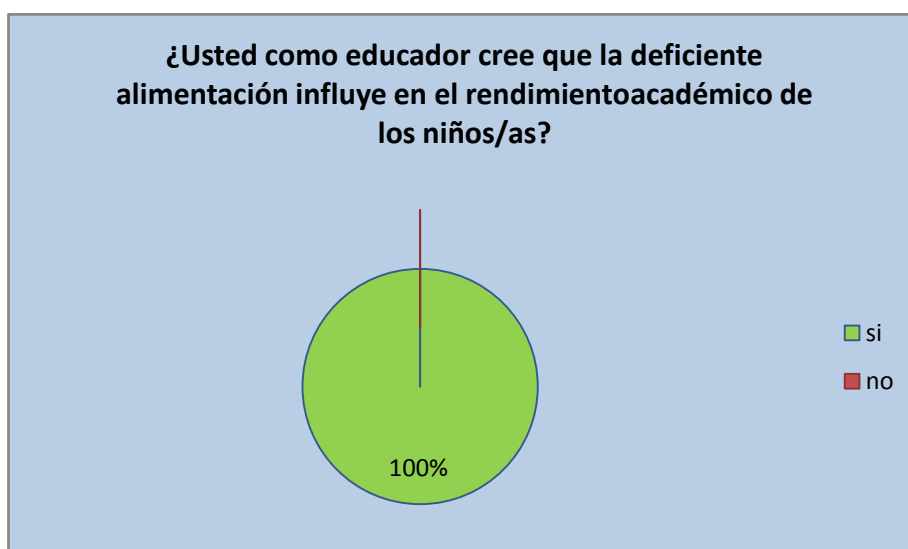
CUADRO N 1

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	5	100%
NO	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.

Autores: Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

GRÁFICO N 1



**Análisis e Interpretación:** la mayoría de docentes/as responden que si influye la deficiente alimentación en el rendimiento escolar, de lo cual inferimos que la deficiente alimentación repercute grandemente en el rendimiento académico de los niños/as.

## 2.- ¿Cree que un niño bien alimentado rinde mejor?

CUADRO N 2

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	5	100%
NO	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.

Autores: Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

GRÁFICO N 2



**Análisis e Interpretación:** Todos los maestros estamos seguros de que un niño bien alimentado rinde mucho mejor en su rendimiento académico, de lo cual inferimos que es muy importante incentivar y recalcar sobre la alimentación que deben percibir los niños(as).

### 3.- ¿Cree Ud. que a futuro le afectará al estudiante la mala nutrición?

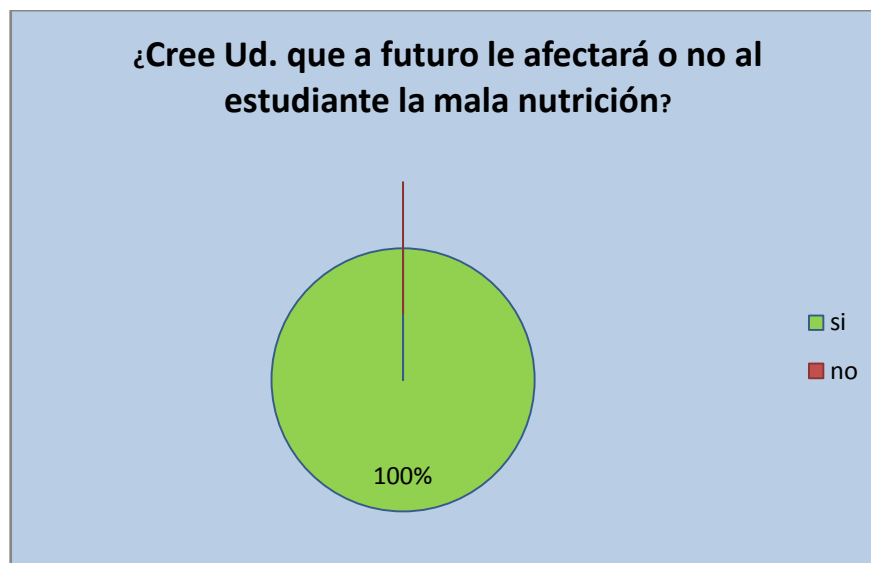
**CUADRO N 3**

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	5	100%
NO	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.

Autores: Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

**GRÁFICO N 3**



**Análisis e Interpretación:** Todos los maestros coincidimos nuevamente en que al no estar alimentados a futuro les afectara la mala nutrición, de lo cual inferimos que los estudiantes a futuro tendrán algún tipo de problema ya que hoy en día existe una variedad de enfermedades como consecuencia de la mala nutrición.

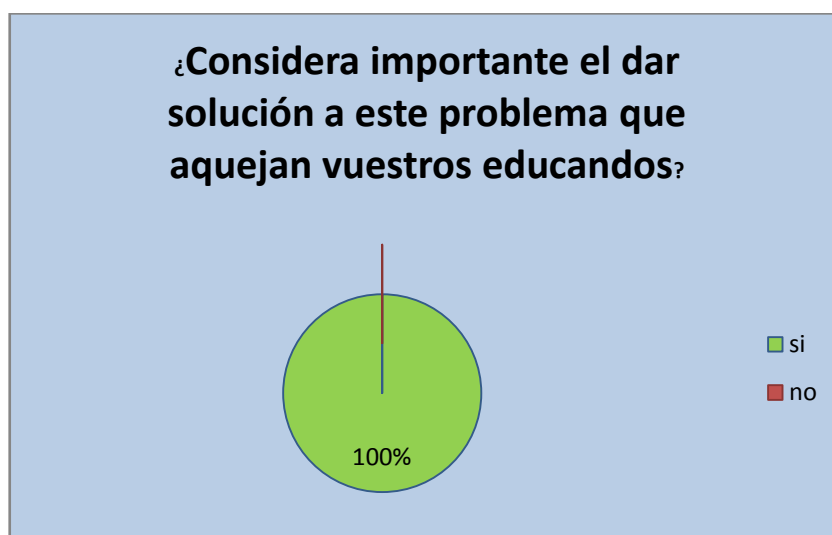
**4.- ¿Considera importante el dar solución a este problema que aquejan vuestros educandos?**

**CUADRO N 4**

<b>VARIABLE</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
SI	5	100%
NO	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.  
**Autores:** Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

**GRÁFICO N 4**



**Análisis e Interpretación:** Todos los Docentes/as coincidimos en la importancia de dar solución a este problema que aquejan los niños/as, que son los más perjudicados en este caso, de lo cual inferimos en buscar alternativas de solución para dar cumplimiento con este problema que de una u otra forma influye en los educandos.

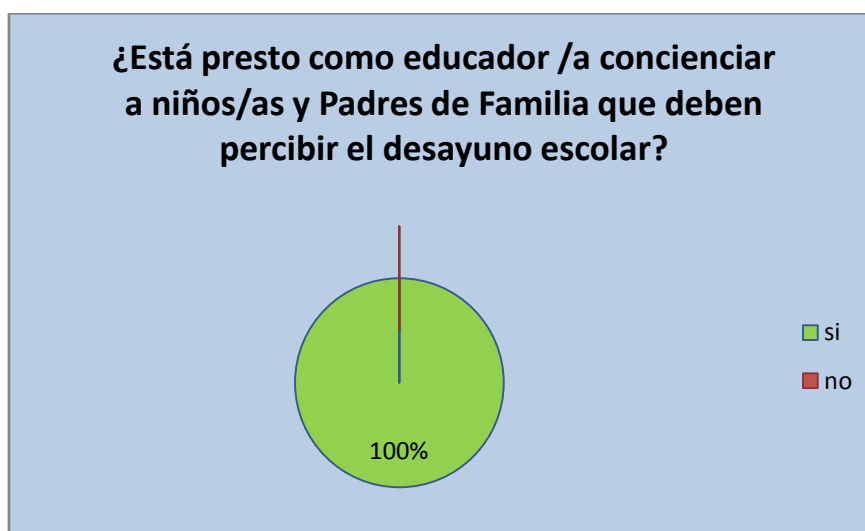
**5.- ¿Está presto como educador /a concienciar a niños/as y Padres de Familia que deben percibir el desayuno escolar?**

**CUADRO N 5**

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	5	100%
NO	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.  
**Autores:** Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

**GRÁFICO N 5**



**Análisis e Interpretación:** Todos los Docentes/as estamos seguros y prestos a concienciar a niños/as como Padres de Familia, de lo cual inferimos en crear conciencia, sobre todo sean responsables y que colaboren a diario y así los estudiantes puedan percibir a diario el desayuno escolar.



6.- ¿La media aritmética del rendimiento escolar del grado es?

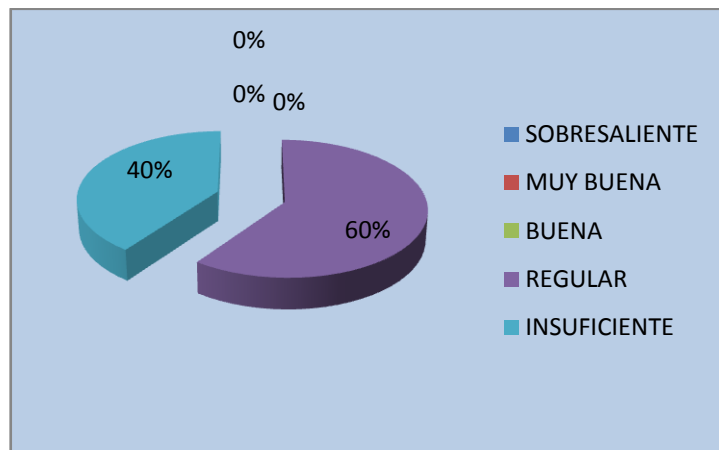
CUADRO N 6

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SOBRESALIENTE	0	0%
MUY BUENA	0	0%
BUENA	0	0%
REGULAR	3	60%
INSUFICIENTE	2	40%
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.

Autores: Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

GRÁFICO N 6



**Análisis e Interpretación:** La mayoría de maestros coinciden en que el rendimiento de los estudiantes es Regular y que el resto es insuficiente, de lo cual inferimos que es la deficiente alimentación la que influye en el rendimiento.

## 7.- ¿El bajo rendimiento afecta en el/la?

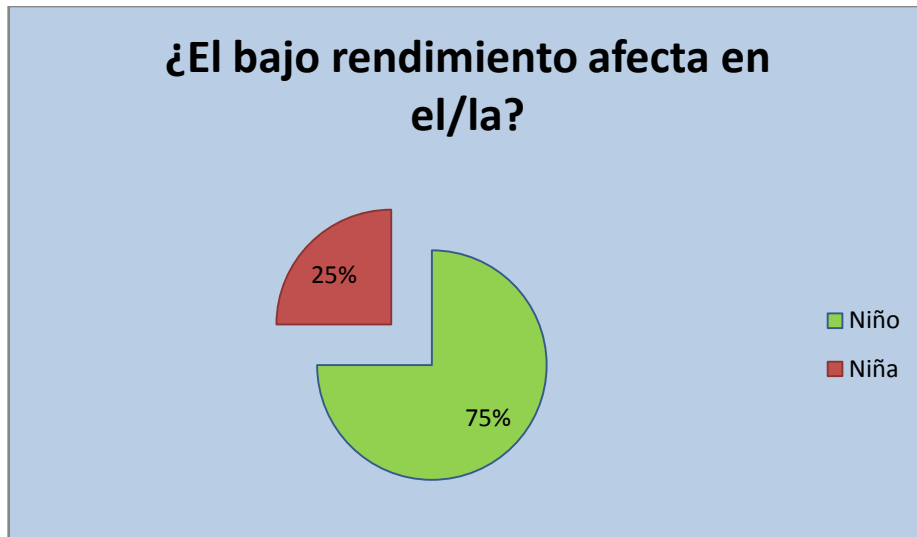
CUADRO N 7

VARIABLE	FRECUENCIA	%
NIÑO	4	75%
NIÑA	1	25%
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.

Autores: Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

GRÁFICO N 7



**Análisis e Interpretación:** La mayoría de maestros coincidimos que el bajo rendimiento afecta más a los niños y es mínimo en las niñas, de lo cual inferimos que influyen diferentes aspectos.

## 8.- ¿La colación escolar contribuye al rendimiento escolar?

**CUADRO N 8**

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	5	100%
NO	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.

**Autores:** Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

**GRÁFICO N 8**



**Análisis e Interpretación:** Todos los docentes/as afirmamos que la colación o alimentos nutritivos que el niño/a digiera contribuyen en el desempeño escolar, de lo cual inferimos que es muy importante la colación escolar en los educandos.

**9.- ¿Ha dialogado con los Padres de Familia sobre el bajo rendimiento de los niños/as?**

**CUADRO N 9**

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	5	100%
NO	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>5</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.  
Autores: Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

**GRÁFICO N 9**



**Análisis e Interpretación:** Todos los Docentes/as afirmamos Haber hablado con los representantes de sus estudiantes dándoles a conocer el rendimiento de los mismos para de una u otra forma buscamos mejorarla, de lo cual inferimos que siempre estamos preocupados por el desempeño y bienestar de los niños(as).

## 10.- ¿En el bar de la institución expenden productos con valor nutricional?

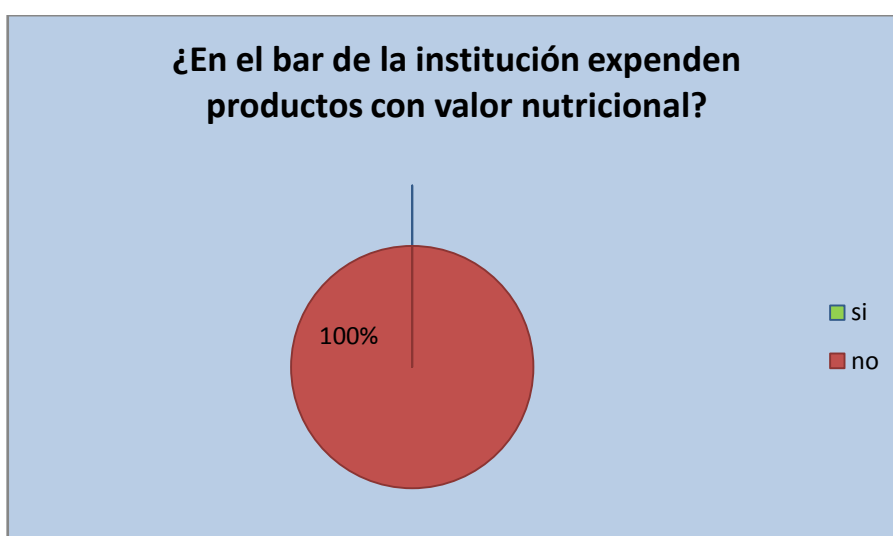
CUADRO N 10

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	0	0%
NO	5	100%
TOTAL	5	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.

Autores: Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

GRÁFICO N 10



**Análisis e Interpretación:** Todos los Docentes/as afirmamos que en el pequeño bar o tienda que funciona junto a la escuela no se expenden productos con valor nutricional para los estudiantes, cabe recalcar que la escuela esta ubicada en el sector rural y no le da prioridad a la preparación de otros alimentos mas nutritivos, de lo cual inferimos que si influye porque los niños(as) ni así ellos quieren no pueden consumir alimentos nutritivos.

## ENCUESTA APLICADA A PADRES DE FAMILIA

### 1.- ¿En la mañana antes de que su niño(a) vaya a la escuela desayuna?

CUADRO N 1

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	20	71%
NO	8	29%
<b>TOTAL</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a Padres de Familia de la Escuela Juan Benigno Vela.

Autores: Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

GRÁFICO N 1



**Análisis e Interpretación:** La mayoría de Padres de Familia responden que si les dan de tomar desayuno a sus niños antes de que vayan a la escuela, solo un mínimo porcentaje responden que no, de lo cual inferimos que a pesar de desayunar en casa no es suficiente tomando en cuenta muchos factores, las grandes distancias que tienen que recorrer el niño, el no percibir alimento en la jornada de trabajo por todo lo antes dicho difícilmente el niño puede resistir toda la jornada de trabajo.

## 2.- ¿Usted le envía lonche para que coma su niño en el recreo?

CUADRO N 2

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	12	43%
NO	16	57%
<b>TOTAL</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.

Autores: Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

GRÁFICO N 2



**Análisis e Interpretación:** La mayoría de Padres de familia responden que si les envían lonche a sus hijos/as, pero otro porcentaje dicen que no, de lo cual inferimos que no todos los niños/as comen en el recreo por lo tanto no todos los niños trabajan como se debe o pierden el interés en su desempeño escolar.

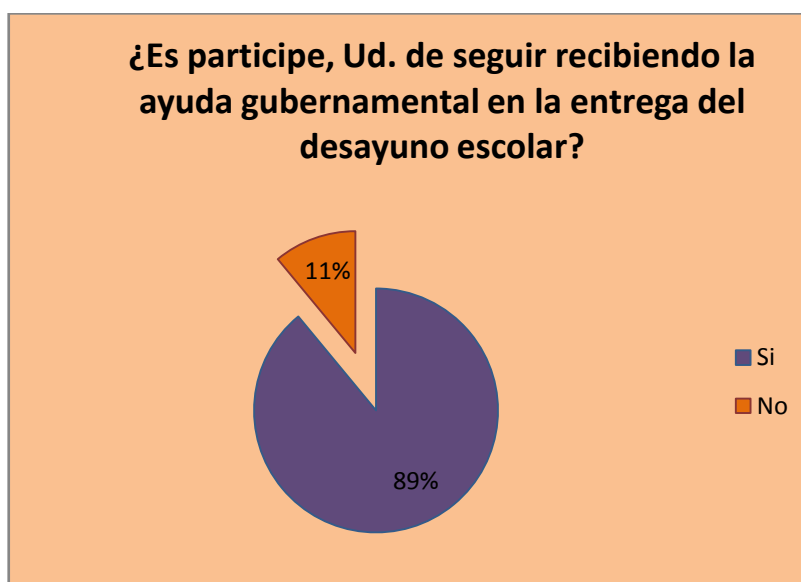
**3.- ¿Es participe, Ud. de seguir recibiendo la ayuda gubernamental en la entrega del desayuno escolar?**

**CUADRO N 3**

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	25	89%
NO	3	11%
<b>TOTAL</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.  
Autores: Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

**GRÁFICO N 3**



**Análisis e Interpretación:** La mayoría de Padres de Familia responden que si están satisfechos de poder percibir esta ayuda gubernamental, una mínima parte no, de lo cual inferimos que hay la acogida en la existencia del desayuno escolar porque de una u otra forma ayuda de manera positiva en la alimentación y por ende en el desempeño escolar de los educandos.



**4.- ¿Está presto(a) a colaborar con los ingredientes para la preparación del desayuno escolar?**

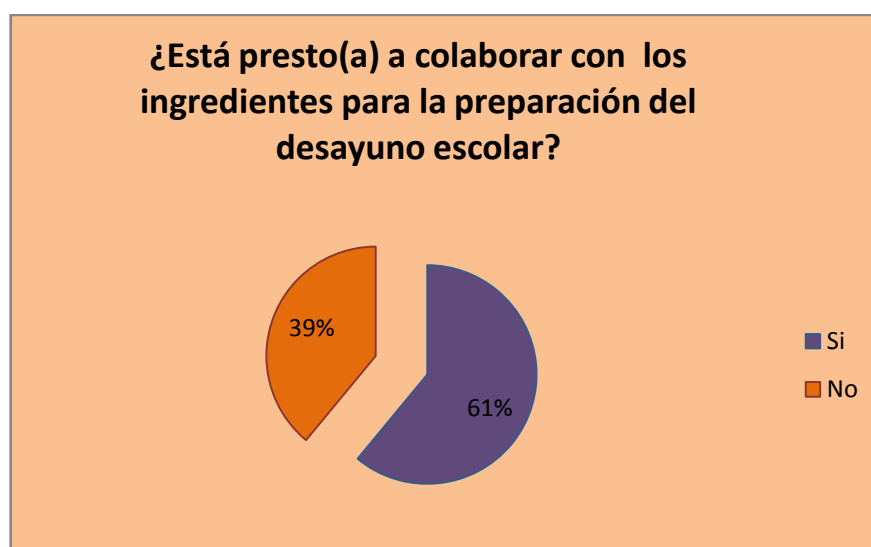
**CUADRO N 4**

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	17	61%
NO	11	39%
<b>TOTAL</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.

Autores: Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

**GRÁFICO N 4**



**Análisis e Interpretación:** La mayoría de Padres de familia responden que si, un porcentaje dice no, de lo cual inferimos que en su mayoría están predispuestos a colaborar con los ingredientes faltantes para la preparación del desayuno escolar y teniendo en cuenta la importancia del mismo dentro de la convivencia diaria de los educandos.

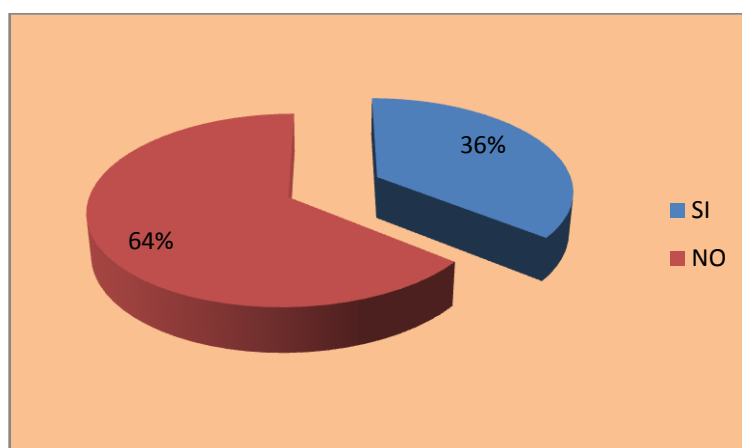
**5.- ¿Colabora en la preparación del desayuno escolar, según los turnos establecidos?**

**CUADRO N 5**

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	10	36%
NO	18	64%
<b>TOTAL</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.  
Autores: Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

**GRÁFICO N 5**



**Análisis e Interpretación:** La mayoría de Madres de Familia responde no, una mínima cantidad de madres dice que si, de lo cual inferimos que no todas las mamitas están predispuestas a asistir a preparar el desayuno escolar el mismo que es necesario para la alimentación del niño y la contribución del mismo en el ámbito escolar.

## 6.- ¿Le gusta que su niño(a) tome el desayuno escolar ya preparado?

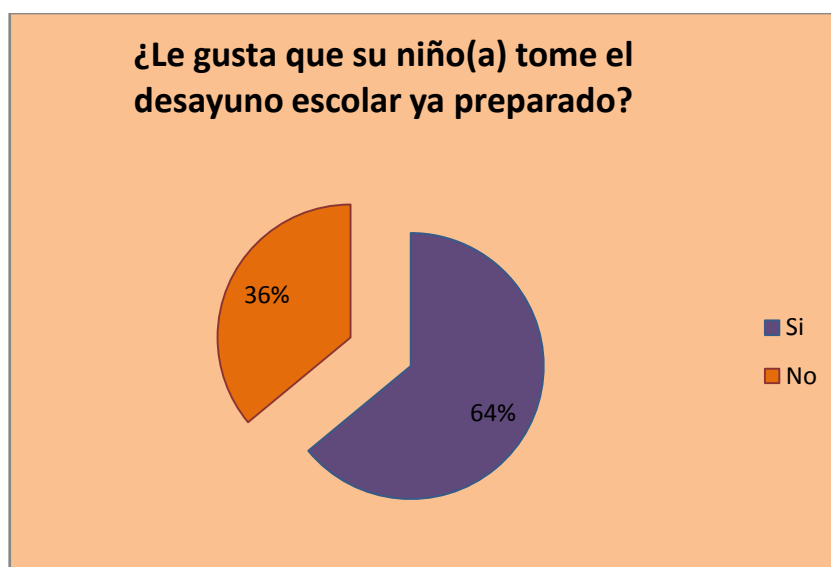
CUADRO N 6

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	18	64%
NO	10	36%
<b>TOTAL</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.

Autores: Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

GRÁFICO N 6



**Análisis e Interpretación:** La mayoría de Padres de Familia responden si, una cantidad considerable dicen no, de lo cual la mayoría están conscientes de la importancia del desayuno escolar, de lo que no decimos lo mismo del resto porque claro está en el desinterés que demuestran primero por no tener mucha responsabilidad que afrontar y no toman en cuenta el valor nutricional que el desayuno tiene para el desarrollo y desenvolvimiento de los niños/as.

## 7.- ¿Cree necesario que el niño(a) se alimente en la jornada escolar?

CUADRO N 7

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	20	71%
NO	8	29%
<b>TOTAL</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.  
Autores: Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

GRÁFICO N 7



**Análisis e Interpretación:** La mayoría de Padres de Familia respondieron que si, un mínimo porcentaje dijeron no, de lo cual inferimos que en su mayoría están conscientes de que los niños/as se alimenten en la jornada de trabajo, nada mas quedaría afianzar e incentivar la responsabilidad que tienen para con sus hijos.

## 8.- ¿Considera que un estudiante mal nutrido se enfermará a futuro?

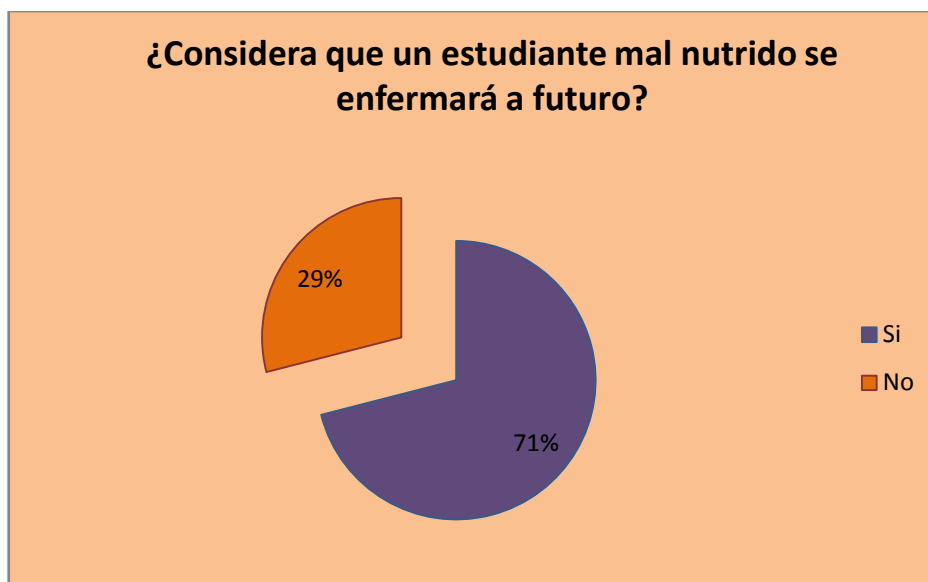
CUADRO N 8

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	20	71%
NO	8	29%
TOTAL	28	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.

Autores: Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

GRÁFICO N 8



**Análisis e Interpretación:** La mayoría de Padres de Familia responden si, un mínimo porcentaje dicen no, de lo cual inferimos que si tienen conocimiento de lo que se puede ocasionar si un niño/a este mal nutrido y los problemas que acarrearía a futuro, nos queda profundizar el tema para que sepan con mayor veracidad de los problemas que pueden prevenir.

## 9.- ¿Está de acuerdo con el rendimiento escolar de su niño(a)?

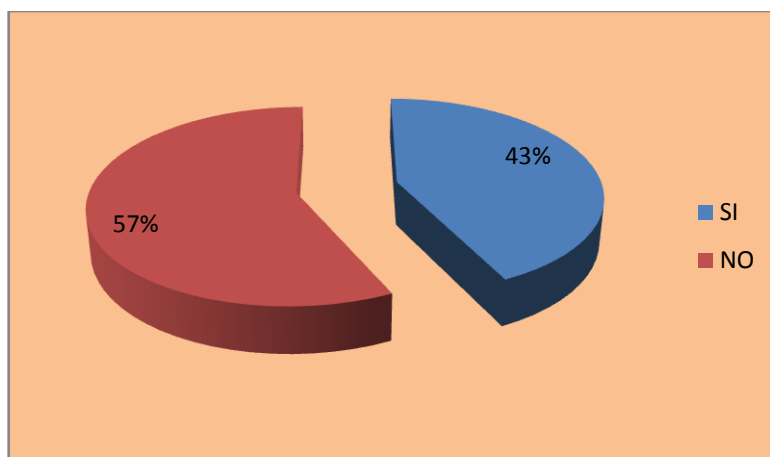
**CUADRO N 9**

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	12	43%
NO	16	57%
<b>TOTAL</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.

**Autores:** Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

**GRÁFICO N 9**



**Análisis e Interpretación:** La mayoría de Padres de Familia dijeron que no, una cantidad mínima dijeron si, de lo cual inferimos que no hay mucho el sentido de responsabilidad y el grado de conciencia porque no a todos les interesa que sus niños se preparen a futuro, pero la labor de maestros es constante en la misión a nosotros encomendada.

10.- ¿Le gustaría informarse más sobre la forma de alimentación que su hijo(a) debe tener a diario?

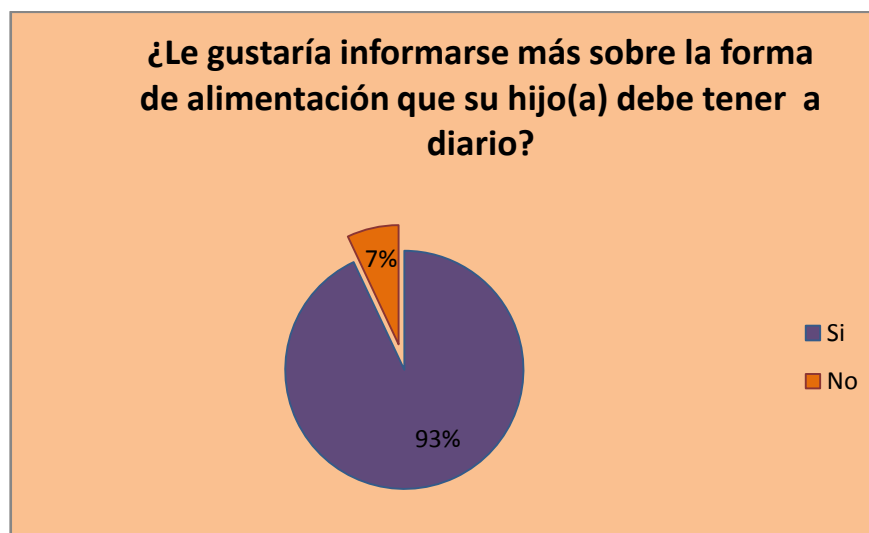
CUADRO N 10

VARIABLE	FRECUENCIA	%
SI	26	93%
NO	2	7%
<b>TOTAL</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta aplicada a los Docentes de la Escuela Juan Benigno Vela.

Autores: Alexandra Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga.

GRÁFICO N 10



**Análisis e Interpretación:** La mayoría de Padres de Familia responde si, un mínimo porcentaje responden que no, de lo cual inferimos que la mayoría están de acuerdo en informarse de las distintas formas de alimentarse, o del valor nutricional de los mismos para así poder ayudar más en el control de alimentos a los niños/as.

### 3.4. COMPROBACIÓN DE HIPÓTESIS

#### CÁLCULO PARAMÉTRICO DE LA HIPÓTESIS

CATEGORÍAS	CONOCIMIENTO SOBRE DEFICIENTE ALIMENTACIÓN Y RENDIMIENTO		TOTAL
	SI	NO	
NIÑOS/AS	118	106	224
DOCENTES	35	5	40
PADRES DE FAM.	180	100	280
TOTAL	333	211	544

#### PLANTEAMIENTO DE LA HIPÓTESIS

**Ho:** La deficiente alimentación no influye en el rendimiento escolar (Hipótesis Nula)

**Hi:** La deficiente alimentación influye en el rendimiento escolar (Hipótesis de Investigación)

**Nivel de significación:** 0,05= 5%

**Grados de libertad:** 1

**Cálculo de valores esperados**

$n_i * n_j$

$$E_{ij} = \frac{\text{---}}{n}$$

224 (333)

$$E_{ij} = \frac{\text{---}}{544} = 137,11$$

224(211)

$$E_{ij} = \frac{\text{---}}{544} = 86,88$$

40 (333)

$$E_{ij} = \frac{\text{---}}{544} = 24,48$$

40 (211)

$$E_{ij} = \frac{\text{---}}{\text{---}} = 15,51$$



544

$$E_{ij} = \frac{280(333)}{544} = 171,39$$

280 (211)

$$E_{ij} = \frac{280(211)}{544} = 108,60$$

CATEGORÍAS	CONOCIMIENTO SOBRE DEFICIENTE ALIMENTACIÓN Y RENDIMIENTO		TOTAL
	SI	NO	
NIÑOS/AS	137,11	86,88	224
DOCENTES	24,48	15,52	40
PADRES DE FAM.	171,39	108,61	280
<b>TOTAL</b>	<b>333</b>	<b>211</b>	<b>544</b>

### Cálculo del estadígrafo

$$X^2 = \sum_{i=1}^r \sum_{j=1}^c \frac{(O_{ij} - E_{ij})^2}{E_{ij}}$$

$$i=1 \quad j=1 \quad E_{ij}$$

$$X^2 = \frac{(118 - 137,11)^2}{137,11} + \frac{(106 - 86,88)^2}{86,88} + \frac{(35 - 24,48)^2}{24,48} + \frac{(5 - 15,51)^2}{15,51} + \frac{(180 - 171,39)^2}{171,39} +$$

$$\frac{(100 - 108,60)^2}{108,60}$$

$$X^2_{cal} = 2,66 + 4,20 + 4,52 + 7,12 + 0,43 + 0,68 = 19,61$$

$$X^2_{cal} = 19,61$$

### Búsqueda del valor en la tabla

$$X^2_{tab} = 3,84$$

**Decisión**

En consideración que el valor de  $X^2_{\text{cal}}= 19,61$  es mayor que el valor de  $X^2_{\text{tab}}= 3,84$ , se rechaza la hipótesis nula.

**Conclusión:**

Aceptamos la Hipótesis Alternativa, en la cual la deficiente alimentación influye en el rendimiento académico de los niños/as de segundo y tercer año de educación general básica de la Escuela “Juan Benigno Vela”.

### 3.5. CONCLUSIONES

Después de haber cumplido con la tabulación e interpretación de resultados hemos llegado a las siguientes conclusiones.

- La importancia que tiene la alimentación en el desempeño académico y en el desarrollo corporal de los niños/as de la Escuela Juan Benigno Vela.
- Desconocimiento por parte de docentes, padres de familia y niños/as de que alimentos son nutritivos y sus beneficios.
- No existe el interés y dedicación por parte de los señores Padres de Familia en cuanto a la preparación del desayuno escolar.
- Educadores/as conscientes que la deficiente alimentación influye en el rendimiento de los escolares
- El bajo rendimiento se da más en niños, que en niñas.
- Los Padres de Familia no se preocupan por el tipo de alimentos que sus hijos se sirven en la escuela y en casa tampoco reciben una alimentación nutritiva.

### **3.6. RECOMENDACIONES**

- Concienciar a la Comunidad Educativa sobre la importancia que tiene la alimentación en el desempeño académico y en el desarrollo corporal de los niños/as de la Escuela Juan Benigno Vela.
- Gestionar convenios interinstitucionales (Escuela – Centro de Salud) para conocer e informarse mejor sobre alimentación, valor nutricional y rendimiento para así trabajar en una forma conjunta sobre alimentación, salud y educación de los estudiantes.
- Que según el calendario establecido los padres de familia colaboren en la preparación del desayuno escolar que sean más responsables y asuman con buena predisposición e incluso que colaboren con algunos implementos necesarios e indispensables para la preparación del mismo.
- Los docentes deben tratar la temática en horas clases, de manera lúdica ya que esto es parte del buen vivir y también debe ser considerado como un eje transversal y así trabajar de manera conjunta en beneficio de nuestros niños/as Escuela y Recinto.
- Desarrollar capacitaciones dirigidas a Docentes y Padres de familia acerca de una alimentación saludable y sobre todo haciendo énfasis en los niños de edad escolar.
- Normar el tipo de alimentos que los niños/as se sirven en la escuela y recomendar a padres, madres de familia una alimentación nutritiva para preparar en casa.

## **CAPÍTULO IV**

### **PROPUESTA**

#### **1. TÍTULO DE LA PROPUESTA:**

Talleres de capacitación dirigida a la comunidad educativa sobre nutrición saludable en escolares.

#### **2. INTRODUCCIÓN**

La principal razón de ser de los talleres es intentar que las madres y padres de familia se den cuenta de que la alimentación ocupa un lugar muy importante en el crecimiento y desarrollo de sus hijos.

El comer, es una de las necesidades del ser humano. En la sociedad actual le damos mucha importancia a la nutrición. Comemos pero la mayoría de veces no comemos bien. Los malos hábitos influyen en la salud y también en la personalidad. Una persona mal alimentada tendrá futuras enfermedades y como consecuencia su carácter se verá mermado debido a este mal que sienten.

La propuesta contrarrestará el hecho de que los niños que van a la escuela sin desayunar muestran una disminución de su capacidad física máxima, esfuerzo, fuerza muscular, y capacidad de concentración y aprendizaje.

La propuesta enfoca dietas fáciles de realizarlos para una buena alimentación y con ellos elevar el rendimiento académico de niños/as. Para un resultado eficiente se trabajará con Docentes, Padres de Familia, Niños/as.

Además del taller se entregará a los participantes un tríptico de fácil manejo, con propuestas alimenticias para escolares.

### **3. OBJETIVO**

#### **GENERAL**

Promocionar hábitos alimenticios en la comunidad educativa por medio del taller de capacitación para entender el significado de alimentación sana.

#### **ESPECÍFICO**

Contribuir con una alimentación saludable en escolares por medio de la elaboración de un tríptico para mejorar el funcionamiento del organismo.

Elaborar talleres de capacitación por medio de temáticas en una correcta alimentación para mejorar el rendimiento académico en escolares.

#### **3.1 ESTRATEGIAS**

- Taller dirigido a Padres, Madres de Familia y Docentes
- Taller dirigido a niños y niñas
- Diseño de un Tríptico

Con la finalidad de llevar adelante el desarrollo de las estrategias proponemos realizarlo en dos días, toda vez que desarrollaremos dos estrategias: una con padres de familia y docentes y la otra con los niños/as de segundo y tercer año de educación general básica de la escuela “Juan Benigno Vela” de la parroquia el Zapotal cantón Ventanas provincia de los Ríos

#### 4. DESARROLLO DE LA PROPUESTA PRIMER DÍA

##### Taller sobre nutrición saludable en escolares.



**1. Saludo y Bienvenida:** Se emitirá un saludo de bienvenida a los participantes del Taller, seguido de una presentación del equipo de investigación.

#### 2. Motivación

##### **Dinámica de Integración: Los alimentos**

Los jugadores se ponen de pie formando un círculo mientras la persona que dirige la dinámica da las sugerencias para llevar a cabo el proceso del juego que consiste en memorizar la letra de la dinámica que es: “diga usted con ritmo nombres de alimentos cada uno de los participantes tendrá que decir el nombre de un alimento sin repetirse el nombre de dicho alimento con aplausos siguiendo el ritmo de la dinámica.

#### 3. Presentación del tema

Como capacitadoras nos corresponde hacer la presentación de la temática en la que se trabajará con docentes, padres de familia y niños temas que ayudaran a solucionar esta

problemática encontrada en esta institución que a permitido desarrollar nuestra investigación.

### **ALIMENTACIÓN DEL NIÑO(A) ESCOLAR**

La alimentación es un factor fundamental que permite a los niños y niñas crecer y desarrollarse saludablemente.

En esta etapa, el consumo de alimentos depende de varios factores: la edad, peso, talla, actividades escolares, lúdicas y sociales.

Se debe educar a nivel familiar y escolar para incentivar el consumo de alimentos de alto valor nutritivo.

En esta edad la alimentación está influenciada por la publicidad a través de los medios de comunicación utilizados por las compañías fabricantes de alimentos masivos (comida rápida y variedad de dulces), que contienen gran cantidad de azúcares simples, ácidos, grasos saturados, colorantes, preservantes, acidulantes, conservantes, oxidantes, nitrificantes, edulcorantes y saborizantes; factores que pueden provocar alergias, malnutrición (déficit y exceso) y caries dental.

En la alimentación del escolar se debe tomar en consideración lo siguiente.

- Promover la formación de hábitos alimentarios saludables en el hogar y en la escuela, para que sean aplicados a lo largo de su vida.
- Brindar un ambiente sano (tranquilo, adecuado, agradable, cómodo) y el tiempo suficiente para la ingestión de los alimentos.
- Motivar a que el escolar mantenga una actividad física permanente, para que exista un buen intercambio de energía entre lo que consume y lo que gasta, ayudándole de esta manera a un mejor desarrollo y crecimiento.





#### **4. Trabajo en Equipos**

Se dividirá en cuatro equipos de trabajo, en cada uno se nombrará una secretaria-relatora y una coordinadora.

Cada equipo realizará la lectura de un documento preparado previamente para el desarrollo del taller.

El primer grupo trabajara desde el tema horario de alimentación

El segundo grupo trabajara en el tema aspectos alimentarios

El tercer grupo trabajara sobre el tema el ejercicio ayuda al niño/a

El cuarto grupo trabajara en el tema bares escolares

#### **HORARIO DE ALIMENTACIÓN**

El desayuno es una comida importante que le proporciona al niño la energía necesaria para el cumplimiento de sus actividades escolares, por lo tanto no debe faltar antes de ir a la escuela.

Se recomienda 5 comidas al día: desayuno colación a la media mañana, almuerzo, colación a la media tarde y merienda.

El escolar debe tener el tiempo suficiente tanto en la casa como en la escuela, para propiciar una buena ingestión, masticación, y digestión de los alimentos.

En cada tiempo de alimentación se debe proporcionar todos los nutrientes necesarios para su crecimiento y desarrollo adecuado.



#### **ASPECTOS ALIMENTARIOS**

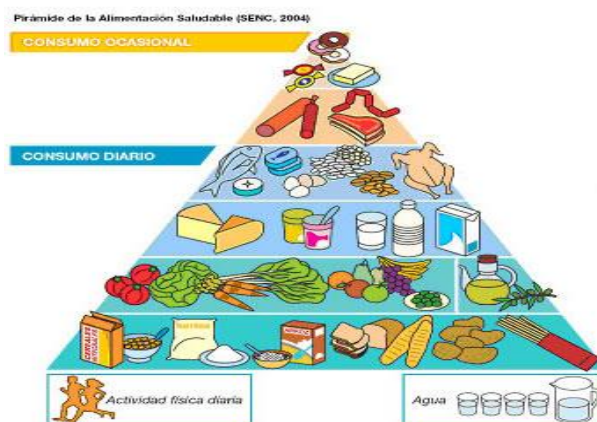
En esta etapa de la vida es importante la adecuada selección de alimentos con un alto calor nutritivo.

Es importante recordar que en esta etapa el escolar debe adquirir hábitos alimentarios e higiénicos que habrán de predominar e resto de su vida, si estos son correctos, contara con buenas bases para su desarrollo físico y mental.

Es por esta razón que en esta edad se debe inculcar el rechazo de alimentos de bajo valor nutritivo, los llamados “chatarra”

La higiene personal y la de los alimentos permitirá que el niño mantenga su salud, para la cual se deben estimular buenas prácticas de higiene como lavarse, las manos antes de cada comida y cepillarse los dientes tres veces al día.

Se debe ofrecer al niño y niña un ambiente familiar rodeado de paz y tranquilidad en todo momento y en especial durante las comidas.



## EL EJERCICIO AYUDA AL NIÑO Y NIÑA



- Aprender a conocer su cuerpo y a saber lo que puede y no puede hacer.
- Gastar más energía y evitar engordar.
- Ayudar al desarrollo y crecimiento.
- Mejorar la capacidad de movimiento y aprendizaje de nuevas actividades.
- Compartir lo que ayuda a tener más amigos y amigas.
- Disfrutar de la naturaleza y de la vida al aire libre.

- Desestresarse y mantener una adecuada salud mental mejorar el rendimiento escolar.
- Tener una mejor salud y una vida armoniosa.
- Para lograr conductas positivas, la familia y la escuela deben unir esfuerzos en la educación y formación de los niños/as; de esta manera, la mejor enseñanza se logra a través de las actitudes y conducta que los niños observan en los adultos.

La lonchera del escolar debe contener alimentos de alto valor nutritivo; por ejemplo, frutas y hortalizas, y evitar por ejemplo, frutas y hortalizas, evitar alimentos de alto contenido energético proveniente de grasas y azúcares simples como hamburguesas, salchipapas, colas.



### **BARES ESCOLARES**

Los bares escolares deben ofrecer una alimentación saludable a los niños/as. Se recomienda que los responsables del bar tengan conocimientos básicos los alimentos y su manipulación y preparación, y que apliquen las normas de higiene adecuada, en la planta física en su higiene personal brindar a los niños/as alimentos nutritivos frescos y naturales, como, frutas, leche, yogurt, jugos de frutas.

Se recomienda que cada preparación contenga alimentos que contribuyan al crecimiento armónico de niños y niñas, que les brinden la energía necesaria para realizar las actividades diarias y que les protejan de las enfermedades.



## **5. Presentación de Trabajos**

Cada equipo tendrá un máximo de diez minutos para exponer su trabajo y lo hará la persona que fue designada secretaria-relatora

## **6. Sistematización**

La facilitadora sistematizará la importancia de una buena nutrición

La etapa escolar se caracteriza por una disminución en la velocidad del crecimiento físico en relación con la etapa anterior.

La alimentación debe asegurar un consumo suficiente en cantidad y calidad de nutrientes, que satisfaga los requerimientos del escolar.

No se debe olvidar que en esta época, por su edad, mantiene una actividad física e intelectual intensa, por lo tanto, el consumo de energía debe ser adecuado.

El ambiente de sus comidas deberá ser agradable. Sus comidas deben tener buen aspecto.

Además, son necesarios periodos de descanso y sueño adecuados de 10 a 12 horas diarias.

Las necesidades de energía dependen de su edad biológica (física e intelectual), peso, talla, actividad escolar y social.

Nunca iniciar dietas para control del peso del niño o niña, sin antes consultar con el médico, ya que solamente el podrá valorar el crecimiento adecuado.

Si existe sobrepeso, la mayoría de las veces es debido a falta de actividad física, la que deberá estimularse.

El horario de alimentación y la distribución de los alimentos durante el día están supeditados en gran medida a la actividad de los escolares.

Es necesario que el escolar tenga sus tres comidas principales y dos refrigerios entre éstas

## **7. Despedida**

Esta será cordial y motivadora para el encuentro del siguiente día. Además se dará unas pequeñas pistas sobre el trabajo del día consecutivo.

## SEGUNDO DÍA

### Taller sobre nutrición saludable en escolares



**1. Saludo y Bienvenida:** Se emitirá un saludo de bienvenida a los niños/as.

**2. Motivación**

**3. Presentación del tema**

Lo realizaremos en base a diapositivas, con la siguiente temática

**¿Por qué, necesitas tomar leche?**

La leche, el yogurt, quesillo y queso te aportan proteínas de buena calidad y calcio.



Las proteínas son esenciales para formar, mantener y reparar los órganos y tejidos de tu cuerpo y para que este funcione normalmente.

El calcio es esencial para que tus huesos crezcan y se mantengan sanos y firmes.



### **¿Cuánto necesitas consumir diariamente?**

3 tazas de leche y 1 yogurt o 1 rebanada de queso.

\* Prefiere la leche con menos grasa.



### **¿Por qué, necesitas comer carne?**

Las carnes te aportan proteínas de buena calidad, hierro y zinc. Estos nutrientes sirven para crecer y para prevenir enfermedades como la anemia. El pescado contiene además grasas que ayudan al desarrollo del cerebro en el niño y previenen las enfermedades del corazón.

Las cecinas, embutidos, las vísceras (hígado, sesos), las carnes rojas (vacuno, cerdo, cordero), contienen grasas saturadas y colesterol. Consúmelas sólo en ocasiones especiales y en pequeña cantidad.

Puedes consumir huevos 3 veces a la semana, en reemplazo de la carne.



### **¿Cuánto necesitas consumir diariamente?**

Una presa de pescado fresco o en conserva, o pollo, o pavo, o 1 taza de legumbres cocidas o 1 huevo.

Prefiere las carnes como pescado, pavo y pollo, porque contienen menos grasas saturadas y colesterol. Así cuidas tu corazón.

### **¿Por qué, necesitas comer verduras y frutas?**

Porque contienen vitaminas, otros antioxidantes, minerales y fibra, necesarios para prevenir la obesidad, las enfermedades del corazón y el cáncer.



### **¿Cuánto necesitas consumir diariamente?**

2 platos de verduras crudas o cocidas y 3 frutas



Si aumentas tu consumo de frutas, verduras y legumbres, te mantendrás sano y en forma.



### **¿Cuánto pan, arroz, fideos o papas necesitas comer?**

- El pan es un buen alimento, elaborado con harina de trigo a la que se ha agregado vitaminas del complejo B, ácido fólico y hierro.



- El arroz, fideos, avena, sémola, maíz o mote aportan hidratos de carbono, proteínas, fibra y calorías.

### **¿Necesitas consumir aceites y grasas?**

Si, 4 a 6 cucharaditas de aceite te aportan los ácidos grasos esenciales para tu salud.

Prefiere los aceites vegetales (oliva, raps o canola, soya, maravilla o maíz) crudos.

Consume frituras sólo en forma ocasional. Come máximo 2 cucharaditas de mantequilla, margarina o mayonesa en forma ocasional.

### **Disminuye tu consumo de azúcar.**

Recuerda que muchos alimentos contienen azúcar en su preparación (bebidas, jugos, mermeladas, galletas, helados, tortas y pasteles). Consúmelos en poca cantidad y en forma ocasional.

### **Disminuye tu consumo de sal.**

Recuerda que las papas fritas, galletas saladas, sulfitos y otros contienen mucha sal.

Come menos de estos alimentos para crecer sano.

### **SUGERENCIAS DE COMIDAS DIARIAS**

Sugerencias de comidas diarias. Comienza bien tu día, con un buen desayuno que incluya leche, pan o cereales y frutas.





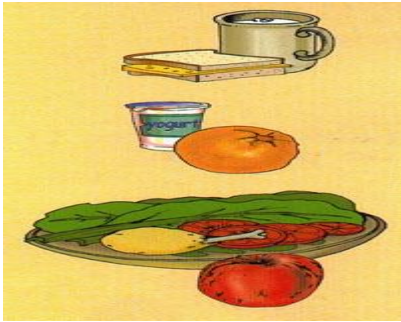
### **Desayuno**

1 taza de leche

1 sándwich de mantequilla o queso

### **Colación**

1 fruta y 1 yogurt



### **Almuerzo**

1 ensalada de lechuga c/ tomate

1 guiso (cazuela, carbonada, legumbres o guiso de verduras), o

1 trozo de pescado, ave, o carne con arroz, fideos, arvejas o choclos.

1 fruta

### **Onces**

1 taza de leche

½ pan con mantequilla

### **Cena**

1 ensalada o guiso de verduras con huevo

½ pan

1 fruta



Realiza a lo menos media hora diaria de algunas de estas actividades

## Muy importante

Alimentos	Cantidad sugerida para el día
Lácteos	3 tazas de leche y 1 yogurt o queso
Pescados, carnes, huevos o legumbres	1 presa 4 veces/ semana o 1 taza de legumbres
Verduras	2 platos, crudas o cocidas
Frutas	3 frutas
Cereales, pastas o papas cocidas	1 o 2 platos
Pan (100gr)	1 1/2 a 2 1/2 unidades
Aceites y otras grasas	6 cucharaditas
Azúcar	Máximo 6 a 8 cucharaditas

## Consejos para estar más sano

- Consume diferentes alimentos durante el día.
- Aumenta el consumo de verduras, frutas y legumbres.
- Usa de preferencia aceites vegetales en tus comidas.
- Prefiere las carnes como pescado, pavo y pollo.
- Aumenta tu consumo de leche, ojala de bajo contenido graso.
- Consume menos sal.
- Consume menos azúcares.

## ¿Por qué es importante hacer actividad física?



- Por que aprendes a conocer tu cuerpo y a saber lo que puedes y no puedes hacer.
- Gastar más energía y evitas engordar.
- Ayuda a tu desarrollo y crecimiento, mejora tu salud.
- Mejora tu capacidad de movimiento y aprendizaje de nuevas actividades.



- Desarrolla tu capacidad para resolver problemas, ayuda a tu inteligencia.
- Te permite compartir, lo que te ayuda a tener más amigas.
- Te permite disfrutar de la naturaleza y de la vida al aire libre.



*No olvides tomar agua...*

**Los juegos sirven para:**

- Compartir.
- Aumentar tu naturaleza.
- Mejorar y aumentar tu flexibilidad.
- Mejorar y aumentar tu resistencia.
- Mejora tu concentración.
- Ser más competente.
- Ser más hábil
- Mas perceptivo.
- Aprender de tus compañeros.



Además a través del juego se resaltan valores como la cooperación, la honestidad, la justicia, el respeto y la capacidad de superación.

Reduce el tiempo que dedicas haber T.V. a jugar en el computador o simplemente a estar sentado.

### **¿Que, actividades debes realizar diariamente?**

- No olvides usar casco cuando andes en bicicleta, patines o en otros Juegos similares.
- Realiza juegos de fuerza como: tracciones, luchas, trepas, saltos, etc. para que tus huesos y músculos permanezcan m s fuertes y tener una buena postura.
- Realiza juegos continuos, llamados de resistencia: juega fútbol, básquetbol, anda en bicicleta, en skate, en patines para que tu corazón y pulmones sean
- Realiza juegos de destrezas y habilidades, con: balones, cuerdas, bastones, paletas, neumáticos y practica juegos de ACROBACIA.
- Juega con tus padres, tus amigos y amigas.



### **6. Sistematización**

Este taller está dirigido a niños y niñas para hacerles conocer que la alimentación saludable juega un papel muy importante dentro de su diario vivir ya que es el medio para el desarrollo de su vida a más de eso hacerle comprender que el desayuno es la comida más importante del día ya que es la que permite la realización de las demás actividades entre ellas el desenvolvimiento en el proceso de enseñanza aprendizaje

La calidad de la alimentación no está en consumir cantidad de alimento si no en la calidad de alimentos que se ingiere.

### **7. Despedida**

Esta será cordial y motivadora con un agradecimiento por la colaboración prestada en este taller.

## 5. EVIDENCIAS DE LA APLICACIÓN

### Primer Día

#### **PROGRAMA CON EL CUAL SE REALIZA EL PRIMER TALLER SOBRE NUTRICIÓN SALUDABLE EN ESCOLARES CON MAESTROS/AS Y PADRES DE FAMILIA.**

- 1.- Palabras de bienvenida y presentación del evento a cargo de la coordinadora del evento Srta. Alexandra Lucía Muñoz Parco.
- 2.- Inauguración del Primer Taller sobre nutrición saludable en escolares por parte de la Srta. Ximena Nataly Zúñiga Parco.

#### **PROCESO DEL SEMINARIO TALLER**

El evento se iniciará a las 9H00 y culminará a las 12H00, en el cuadro no se menciona los minutos de receso ya que estos serán acordados con las participantes.

<b>CONTENIDOS</b>	<b>TIEMPO</b>
Saludo y Bienvenida	10'
Motivación: dinámica de integración	20'
Presentación del Tema	20'
Trabajo en Equipos	30'
Presentación de Trabajos	20'
Sistematización	15'
Despedida	5'
<b>TOTAL</b>	<b>135'</b>

El esquema anterior lo utilizaremos el primer día del taller.

**ASPECTOS OPERATIVOS**

PRODUCTOS	ACTIVIDADES	ABRIL			
		21	26	27	28
Presentación de la propuesta de capacitación	Presentación de la propuesta ante Director del plantel	X			
Comunidad educativa capacitada en una adecuada alimentación que contenga todos los nutrientes necesarios para un óptimo desarrollo tanto físico como mental	Taller sobre nutrición saludable en escolares  Taller sobre la adecuada alimentación  Utilización adecuada de las recetas alimenticias sanas		X	X	X
Informe	Elaboración y presentación del informe.				X

**TALLER DIRIGIDO A PADRES DE FAMILIA NIÑOS/AS Y DOCENTES.**

<b>OBJETIVO</b>	<b>ACTIVIDADES</b>	<b>TIEMPO</b>	<b>RESPONSABLE</b>	<b>RECURSOS</b>
Contar con Personal capacitado en nutrición saludable escolar.	Elaboración del plan del trabajo a seguir en el taller de capacitación	Del 19 al 20 de abril del 2011	Alexandra Muñoz  Nataly Zúñiga	Fotocopias Salón de clases Papelógrafos Esferográficos Carpetas Hojas de papel boom

**ESCUELA FISCAL MIXTA \* JUAN BENIGNO VELA**

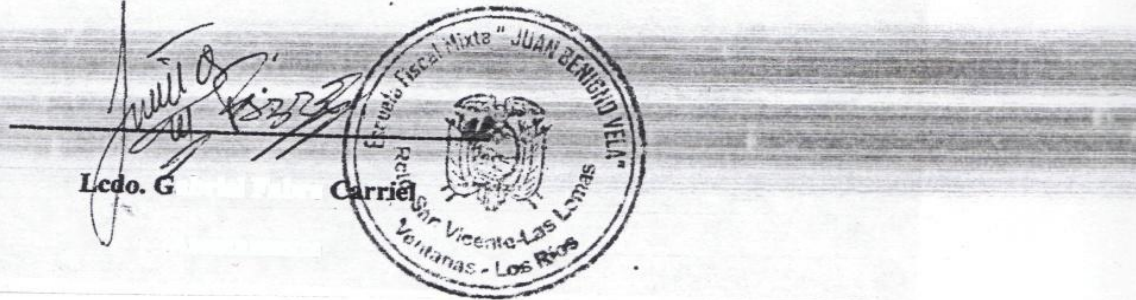
PROVINCIA: Los Ríos CANTÓN: Ventanas PARROQUIA: El Zapotal.

**CERTIFICACIÓN**

En calidad de Director de la escuela "Juan Benigno Vela" digo que las señoritas Alexandra Lucia Muñoz Parco y Ximena Nataly Zúñiga Parco dieron cumplimiento a la investigación con la propuesta Aplicación de Talleres de Nutrición Saludable emitida por las mismas en las aulas de la institución y alimentar de mejor forma a sus niños en casa. De igual forma han contribuido por medio de esta investigación, para que se controle mas en lo que consume el niño (a).

Fue producto de la investigación sobre La Deficiente alimentación afecta el rendimiento escolar de esta justificación realizamos un taller de capacitación sobre nutrición saludable dirigido a Docentes, Padres de Familia y Niños La misma que fue de mucha utilidad y de gran contribución para que los señores Padres de Familia tomen mas énfasis en colaborar y participar en la preparación de desayuno escolar

Es todo cuanto puedo decir en honor a la verdad.



The image shows a handwritten signature in black ink over a horizontal line. Below the signature, the text "Lcdo. G" is printed. To the right of the signature is a circular official stamp. The stamp contains the text "Escuela Fiscal Mixta 'JUAN BENIGNO VELA'" at the top, "Parroquia San Vicente Las Lomas" on the left, "Ventanas - Los Ríos" at the bottom, and "Carriel" on the right. In the center of the stamp is a coat of arms featuring a shield with a sun, a star, and a banner.





## 6. RESULTADOS DE LA APLICACIÓN



Por medio de los talleres hemos alcanzado cumplir con el objetivo planteado en nuestra propuesta no en su totalidad pero si en su gran mayoría.

Se ha visto la gran colaboración y apoyo de los padres y madres de familia para la participación en este taller que ha causado un gran impacto en la comunidad educativa de la escuela Juan Benigno Vela, puesto que son temas de actualidad extraídas de varios autores, lo más importante y necesario, también el aporte de conocimientos desinteresados de las integrantes de la investigación

Por tal motivo creemos que causó gran interés a los lectores, en especial a las personas involucradas en el taller de nutrición saludable ya que les servirá de mucha utilidad en su vida diaria, convirtiéndose así en un instrumento de capacitación.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Besse, J-M. (2004). Decroly: una pedagogía racional. México: Trillas.
2. Bistran Br, Blackburn GL, et al. : Prevalence of malnutrition in general medical patients. JAMA 1976; 235: 1567-70.
3. Calzada LR. Crecimiento del niño. Fundamentos fisiopatológicos. México. McGraw-Hill Interamericana. 1998.
4. Committee on Nutrition, American Academy of Pediatrics: Assessment of Nutritional Status. In: Pediatric Nutrition Handbook. A.A.P.m 4th Edition. 1998; p.165-184.
5. Cooper A. and Heird W.: Nutritional Assessment of the pediatric patient including the low birth weight infant. Am J. Clin Nutr 1982; 35: 1132-
6. Decroly. O. Monchamp, E. (1986). El Juego educativo: iniciación a la actividad intelectual y motriz. Madrid
7. Documento “Guía Didáctica sobre Salud, Alimentación y Nutrición”. Ministerio de Educación. 1998 Pág. 101
8. Documento “Guía Didáctica sobre Salud, Alimentación y Nutrición”. Ministerio de Educación. 1998 Pág. 101
9. Enciclopedia Microsoft Encarta 2002
10. [http://boletin.uc.edu.ve/index.php?option=com\\_content&task=view&id=1471&Itemid=7](http://boletin.uc.edu.ve/index.php?option=com_content&task=view&id=1471&Itemid=7)
11. [http://mingaonline.uach.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S071807052002000100012&lng=es&nrm=iso](http://mingaonline.uach.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S071807052002000100012&lng=es&nrm=iso) .
12. [http://sepiensa.org.mx/contenidos/d\\_bajoapren/aprend\\_1.htm](http://sepiensa.org.mx/contenidos/d_bajoapren/aprend_1.htm)
13. <http://www.balancek.com>.
14. <http://www.drscope.com/privados/pac/pediatria/pal2/sindrome.htm>
15. <http://www.edufuturo.com/educacion.php?c=3020> .
16. <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/000404.htm>
17. <http://www.saludymedicinas.com.mx/nota.asp?id=1033>
18. <http://www.zonamedica.com.ar/enfermedades/explorar/75/Desnutricion>
19. Microsoft Corporación
20. Sitges Serra, A.: Alimentación Parenteral. Bases metabólicas y técnicas. De. Salvat,

21. Wikcionario tiene definiciones para alimentación. Wikcionario.
22. [www.buenastareas.com/...Hábitos-Alimenticios.../1139445.html](http://www.buenastareas.com/...Hábitos-Alimenticios.../1139445.html)
23. [www.elextranewspaper.com/.../la-alimentación-afecta-el-rendimiento-escolar](http://www.elextranewspaper.com/.../la-alimentación-afecta-el-rendimiento-escolar) -
24. [www.hoy.com.ec/...ecuador/los-bares-escolares-con-nueva-normativa-409587.html](http://www.hoy.com.ec/...ecuador/los-bares-escolares-con-nueva-normativa-409587.html)
25. [www.mapfre.com/salud/es/.../alimentacion.shtml](http://www.mapfre.com/salud/es/.../alimentacion.shtml).
26. [www.scribd.com/doc/.../bajo-rendimiento-esolar](http://www.scribd.com/doc/.../bajo-rendimiento-esolar) -  
[creatividadaula.blogspot.com/.../bajo-rendimiento-escolar-en-la-ciudad.html](http://creatividadaula.blogspot.com/.../bajo-rendimiento-escolar-en-la-ciudad.html)
27. <http://www.balancek.com>
28. Wikcionario tiene definiciones para alimentación. Wikcionario
29. [www.pnud.org.ec/Proyectos/ECU\\_94\\_017.html](http://www.pnud.org.ec/Proyectos/ECU_94_017.html) -
30. [www.flacsoandes.org/biblio/catalog/resGet.php?resId=20715](http://www.flacsoandes.org/biblio/catalog/resGet.php?resId=20715) -

**ANEXOS**



5.- ¿Está presto como educador a concienciar a niños/as y padres de familia que deben percibir el desayuno escolar?

SI ( )

NO ( )

6.- ¿La media aritmética del rendimiento escolar del grado es?

Sobresaliente ( )

Muy buena ( )

Buena ( )

Regular ( )

7.- ¿El bajo rendimiento afecta más al:

Niño ( )

Niña ( )

8.- ¿La colación escolar contribuye al rendimiento escolar?

SI ( )

NO ( )

9.- ¿Ha dialogado con los padres de familia sobre el bajo rendimiento de los niños/as? SI ( ) NO ( )

10.- ¿En el bar de la institución expenden productos con valor nutricional?

SI ( )

NO ( )

**GRACIAS**





7.- ¿Cree necesario que el niño(a) se alimente en la jornada escolar?

SI ( )

NO ( )

8.- ¿Cree Ud. Que si un estudiante mal nutrido no se va a enfermar a futuro?

SI ( )

NO ( )

9.- ¿Ud. Esta de acuerdo con el rendimiento escolar de su niño(a)?

SI ( )

NO ( )

10.-¿ Le gustaría informarse más sobre la forma de alimentación que su hijo(a) debe tener a diario?

SI ( )

NO ( )

**GRACIAS**

**ANEXO 3**

**UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR**

**“EXTENSIÓN SAN MIGUEL”**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, SOCIALES,  
FILOSÓFICAS Y HUMANÍSTICAS**

**ENCUESTA PARA LOS NIÑOS (AS).**

Año de Educación Básica.....Edad.....

Fecha:.....

**INSTRUCCIONES:**

Sírvase contestar en forma clara y precisa el siguiente cuestionario, ya que el mismo tiene la finalidad de saber si afecta o no la deficiente alimentación en su rendimiento. Para lo cual solicitamos poner una X en la respuesta que afirme lo que se solicita.

**CUESTIONARIO:**

1.- ¿Desayunas en tu casa?

SI ( )                                      NO ( )

2.- ¿Traes colación escolar?

SI ( )                                      NO ( )

3.- ¿Recibes alimentación escolar en la jornada escolar?

SI ( )                                      NO ( )

4.- ¿Te gustaría seguir recibiendo el desayuno escolar?

SI ( )                                      NO ( )

5.- ¿Te agrada el desayuno escolar?

SI ( ) NO ( )

6.- ¿Cuándo tienes hambre, atiende con la misma dedicación?

SI ( ) NO ( )

7.- ¿Te gustaría recibir el desayuno escolar todos los días?

SI ( ) NO ( )

8.- ¿Sientes alguna molestia o debilidad corporal?

SI ( ) NO ( )

9.- ¿De los siguientes alimentos cuáles consumes más?

Chochos ( )

Tostadas. ( )

Chicles ( )

Bonaice. ( )

**GRACIAS**

## ANEXO 4

### FOTOGRAFÍAS

#### Taller con niños y niñas de Segundo y Tercer Año de Educación General Básica



## **ANEXO 5**

### **RECURSOS.**

#### **RECURSOS TÉCNICOS**

1 Computador

1 Impresora

1 escáner

1 cámara fotográfica

1 grabadora

#### **RECURSOS MATERIALES**

Papel boom formato A4 de 75 gramos

Cds.

Disquetes

Flash memory

Portaminas

Esferos

Marcadores

Tinta para impresora

Copias

Anillados

#### **TALENTO HUMANO**

Profesor asesor

2 Investigadoras

#### **PRESUPUESTO**

##### **TÉCNICOS**

<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>HORAS</b>	<b>COSTO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
1 Computador	70 horas	1,00 c/hora	70,00
1 Impresora	906 hojas	0,10 centavos c/una	90,60
1 escáner	18 hojas	0,40 centavos/una	7,20
<b>SUBTOTAL</b>			<b>167,80</b>

## MATERIALES

DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
Hojas de papel Boom	2 resmas	4,00	8,00
Cds.	5	1,00	5,00
Flash memory	1	9,00	9,00
Uso de internet	30 horas	1,00 c/hora	30,00
<b>SUBTOTAL</b>			<b>52,00</b>

## HUMANOS

DESCRIPCIÓN	Nº de Horas	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
Profesor Asesor	6 asesorías	300,00	600,00
Investigadoras		-----	-----
<b>SUBTOTAL</b>			<b>600,00</b>

## PRESUPUESTO GENERAL

SUBTOTAL 1	167,80
SUBTOTAL 2	52,00
SUBTOTAL 3	600,00
<b>TOTAL</b>	<b>819,80</b>

**Anexo 6**

**CRONOGRAMA**

MESES	AGOSTO 1 2 3 4	SEPTIEM 1 2 3 4	OCTUB 1 2 3 4	NOVIEM 1 2 3 4	DICIEMB 1 2 3 4	ENERO 1 2 3 4	FEBRERO 1 2 3 4	MARZO 1 2 3 4	ABRIL 1 2 3 4
Selección del tema	X								
Elaboración del proyecto de trabajo de grado						X XXX	XXXX	XXX	XXXX
Presentación aprobación del H Consejo Directivo					X				
Recolección información de campo									XX
Análisis e interpretación de resultados									
Elaboración de la propuesta									X
Elaboración del informe final									
Corrección y aprobación de la tesis									
Sustentación final									