UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS,

GESTIÓN EMPRESARIAL E INFORMÁTICA

CARRERA DE COMUNICACIÓN

TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR PREVIO A LA

OBTENCIÓN DE TÍTULO DE LICENCIADOS EN COMUNICACIÓN

FORMA: PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

TEMA:

EDUCOMUNICACIÓN Y SU INFLUENCIA EN LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA GONZÁLEZ SUÁREZ, PARROQUIA SAN SEBASTIÁN, CANTÓN SAN JOSÉ DE CHIMBO, PERIODO AGOSTO-DICIEMBRE 2025.

AUTORES

RONAL PEDRO CACERES MIGUEZ

MARTHA ANGELINE VAICILLA ERAZO

DIRECTOR

LIC. KLÉBER RENATO ROMERO QUIROGA, MGTR.

GUARANDA – ECUADOR
2025

UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, GESTIÓN EMPRESARIAL E INFORMÁTICA

CARRERA DE COMUNICACIÓN

TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR PREVIO A LA OBTENCIÓN DE TÍTULO DE LICENCIADOS EN COMUNICACIÓN

FORMA: PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

TEMA:

EDUCOMUNICACIÓN Y SU INFLUENCIA EN LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA GONZÁLEZ SUÁREZ, PARROQUIA SAN SEBASTIÁN, CANTÓN SAN JOSÉ DE CHIMBO, PERIODO AGOSTO-DICIEMBRE 2025.

AUTORES

Ronal Pedro Caceres Miguez

Martha Angeline Vaicilla Erazo

DIRECTOR

Lic. Kléber Romero Quiroga, Mgtr.

PARES ACADÉMICOS

Lic. Renato Danilo Valle Acebo, Mgtr.

Lic. Jorge Renato Cabezas Ramos, Mgtr.

GUARANDA – ECUADOR

2025

TEMA DE INVESTIGACIÓN

EDUCOMUNICACIÓN Y SU INFLUENCIA EN LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA GONZÁLEZ SUÁREZ, PARROQUIA SAN SEBASTIÁN, CANTÓN SAN JOSÉ DE CHIMBO, PERIODO AGOSTO-DICIEMBRE 2025.

AGRADECIMIENTO

En este trabajo quiero agradecer a Dios por darme sabiduría en mi camino estudiantil a todas las personas que fueron parte de este proceso maravilloso, en especial a mi madre **Clemencia Miguez** y padre **Ángel Caceres** quienes fueron, serán y son el motor de mi vida, quienes guían y forman mi existencia, espero algún día poder retribuir todo lo que hicieron y hacen por mí.

Agradecerle a cada uno de mis familiares quienes han sido una pieza fundamental en este caminar y poder ser ejemplo para ellos, decirles que todo lo que nos propongamos lo podemos alcanzar con esfuerzo y dedicación, los valores que me han inculcado han sido clave para convertirme en la persona que soy hoy en día, gracias por enseñarme que un obstáculo no es una derrota sino una nueva oportunidad para volver a empezar.

Finalmente, quiero agradecer a mis docentes de la Carrera de Comunicación, en especial a mi docente guía de este trabajo Lic. Kléber Romero por su paciencia, dedicación. Quiero agradecer a Martha mi compañera, amiga por su apoyo y paciencia.

Ronal Pedro Caceres Miguez

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, agradezco a Dios por este logro, a mi madre **Verónica Erazo,** mi primer y más grande ejemplo de fortaleza. Gracias, mamá, por enseñarme que las mujeres podemos alcanzar cualquier meta que nos propongamos y por ser el refugio seguro al que siempre pude volver cuando el cansancio me ganaba, a mi padre **Noé Vacilla**. Por su amor incondicional y sus palabras de aliento en las noches de desvelo son el cimiento sobre el cual se levanta este título profesional.

A mi tutor Lic. Kléber Romero, a mis pares académicos, licenciados Renato Valle y Diana Vasquez, que fueron esa guía en este proyecto. Gracias por confiar en mi visión y por exigirme siempre un paso más allá de lo que yo creía posible. Su mentoría no sólo pulió mi rigor académico, sino que también me inspiró a abordar mi Carrera con ética y pasión. Es un honor haber contado con su experiencia y su paciencia durante cada etapa de este último trabajo en vida estudiantil.

A mi amigo y compañero de camino Ronal Caceres, con quien compartí risas, llantos, enojos durante este proceso académico. Este camino fue mucho más ligero y alegre gracias al apoyo mutuo que nos brindamos desde el primer semestre.

Martha Angeline Vaicilla Erazo

DEDICATORIA

Este trabajo está dedicado a mis docentes que fueron la guía y modelo a seguir, que impartieron sus conocimientos con dedicación, vocación y ahínco: Lic. Kléber Romero; Diana Vasquez; Renato Valle; Renato Cabezas.

De manera especial quiero dedicar este trabajo a mi familia porque son las personas que están a nuestro lado, nos dan fortaleza, creen en nosotros, para continuar a pesar de las dificultades.

Y como no dedicarle este trabajo a Dios, por ser quien día a día me da las fuerzas para seguir adelante y no desmayar en mis metas propuestas**.**

Ronal Pedro Caceres Miguez

DEDICATORIA

Dedico mi trabajo a aquellos docentes quienes fueron mi guía y modelo a seguir, a aquellos docentes que me impartieron su conocimiento con dedicación y vocación, a los licenciados: Renato Valle, Kléber Romero, Diana Vasquez y Renato Cabezas.

De manera especial a quienes han sido la guía y ejemplo en este trecho de camino como son mis padres, que son las personas que me enseñaron que aún existe bondad en el corazón de las personas, que pese a las dificultades de la vida hay que continuar, siempre entregando cariño, empatía y más que nada convirtiéndose en ese abrazo que hace que todo lo malo se olvide, en fin, siendo esa gran persona que te apoya con ese soplo de valentía para luchar por tus sueños.

Martha Angeline Vaicilla Erazo

UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLIVAR

UNIDAD DE TITULACIÓN/UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR
CARRERA DE COMUNICACIÓN Y CARRERA COMUNICACIÓN
MODALIDAD HÍBRIDA

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, GESTIÓN EMPRESARIAL E INFORMÁTICA

CERTIFICADO DE VALIDACIÓN

Mgs. Kléber Renato Romero Quiroga, Mgs Danilo Renato Valle Arellano, Mgs. Jorge Renato Cabezas Ramos, en su orden: Director y Pares Académicos, luego de revisar el proyecto de integración curricular en formato digital con fines de validación para acceder al título en licenciados en COMUNICACIÓN

CERTIFICAN

Que, los estudiantes **Ronal Pedro Caceres Miguez. CI 1726093055 y Martha Angeline Vaicilla Erazo. CI 1208670164** cumple con los parámetros establecidos por la UIC y con las exigencias académicas de la **Carrera de Comunicación.**

Guaranda, 12 de mayo de 2026

Mgs. KLÉBER ROMERO
DIRECTOR

Mgs. RENATO VALLE
Par Académico

Mgs. RENATO CABEZAS
Par Académico

UEB | UNIVERSIDAD ESTATAL DEBOLIVAR

BIBLIOTECA GENERAL

DERECHOS DE AUTOR

Yo, Ronal Pedro Caceres Miguez portador de la Cédula de Identidad No 1726093055 y Martha Angeline Vaicilla Erazo portadora de la Cédula de Identidad No 1208670164 en calidad de autores y titulares de los derechos morales y patrimoniales del Trabajo de Titulación: EDUCOMUNICACIÓN Y SU INFLUENCIA EN LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA GONZÁLEZ SUAREZ, PARROQUIA SAN SEBASTIÁN, CANTÓN SAN JOSE DE CHIMBO, PERIODO AGOSTO-DICIMEBRE, 2025, modalidad proyecto de investigación de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN, concedemos a favor de la Universidad Estatal de Bolívar, una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos. Conservamos a nuestro favor todos los derechos de autor sobre la obra, establecidos en la normativa citada.

Así mismo, autorizamos a la Universidad Estatal de Bolívar, para que realice la digitalización y publicación de este trabajo de titulación en el Repositorio Digital, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Los autores declaran que la obra objeto de la presente autorización es original en su forma de expresión y no infringe el derecho de autor de terceros, asumiendo la responsabilidad por cualquier reclamación que pudiera presentarse por esta causa y liberando a la Universidad de toda responsabilidad.

Ronal Pedro Caceres Miguez

Martha Angeline Vaicilla Erazo

ÍNDICE DE CONTENIDO

AGRADECIMIENTO II

AGRADECIMIENTO III

DEDICATORIA V

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR Y PAR ACADÉMICO VI

DERECHOS DE AUTORÍA VII

ÍNDICE DE CONTENIDO VIII

ÍNDICE DE TABLAS XII

ÍNDICE DE GRÁFICOS XIII

ÍNDICE DE ANEXOS XIV

Resumen 1

Abstract 2

INTRODUCCIÓN 3

CAPÍTULO I 5

1. Formulación general del proyecto 5

1.1. Descripción del problema 5

1.2. Formulación del Problema 6

1.3. Preguntas científicas 6

1.4. Justificación 8

1.5. Objetivos 10

1.6. Idea a defender 11

1.7. Categorización de la idea a defender 11

CAPÍTULO II 13

2. Marco Teórico 13

2.1. Antecedentes 13

2.2.14. Comunicación y educomunicación 28
2.3. Marco Conceptual 30
2.4. Legal 32
2.5. Georreferencial 36
CAPÍTULO III 37
3. Metodología 37
3.1. Tipos de investigación 37
Descriptiva 37
Exploratoria 37
3.2. Enfoques de la investigación 38
Cuantitativo: 38
Cualitativo: 38
3.3. Métodos de la investigación 38
Inductivo-Deductivo: 38
Histórico-Lógico: 39
3.4. Técnicas e Instrumentos de recopilación de información 39
Instrumentos 39
Encuestas: 39
Entrevistas: 39
Ficha de observación 39
3.5. Universo, población, muestra 40
Universo 40
Población 41
Muestra 41
3.6. Procesamiento de la información 41

Capítulo IV 42

4. Análisis e Interpretación de los instrumentos de recolección de información 42

4.1. Análisis de datos de las encuestas aplicadas a los representantes del estudiante de la Escuela de Educación Básica González Suárez, parroquia San Sebastián, cantón San José de Chimbo, periodo agosto-diciembre 2025. 42

4.2. Análisis e interpretación de la entrevista aplicada a la licenciada Jenny Lorena Velasco Camacho, rectora de la escuela educación básica González Suárez. 59

4.3. Análisis e interpretación de la entrevista aplicada a la licenciada, Mónica Elizabeth Baño Secaira- nutricionista dietista máster en enfermedades metabólicas, obesidad y diabetes 62

4.4. Análisis e interpretación de la entrevista aplicada al licenciado Danny Rodrigo Saltos Miguez, comunicador social 69

Análisis e Interpretación de la ficha de observación aplicada a los estudiantes de primero año de básica por la licenciada Lorena Velasco, el 5 de enero de 2026. 78

Análisis e Interpretación de la ficha de observación aplicada a los estudiantes de segundo año de básica por la licenciada Lorena Velasco, el 5 de enero de 2026. 79

Análisis e Interpretación de la ficha de observación aplicada a los estudiantes de tercer año de básica por la master, Silvia Ramos, el 5 de enero de 2026. 81

Análisis e Interpretación de la ficha de observación aplicada a los estudiantes de cuarto año de básica por la master, Silvia Ramos, el 5 de enero de 2026. 82

Análisis e Interpretación de la ficha de observación aplicada a los estudiantes de quinto año de básica por la licenciada Nelly Llanos, el 5 de enero de 2026. 83

Análisis e Interpretación de la ficha de observación aplicada a los estudiantes de sexto año de básica por la licenciada Nelly Llanos, el 5 de enero de 2026. 84

Análisis e Interpretación de la ficha de observación aplicada a los estudiantes de séptimo año de básica por la licenciada Nelly Llanos, el 5 de enero de 2026. 85

Resumen de las fichas de observación llenadas por los docentes de la escuela de primero a séptimo año de educación básica 86

Análisis de la ficha de observación realizada por Ronal Caceres y Martha Vaicilla, el 6 de enero de 2026, para verificar si los sujetos de estudios, si consumen o no alimentación saludable. 88

4.3 Discusión de Resultados 89

Capítulo V 91

5. Propuesta 91

5.1. Introducción 91

5.2. Análisis y segmentación del público 92

Tema 93

Datos generales 93

Fundamentación 94

5.3. Objetivos 95

Metodología 97

1. Momento de Provocación (Sentir) 97

2. Momento de Diálogo y Reflexión (Pensar) 97

3. Momento de Experimentación (Hacer) 97

4. Momento de Socialización (Compartir) 97

Recetas 98

Recursos y Materiales 98

Evaluación 99

Instrumentos de Evaluación 99

Resultados Esperados 100

CONCLUSIONES 101

RECOMENDACIONES 102

Bibliografía 103

Anexos 139

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Constitución de la República del Ecuador 2008 33
Tabla 2 Ley Orgánica de Comunicación 34
Tabla 3 Ley Orgánica de Alimentación Escolar 34
Tabla 4 Tipos de canales 42
Tabla 5 Comunicación nutricional 43
Tabla 6 Alimentación adecuada 44
Tabla 7 Tipos de alimentos 45
Tabla 8 Hábitos alimenticios 46
Tabla 9 Evita comer dulces 47
Tabla 10 Conocimiento sobre alimentación saludable 48
Tabla 11 Consumo de alimentos chatarra 49
Tabla 12 Información saludable 50
Tabla 5 Información útil de alimentación saludable 51
Tabla 14 Primer de Básica 78
Tabla 15 Segundo Básica 79
Tabla 16 Tercero de Básica 81
Tabla 17 Cuarto de Básica 82
Tabla 18 Quinto de Básica 83
Tabla 19 Sexto de Básica 84
Tabla 20 Séptimo de Básica 85
Tabla 21 Resumen de fichas de observación de los docentes 86
Tabla 21 Verificación 88

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 Información útil de alimentación saludable 42
Gráfico 2 Comunicación nutricional 43
Gráfico 3 Alimentación adecuada..... 44
Gráfico 4 Tipos de alimentos..... 45
Gráfico 5 Hábitos alimenticios..... 46
Gráfico 8 Evita comer dulces 47
Gráfico 7 Conocimiento sobre alimentación saludable..... 48
Gráfico 8 Consumo de alimentos chatarra 49
Gráfico 9 Información Saludable 50
Gráfico 10 Información útil de alimentación saludable 51

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO 1 Certificado Antipalgio 114
ANEXO 2 Certificado de autorización 115
ANEXO 3 Cronograma 118
ANEXO 4 Presupuesto ejecutado 120
ANEXO 5 INSTRUMENTOS DE RECOPILACIÓN DE DATOS 121
ANEXO 6 Fotografías 131

Resumen

Los hábitos alimenticios son aquellos aprendizajes que adquiere el ser humano desde edades tempranas desde el hogar y es por ello que los padres toman un papel muy importante, ya que, son ellos los responsables de transmitir hábitos alimenticios saludables a sus hijos, por cual este proyecto tiene como objetivo analizar cómo influye la educomunicación en los hábitos alimenticios de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica González Suárez, parroquia San Sebastián, cantón San José de Chimbo, periodo agosto-diciembre 2025, esta investigación se desarrolló bajo un enfoque mixto, en donde los resultados muestran que existen buenos o malos hábitos alimenticios en los niños en edad escolar y que estos tienen una fuerte influencia en lo que miran y oyen a través de los mass media, por lo tanto, se concluye que la adopción de conductas nutricionales saludables en edades tempranas no sólo actúa como un mecanismo preventivo frente a enfermedades metabólicas, sino que influye directamente en la capacidad de concentración y el desempeño escolar.

Palabras clave: Educomunicación, hábitos alimenticios, conductas nutricionales.

Abstract

Eating habits are learned from an early age at home, which is why parents play a very important role, as they are responsible for transmitting healthy eating habits to their children. Therefore, this project aims to analyze how media literacy influences the eating habits of students at the González Suárez Basic Education School, San Sebastián parish, San José de Chimbo canton, during the period August-December 2025. This research was developed under a mixed approach, where the results show that good or bad eating habits exist in school-aged children and that these are strongly influenced by what they see and hear through mass media. Therefore, it is concluded that the adoption of healthy nutritional behaviors at an early age not only acts as a preventive mechanism against metabolic diseases, but also directly influences concentration and academic performance.

Keywords: Educational communication, eating habits, nutritional behaviors.

INTRODUCCIÓN

Los hábitos alimenticios son las normas, costumbres que tienen cada persona al momento de consumir alimentos, se pude decir que este es el primer momento de aprendizaje de un niño o niña en su hogar o es el conocimiento que recibe de su familia y todos los ambientes en que este alrededor de estos sujetos, es decir, todo lo que aprende desde que nació es fruto de la educación. Los niños de 3 a 8 años edad repetirán las mismas acciones de sus progenitores y ellos son considerados los primeros maestros quienes brindan los primeros conocimientos hasta que puedan tomar sus propias decisiones.

Los representantes de los menores de edad tienen la responsabilidad de enseñarles buenos hábitos alimenticios saludables para que puedan crecer y nutrirse de manera adecuada y desarrollar las actividades de forma equilibrada. La información proporcionada, complementada a través de experiencias únicas estimulará el proceso de educomunicación convirtiéndole en conocimientos nuevos que le permite almacenar, procesar y consolidar su enseñanza.

Los pre adolescentes alcanzan un desarrollo adecuado tanto físico como cognitivo cuando tienen una alimentación balanceada durante su niñez, si un pequeño o pequeña no lo está, entonces disminuye la capacidad de aprender, sus habilidades de concentración serán deficientes, es decir, que su comportamiento y rendimiento en clases no será apropiado.

Las personas a partir de ascendencia tienen la necesidad de compartir o expresarse a través de sus emociones transmitiendo así su conocimiento por medio de su cuerpo, que es la herramienta de comunicación. Todos los días de nuestra vida utilizamos este instrumento para transmitir ideas, pensamientos, emociones donde da inicio a la expresión y comunicación el mismo que permite poner en práctica las habilidades y capacidades tanto intelectuales, emocionales y físicas.

Pensar en conocimiento conlleva a considerar grandes estrategias para cambiar o complementar el aprendizaje de manera positiva a través de la educomunicación que beneficie a todos los actores para potencializar los hábitos de consumo alimenticios, facilitando el trabajo de los docentes, estudiantes y padres de familia.

El desarrollo de este trabajo académico está conformado por la siguiente estructura:

Capítulo I. Formulación, descripción y formulación del problema, preguntas científicas, objetivo general y específicos, justificación, idea a defender y categorización del tema.

Capítulo II. Marco teórico, antecedentes como guía de la investigación, fundamento científico, conceptual, legal, georreferencial.

Capítulo III. Metodología, tipos, enfoques, métodos de investigación, técnicas e instrumentos de recopilación de datos, universo, población, muestra y el procesamiento de la información.

Capítulo IV. Resultados, presentación de resultados, análisis e interpretaciones de los instrumentos de recolección de información.

Capítulo V. Propuesta, conclusiones, recomendaciones, bibliografía y anexos.

CAPÍTULO I

1. Formulación general del proyecto

1.1.Descripción del problema

En la Escuela de Educación Básica González Suárez, ubicada en la parroquia San Sebastián del cantón San José de Chimbo, se observa a estudiantes con desconocimientos básicos de los hábitos alimenticios saludables. A la hora del receso escolar, es frecuente que los niños consuman productos ultra procesados, como golosinas, gaseosas y frituras, que reemplazan a alimentos nutritivos como frutas, cereales o preparaciones caseras.

Por esta razón Köncke et al., (2021) sugiere que, es un reflejo de una problemática más amplia en la humanidad, donde el consumo de productos industrializados es generalizado y se asocia a un perfil alimentario desfavorable desde edades tempranas.

Estudios en escolares han demostrado que el alto consumo de estos productos, debido a su exceso de azúcares, grasas y sodio, empeora la calidad de la dieta y se relaciona significativamente con el riesgo de sobrepeso y obesidad. Según la (Organización Panamericana de la Salud, 2019) citado por (Jiménez, Maneschy, & Rupérez, 2021).

Esta situación puede repercutir de manera negativa en la salud de los escolares, reflejándose no solo en problemas de nutrición como malnutrición por exceso o deficiencia de alimentos, sino también en un bajo rendimiento escolar. Ante esto, diversas investigaciones han evidenciado que quienes presentan correctos hábitos alimentarios evidencian un mejor desempeño académico, realzando la importancia de la nutrición en el desarrollo integral de los niños y niñas (Ibarra, Hernandez, & Ventura, 2019).

Si bien la institución educativa cumple un rol formador, pero no siempre dispone de estrategias organizadas que integren la comunicación y la educación en torno a la alimentación. Las charlas esporádicas o campañas informales suelen quedarse en el plano informativo, sin generar un cambio real en la conducta alimentaria de los estudiantes. En este sentido, se evidencia la necesidad de fortalecer las prácticas pedagógicas con un enfoque que logre mayor impacto en la vida cotidiana de los niños.

Macias, Restrepo y Maya (2005) señalan que:" la familia y la escuela cumplen un papel crucial en la formación de los hábitos alimentarios, y la educación para la salud es una herramienta" (pág. 150).

Sin embargo, las estrategias centradas únicamente en la transmisión de información como charlas y conversatorios, a menudo resultan insuficientes para modificar las complejas conductas de consumo.

La educomunicación ofrece herramientas que combinan procesos educativos y comunicativos, favoreciendo la participación activa, el pensamiento crítico y la construcción colectiva de aprendizajes (Coslado Á. B., 2012). Este enfoque va más allá de la simple instrucción, buscando la transformación de conductas a través de la creatividad, el diálogo y la experimentación (Kaplún, 1998, citado en ICBF, 2023) citado por (Barbas, 2023).

En el contexto de la E.E.B. González Suárez, se desconoce con claridad qué prácticas educomunicativas se están aplicando en torno a la alimentación y cuál es su influencia en los estudiantes. Es decir, no se sabe si las metodologías utilizadas fomentan realmente el pensamiento crítico ante la publicidad de ultra procesados o si están generando una participación efectiva de la comunidad educativa.

Frente a este panorama, es necesario realizar un estudio que permita identificar y analizar estas prácticas, con el fin de comprender su alcance y proponer lineamientos que contribuyan a consolidar una cultura alimentaria saludable entre los estudiantes de la institución.

1.2.Formulación del Problema

¿Cómo influye la educomunicación en los hábitos alimenticios de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica González Suárez, parroquia San Sebastián, cantón San José de Chimbo, periodo agosto-diciembre 2025?

1.3.Preguntas científicas

- ¿Cuál es la correlación entre la exposición a mensajes educomunicacionales específicos sobre nutrición (hábitos alimenticios) de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica González Suárez durante el período de agosto a diciembre de 2025?
- ¿Qué diferencias significativas en la efectividad de las herramientas educomunicacionales tradicionales (ej. carteleras, charlas) frente a las digitales (ej. videos, redes sociales)
- ¿Cuáles son hábitos alimenticios positivos en esta población estudiantil?
- ¿Cuál es el nivel de retención y aplicación de los mensajes educomunicacionales relacionados con los hábitos alimenticios por parte de los estudiantes de los diferentes grados (básico elemental, medio y superior) de la Escuela González Suárez?

- ¿Cómo perciben los padres de familia y docentes de la Escuela González Suárez la influencia de las intervenciones educomunicacionales en los hábitos alimenticios de los estudiantes fuera del entorno escolar?
- ¿Podría demostrarse que un programa educomunicacional enfocado en el análisis crítico de la publicidad de alimentos no saludables tiene un impacto medible en la disminución del consumo de estos productos por parte de los estudiantes de la Escuela González Suárez?

1.4.Justificación

La alimentación constituye un aspecto esencial en el desarrollo físico, cognitivo y social de los niños en edad escolar. Una dieta adecuada no solo favorece el crecimiento, sino que también incide directamente en el rendimiento académico y en la prevención de enfermedades relacionadas con malos hábitos alimenticios (Ministerio de Salud, S/N). En este sentido, la escuela, como espacio formador, cumple un papel fundamental en la construcción de una cultura alimentaria saludable.

En la E.E.B. González Suárez de la parroquia San Sebastián, cantón San José de Chimbo, se observa la necesidad de fortalecer los procesos educativos en torno a la alimentación. Aunque existen iniciativas vinculadas al tema, no siempre se encuentran articuladas con un enfoque educomunicativo que permita a los estudiantes comprender, reflexionar y aplicar conocimientos sobre la importancia de una nutrición balanceada en su vida diaria.

La educomunicación, al integrar los procesos pedagógicos con las estrategias de comunicación, se convierte en una herramienta clave para motivar la participación activa de los estudiantes, fomentar la reflexión crítica y promover prácticas que fortalezcan su bienestar (Universidad El Bosque, 2022). Analizar las prácticas educomunicativas relacionadas con la alimentación permitirá comprender el nivel de impacto que tienen en los hábitos de los niños y abrirá la posibilidad de mejorar o implementar nuevas estrategias más efectivas.

La relevancia social de este estudio radica en que busca aportar a la formación integral de los estudiantes, al propiciar cambios que contribuyan a mejorar su salud y calidad de vida. Desde el punto de vista académico, la investigación ofrece un aporte teórico y práctico al campo de la educomunicación, demostrando su aplicabilidad en contextos escolares rurales.

Es trascendental porque su enfoque en la educomunicación representa un cambio de paradigma en la intervención nutricional escolar. No se limita a enseñar qué comer, sino que empodera a los estudiantes para:

Desarrollar un sentido crítico: Permite a los estudiantes analizar la publicidad y los mensajes sobre alimentos, volviéndose resistentes a las influencias externas que promueven dietas poco saludables.

Fomentar la participación activa: El enfoque educomunicativo promueve el diálogo y la creación de sus propios mensajes (radio, carteleras, videos), revirtiendo la baja participación y el déficit de recursos con estrategias creativas y de bajo costo (Kaplún, 1998)

Generar cambios duraderos: Los hábitos se modifican no por imposición, sino por conciencia y reflexión para la acción social.

En este marco, la idea a defender sostiene que: la implementación de prácticas educomunicativas en la E.E.B. González Suárez influirá positivamente en la formación de hábitos alimenticios saludables en los estudiantes, contribuyendo a mejorar su bienestar y desarrollo integral.

Este tema surge de un compromiso ético y social con la educación y la salud comunitaria. La relación no es meramente académica, sino de interés profesional y vocacional en el potencial transformador de la Educomunicación.

La necesidad de esta investigación radica en la convicción de que la educación tradicional no basta para contrarrestar la fuerza de los medios de comunicación y el entorno obesogénico. Al aplicar la Educomunicación, busca transferir herramientas de empoderamiento mediático a la comunidad escolar, permitiéndoles convertirse en agentes activos de su propia salud y bienestar, y no sólo receptores pasivos de información o publicidad. Este enfoque garantiza que la intervención sea más dialógica, sostenible y coherente con el objetivo de forjar una ciudadanía crítica y saludable.

Este estudio se torna importante porque permitirá concienciar en la comunidad educativa (autoridades, profesores, padres de familia y estudiantes) que el contar con una alimentación balanceada, nutritiva aportará al desarrollo cognitivo, físico y psicológico de los estudiantes, es decir, les permitirá desarrollar todas aquellas habilidades y destrezas propias de su edad.

La alimentación se constituye en el eje primordial, en el pilar fundamental, no solo para el desarrollo físico, sino para el óptimo funcionamiento del cerebro. Cuando los niños carecen de una alimentación adecuada, se genera un estado de desnutrición o malnutrición, incluso en su forma oculta por deficiencias de micronutrientes.

La falta de una adecuada alimentación se traduce en una disminución de la capacidad cognitiva de los niños, problemas de concentración, menor memoria de trabajo, lentitud en

el procesamiento de información y una reducida habilidad para el razonamiento abstracto, comprometiendo severamente su rendimiento académico y su potencial de aprendizaje a largo plazo.

Cuando un niño tiene problemas cognitivos debido a una mala alimentación tiene mayores dificultades para adquirir conocimientos y habilidades complejas, lo que limita sus futuras oportunidades educativas y laborales. Por lo tanto, asegurar una ingesta calórica y nutricional balanceada no es sólo una cuestión de salud, sino una inversión crítica en el capital humano de una sociedad.

Abordar la problemática de la mala alimentación en el sistema educativo, más allá de la ingesta de leches, jugos, cereales que entrega el Gobierno, es necesario abordar esta problemática más allá de las fronteras escolares, sino también en los hogares que es dónde se debe tomar en cuenta la importancia de una adecuada alimentación en los primeros años de vida que asegurarán que en los años de juventud y adultez les permita contribuir plenamente al desarrollo social y económico futuro.

1.5.Objetivos

1.5.1. General

Analizar los contenidos informativos sobre los hábitos alimenticios de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica González Suárez, parroquia San Sebastián, cantón San José de Chimbo.

1.5.2. Específicos

- Identificar los hábitos alimenticios actuales de los estudiantes de la E.E.B. González Suárez.
- Conocer la relación entre los hábitos de alimentación saludable, la omisión de comidas, el consumo de alimentos no saludables con la concentración, la asistencia y el rendimiento académico de los estudiantes de la institución.
- Crear un manual informativo con la finalidad de mejorar los hábitos alimenticios en los estudiantes.

1.6.Idea a defender

La implementación de una estrategia de educomunicación integral influirá en la transformación de los hábitos alimenticios de los estudiantes de la Escuela González Suárez, mitigando la omisión de comidas y el consumo de productos ultraprocesados.

Se sostiene que, al fortalecer el conocimiento crítico sobre nutrición mediante productos comunicativos adaptados al entorno rural de San Sebastián, se observará una mejora directa en los niveles de concentración, regularidad en la asistencia y, por ende, en el rendimiento académico general.

De este modo, la comunicación educativa actúa como el eje articulador que vincula el bienestar físico con la eficiencia en los procesos de aprendizaje significativos.

1.7.Categorización de la idea a defender

C1: Educomunicación

C2: Hábitos alimenticios

Categorías	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Técnicas e Instrumentos
C1: **Educomunicación**	Contenido	Calidad y pertenencia de la información	Prefiero la comida rápida (pizza, hamburguesas, papas fritas) a la comida preparada en casa.	**Técnica:** elaboración de 10 preguntas, con opciones de escala de Likert. **Instrumento:** Cuestionario se aplicará a los estudiantes de la escuela.
	Proceso	Herramientas educomunicacionales	Creo que la escuela proporciona suficientes recursos (folletos, videos, carteleras) para que aprenda sobre alimentación.	
	Participación	Individuos, estudiantes	Considero que la publicidad en redes sociales o televisión influye mucho en mi preferencia por alimentos no saludables.	
C2: **Hábitos alimenticios**	Información nutricional y marketing persuasivo	Medios de comunicación y la publicidad	¿Existen programas o proyectos institucionales fijos que integren la nutrición y la comunicación (Educomunicación) de forma transversal en el currículo escolar?	Técnica: elaboración de 6 preguntas base del cuestionario de la entrevista Instrumento: Entrevista:
	Interacción Social	Prácticas sociales	¿Qué tipo de recursos o materiales comunicacionales (como equipos de audio/video, software de edición o kits didácticos sobre nutrición) están disponibles actualmente para que los docentes desarrollen actividades educomunicativas?	
	Aprendizaje crítico	Hábitos saludables	¿Cómo evalúa la Dirección de la escuela la influencia de la publicidad de comida no saludable en el entorno escolar y familiar de los estudiantes?	

Elaboración propia

CAPÍTULO II

2. Marco Teórico

2.1.Antecedentes

En la investigación sobre los medios de comunicación y su papel en la difusión de una alimentación sustentable en favor de niños y adolescentes, desarrollado por Reyes et al., (2024) tuvo como objetivo determinar la importancia de los medios de comunicación en el fomento de los hábitos alimenticios sustentable entre niños y adolescentes, en el estudio se utilizó una metodología cuantitativa, un taller técnico y un foro político con la participación de los actores claves.

Se concluyó en la investigación que los niños, niñas y adolescentes están expuestos a publicidad de alimentos altos en grasa y bebidas azucaradas que pueden contribuir a que su preferencia sean los alimentos no saludables ocasionando graves daños a su salud física y mental; por lo tanto, se deben adoptar algunos acuerdos con respecto a las estrategias que seguir para prevenir y producir cambios en las tendencias observadas.

En el trabajo Comunicación semipresencial en la promoción de alimentación saludable a madres de familia de escolares aplicado por Hernadez y Montoya (2022) tuvo un enfoque cuantitativo, puesto que recolectó, analizó y se vinculó los datos cuantitativos obtenidos a lo largo de este, tales como medición y observación de los hábitos alimenticios de los escolares mediante una encuesta de recordatorio de 24 horas, frecuencia alimentaria, mismas que fueron aplicadas a las madres de familia, así como el efecto logrado de las pláticas semipresenciales de educación nutricia y partidas a la población seleccionada, para mejorar las costumbres alimentarias.

Para la autora Aguirre (2023) es este trabajo se determinó la relación entre publicidad televisiva y hábitos alimenticios en escolares del primer y segundo grado del nivel secundario de la I.E. Marcos Duran Martel. Los métodos desarrollaron un estudio analítico, transversal, prospectivo en 184 escolares evaluados a través de un cuestionario de publicidad televisiva y un cuestionario de hábitos alimenticios previamente validados.

Globalmente, 66,8% de alumnos evaluados fueron adherentes a la publicidad televisiva y 33,2% no fueron adherentes a este tipo de publicidad. Asimismo, los escolares mostraron hábitos alimenticios no saludables y 38,6% tuvieron conductas alimenticias saludables. La publicidad televisiva se relacionó significativamente con los hábitos alimenticios de los escolares del primer y segundo grado de nivel secundario de la institución educativa en estudio.

En este estudio aplicado por Calero y Ante (2022) trato sobre la incidencia de la actividad física para mejorar la calidad de vida y la formación integral de los estudiantes de séptimo año de Educación Básica en la Unidad Educativa Manuelita Sáenz de la provincia de Cotopaxi, cantón Latacunga en el año 2021-2022, que tuvo como objetivo orientar y fomentar la práctica de actividades físicas innovadoras en los individuos, para gozar de una buena salud y desarrollo integral beneficiando en su proceso de enseñanza aprendizaje.

En el marco metodológico, se da a conocer el enfoque cualitativo y cuantitativo, tipos de investigación, métodos, técnicas e instrumentos que se utilizó en la investigación para recolectar los datos necesarios que fueron representados en tablas y gráficos circulares para su análisis e interpretación, de esta forma se pudo evidencias que la mayoría de estudiantes ocupan más tiempo en las redes sociales, sintiendo desinterés por realizar actividades deportivas, afectando su desarrollo físico e intelectual.

Se considero el "Análisis del contenido del programa Educa TV en el periodo enero-junio 2022 y su impacto en la audiencia juvenil en la ciudad de Riobamba, provincia de Chimborazo" de la autora Vargas (2023) definió los conceptos de educomunicación con los que trabaja el proyecto Educa TV, se analizaron los contenidos visuales y textuales del programa y se estableció el impacto que ha tenido en la audiencia juvenil.

Estuvo bajo la concepción de un enfoque mixto, se utilizaron técnicas como la observación, la entrevista para recolectar datos y realizar el análisis de contenido cualitativo, la encuesta fue aplicada a 374 jóvenes de distintas unidades educativas públicas de la ciudad.Se concluye con los resultados obtenidos que el programa Educa TV ha tenido un impacto positivo en los jóvenes de la ciudad de Riobamba, contribuyendo a la educación y formación de los adolescentes en temas importantes y en diversas áreas, como salud, medio ambiente, arte y la tecnología.

Para Cabrera (2025) analizó el impacto de los contenidos difundidos por el programa EducaRadio en el año 2021, con un enfoque especial en aquellos sectores de la población con acceso limitado a otros recursos educativos. A través de un análisis detallado de la programación.

La metodología de esta investigación fue mixta (cuanti-cualitativa), ya que combino el análisis de contenido y entrevista a personas expertas en educación, comunicación y en radio comunitaria. Lo que permitió explorar tanto el contenido de los programas como la percepción de los oyentes. Los resultados obtenidos en esta investigación permitieron comprender mejor el papel de la radio educativa en la sociedad actual y, específicamente, el aporte de EducaRadio en la formación de ciudadanos críticos y participativos.

El trabajo de investigación, titulado " Nutriendo la identidad: Un Análisis del sentido social de los hábitos alimenticios entre estudiantes no locales de la carrera de sociología en la Universidad Estatal de Bolívar 2024 ", del autor Bonilla (2024)

El objetivo de la investigación analizo el sentido social de los hábitos alimenticios entre estudiantes no locales de sociología en la Universidad Estatal de Bolívar en 2024. Se empleó una metodología cualitativa que incluye investigaciones bibliográficas, de campo y analítica, utilizando el focus group basado en la observación y diálogo con los estudiantes. los estudiantes no locales están influenciados por sus antecedentes socioculturales, permitiéndoles mantener una conexión con su identidad y origen. Sin embargo, esta identidad puede verse afectada por el nuevo entorno, llevándolos a optar por comidas más económicas o rápidas debido a la falta de tiempo o recursos.

En el trabajo de Veloz y Chacha (2022) Cuidados Culturales E Integrales Aplicados A Niños Con Desnutrición Menores De 4 Años. Cdi Guaranga. Parroquia Simiatug. Periodo Diciembre 2022 – Abril 2023 tuvo como objeto determinar los cuidados culturales e integrales aplicados a niños con desnutrición menores de 4 años. La metodología presenta un enfoque cuantitativo y de tipo descriptivo.

Los resultados mostraron que los niños presentan la falta de suficiente comida nutritiva, la falta de conocimiento sobre nutrición y los escasos recursos económicos para adquirir los alimentos adecuados, de tal manera que existe la necesidad de elaborar una guía alimentaria con los componentes esenciales en alimentación y nutrición para el Centro de Desarrollo Infantil Guaranga y como resultado se presenta la guía alimentaria con los componentes esenciales en alimentación y nutrición infantil.

2.2.Marco Científico

2.2.1. Fundamentos de la Educomunicación

Desde una perspectiva filosófica, la comunicación se puede entender desde varios constructos como lo señala Romero (2014) en griego Kynos, Koynonia; en latín Comunis; en anglosajón Communication, cuya traducción final es poner algo en común; sin embargo, para Kaplún (2002) se basa en su significado original derivado del latín comunnis, este es más profundo porque establece al diálogo como un intercambio mutuo y de relación bidireccional (p. 9 - 60).

La acepción más difundida hoy en día la reduce al modelo lineal de la transferencia: la simple acción de emitir o informar un mensaje. En esencia, para los autores Kaplún comunicar es "poner algo en común" con otro, lo que da origen a la comunidad y a la comunión, haciendo que un elemento, ya sea una idea, una experiencia o un sentimiento, se comparta y se viva colectivamente (p. 60).

Este concepto es compartido por Satz (2009) además, afirma que la comunicación es un fenómeno de carácter social que comprende todos los actos mediante los cuales los seres vivos se comunican con sus semejantes para transmitir o intercambiar información. Comunicar significa poner en común e implica compartir (p.8).

Entender la comunicación, desde la perspectiva de varios teóricos, es adentrarse en un amplio debate académico y científico. Para Romero (2014) es el eje transversal y vehículo primordial para la interrelación entre los seres humanos. “Es una categoría importante y necesaria para entender la dinámica y el movimiento que se da dentro de la sociedad, constituyendo una base esencial tanto para el desarrollo individual como para el grupo” (p.9).

En cambio, desde la mirada de los teóricos clásicos, se la debe comprende a la comunicación como un proceso complejo de interacción simbólica, es decir, donde los significados se construyen y se comparten, siendo crucial la correspondencia entre los símbolos emitidos y los símbolos recibidos; y, además, enfatiza que cuando hay una correspondencia entre los símbolos que los seres humanos utilizan se alcanza el "éxito en el proceso comunicativo", así lo señala (DeFleur, 1975, págs. 76-80)

El concepto de comunicación se centra en el emisor, en el mensaje o en el receptor, todo depende de la mirada que tenga el autor, en el caso de Wilbur Schramm (1954) en su libro The Process and Effects of Mass Communication, señala que es un proceso compartido de signos, porque sólo ocurre cuando el mensaje y el código son compartidos, además, pone énfasis en lo que denomina "campo de experiencias comunes entre el emisor y el receptor para que el mensaje sea comprendido" (p.12).

Esta idea se complementa con la propuesta y paradigma de Lasswell (1948), quien en sus estudios bajo el título 'La Estructura y Función de la Comunicación en la Sociedad', sostiene que la comunicación es un acto de transmisión funcional y se sostiene en una estructura que permitirá el análisis de cualquier tipo de acto comunicativo basándose en cinco preguntas claves: ¿quién dice qué, por qué canal, a quién y con qué efecto?

Este se sustenta en el que se considera como el primer modelo de la comunicación, el Aristotélico, que a través del discurso persuasivo (retórica) le da sentido a la idea central de que su objetivo principal es convencer y persuadir al otro, como lo señala David K. Berlo, en su obra 'El proceso de la comunicación: Introducción a la teoría y la práctica' (2000, pág. 5)

Esta idea se ve reforzada por Manuel Castells (2009), quien también considera que la comunicación es un proceso de poder, es decir, tiene la capacidad de influir en las decisiones que se ejerce mediante la comunicación y la construcción de significados y que es sustentado por Foucault (2002) en su texto: 'Vigilar y Castigar: nacimiento de la prisión' cuando afirma que "el poder se ejerce a través de la construcción de significados mediante los discursos y se convierte en el campo de batalla de la política y las relaciones sociales".

Sin embargo, la comunicación ya no sólo se le entiende desde el alocución mediática, mecanicista, humana, física, psicológica, socio-psicológica, sino que ahora ya hay un

discurso compartido y de narrativas abiertas que trasciende los límites físicos y temporales., como lo sostienen Núñez-Gómez et al. (2024), quienes afirman que, debido a la influencia de la tecnología, la comunicación está disponible de forma instantánea y constante; por lo tanto, deja de ser lineal para convertirse activa porque el receptor es quién elige qué puede consumir, modificar o ampliar los relatos a través de medios y plataformas.

Desde su lógica Castells M. (2001) entiende a la comunicación desde la autonomía y diversidad de los medios de comunicación que permitió el impulso de la tecnología a través del hipertexto digital, multimedia interactivo, satélites, comunicación por ordenador, el mismo que "llevó a la diversificación de los modos de comunicación y acabó con las formas tradicionales de control gubernamental de la televisión y la radio, que antes era común en la mayoría de los países" (p.238).

Habermas (1984) entiende la comunicación, contrastándola con la acción instrumental o estratégica, que se encuentra en su obra fundamental Teoría de la acción comunicativa.

> la acción comunicativa es la interacción social en la que los participantes buscan llegar a un entendimiento mutuo y racional. No busca imponer un resultado, sino coordinar acciones a través del discurso argumentativo y libre de coerción para alcanzar un consenso. Esta acción contrasta con la acción instrumental o estratégica, que está orientada al éxito o al control de otros (p.479 -489).

En el libro 'De los medios a las mediaciones', se plantea estudiar las mediaciones, que para su autor Jesús Martín Barbero (2001) son los lugares a partir de los cuales se produce y se decodifica el sentido del mensaje. Afirma que estas mediaciones no son los mass media como la televisión, la radio, medios impresos, sino más bien los filtros culturales que intervienen entre la producción y la recepción, como la matriz cultural, la cotidianidad familiar y las tradiciones populares. A diferencia de Castells para Barbero, la comunicación se debe comprender como un proceso cultural complejo y no como una mera transmisión tecnológica.

Comunicación desde los clásicos

Desde la perspectiva de los autores clásicos -de acuerdo a la época- se plantean diferentes conceptos sobre comunicación, partiendo desde el más simple que es entenderle como ese proceso que permite a los seres humanos relacionarse entre sí, a partir de evocar los mismos significados y significantes (Paoli, 2013).

> La comunicación implica que dos o más sujetos evoquen un significado en común mediante el uso de significantes como palabras o gestos. Sin embargo, aunque los sujetos puedan evocar algo en común, el contexto social puede darle diferentes sentidos. La comunicación requiere de experiencias compartidas y significados comunes, pero estos significados pueden interpretarse de maneras distintas dependiendo de factores como la cultura o posición social de cada sujeto (p.11 - 17).

En los Estados Unidos, en los años 30 nace un movimiento formado por un grupo de científicos sociales que —algunos sin ser comunicadores— se interesan por el estudio de la comunicación, por lo que son denominados como los 'padres de la comunicación', entre los que se destacan: Paul Lazarsfeld (1948); Kurt Lewin (1948); Harold Lasswell (1948) y Carl Hovland (1949)

Paul Lazarsfeld (1948) es uno de los fundadores de la Mass Communication Research moderna, uno de sus postulados es la Teoría del Flujo en Dos Pasos, que consiste en la influencia de los medios de comunicación en los líderes de opinión y de estos hacia la sociedad. Por su parte, Kurt Lewin (1948) su propuesta comunicacional se centra en la Teoría de Campo, la misma que establece cómo la conducta de una persona está en función de su ambiente psicológico en el que, además, se integran las necesidades, metas, experiencias de atracción o repulsión del entorno tal cual como las percibe del ambiente en el que se desenvuelven.

Una de las contribuciones a las ciencias sociales, la política y la comunicación de parte de Harold Laswell (1948), es la de plantear su paradigma centrado en una fórmula de cinco preguntas que permitan resolver el proceso de comunicación y que son: quién; dice qué; en qué canal y con qué efecto, mientras que para Carl Hovland (1949) ocupó sus

investigaciones en la persuasión regida por la retórica de Aristóteles y David K. Berlo (2000) y cuáles son los efectos de la comunicación, siendo su premisa o postulado cómo la persuasión sirve como proceso de aprendizaje para que el receptor (individuo) pase por varias etapas de carácter cognitivas y se logre el cambio de actitud.

La comunicóloga mexicana Martha Rizo García (2012) lleva al concepto a otro nivel académico y filosófico cuando reflexiona sobre la naturaleza interdisciplinar, multidisciplinar y transdisciplinar de la comunicación como campo de estudio (p.7).

Su postura se basa en que la comunicación por su condición de fenómeno polisémico (múltiples significados o acepciones) y su complejidad de omnipresencia (presencia en todas partes) en la vida de los seres humanos no puede ser abordada desde una única disciplina.

2.2.2. Desde las Teorías de la Comunicación

Para comprender a la Comunicación se necesita dar una mirada a las teorías de la comunicación como a sus modelos clásicos para establecer en este marco científico a la comunicación como un proceso, desde la postura de (Paoli, 2013)

2.2.2.1.Teoría Funcionalista

Desde la postura de Paoli, (Comunicación e información: nuevas perspectivas teóricas) su teoría se enfoca en el rol de la comunicación para el mantenimiento y la estabilidad del sistema social o tejido social, es decir, la sociedad, en su conjunto. Se sostiene en los postulados de la sociología de autores como Emilio Durkheim, Talcott Parsons y aplicados a la comunicación por el politólogo Harold Lasswell y Robert K. Merton, quienes conciben a la sociedad como un organismo con partes interdependientes.

La comunicación masiva es una de esas partes y cumple funciones vitales para la supervivencia y cohesión del sistema:

1. Vigilancia del entorno: Recoger y distribuir información.

2. Correlación de las partes: Interpretar y prescribir respuestas al entorno.

3. Transmisión del legado social: Socialización y educación de nuevas generaciones.

4. Entretenimiento

La comunicación, por lo tanto, es funcional cuando contribuye al equilibrio social y disfuncional cuando genera inestabilidad, en líneas generales, esto es lo que posibilita que una sociedad pueda subsistir en su entorno.

La comunicación, por lo tanto, es funcional cuando contribuye al equilibrio social y disfuncional cuando genera inestabilidad; en líneas generales, esto es lo que posibilita que una sociedad pueda subsistir en su entorno.

El autor define esta teoría como una fusión de diversos enfoques que comparten una visión de carácter "instrumentalista" de las reglas que rigen a la sociedad. En este sentido, la comunicación deja de ser un fenómeno aislado y se convierte en una institución esencial que tiene por misión principal la satisfacción de una serie de necesidades que carece la sociedad en su conjunto.

Sostiene que, a pesar de la aparente homogeneidad de la sociedad, prevalece la heterogeneidad de las diversas conductas humanas, las mismas que deben ser satisfechas por estructuras organizadas, es decir, las instituciones, para garantizar su continuidad, siendo las más comunes y básicas, como la alimentación, la salud e incluso el afecto.

Paoli (2013) en su explicación teórica, usa la analogía biológica (funcionamiento del cuerpo humano alrededor de la función y disfunción de sus órganos) y la compara con la sociedad, esto lo hace para comprender de mejor manera la interdependencia de los elementos sociales; así como también cómo el desequilibrio de uno de estos puede provocar una disfunción.

> La sociedad humana es un organismo interrelacionado, cuyos elementos forman una estructura donde cada uno de ellos se afecta si alguno deja de funcionar. Así, el símil o la metáfora de la interrelación biológica del cuerpo humano, es útil para contrastarlo con el ser social: si el hígado se paraliza, todo el sistema biológico se ve en problemas (p.24).

Bajo esta lógica organicista, los medios de comunicación masivos se interpretan como órganos que cubren requerimientos específicos de la estructura social. El análisis

funcionalista, por tanto, se enfoca en determinar si estos medios cumplen su papel o si, por el contrario, generan fallos en el sistema.

Al respecto, menciona que "los funcionalistas consideran que los medios de comunicación pueden estudiarse como instituciones que cubren ciertas necesidades de la estructura" (p.124). Esta visión implica que la comunicación es exitosa cuando fomenta el consenso y permite que los ciudadanos convivan de forma productiva y armoniosa.

Para comprender de mejor manera la postura del autor alrededor de las disfunciones que ocurren en la sociedad, las considera como motores de cambio que no requieren rupturas violentas. El autor explica que las crisis suelen propiciar la búsqueda de nuevas soluciones dentro del orden establecido, permitiendo que la sociedad se modernice y genere nuevos puntos de equilibrio. De este modo, el sistema social demuestra una capacidad de autorregulación que absorbe las tensiones para transformarlas en una evolución paulatina.

Asimismo, destaca que, para el funcionalista, el orden social es algo que puede constatarse a nivel fenoménico, es decir, a través de la observación directa de cómo las instituciones se prestan servicios mutuos.

Entonces, la comunicación, en este sentido, se define como el acto de "compartir una orientación con respecto a un conjunto informacional de signos". Es un proceso donde la pluralidad de individuos converge en una unidad de significados comunes que permiten la acción social coordinada.

En cuanto a la estructura, afirma que, para algunos autores funcionalistas, las relaciones entre sujetos dentro de una institución configuran redes que se entrelazan en un sistema mayor (p.125). Esta interrelación no sólo ocurre entre personas, sino también entre las propias instituciones, que esperan comportamientos preestablecidos de sus contrapartes para evitar crisis globales. El mantenimiento de este engranaje es lo que garantiza que el cuerpo social permanezca saludable y operativo.

Finalmente, Antonio Paoli utiliza la siguiente metáfora: la comunicación es el pegamento que cohesiona a la sociedad, por medio del cumplimiento de múltiples funciones expresas que son propias de la naturaleza humana, en donde los procesos comunicativos aseguran que el sistema pueda adaptarse a los cambios sin perder su esencia integradora, es

decir, que la sociedad debe entendérsela como una totalidad que depende de esa circulación constante de significados que le posibiliten sobrevivir al paso del tiempo (p.124 - 126).

2.2.3. Teoría Estructuralista

Se enfoca en el sistema de signos y códigos subyacentes que construyen el significado, más allá del mensaje manifiesto. Esta teoría de la lingüística de Ferdinand de Saussure (1945), esbozada en su obra Curso de Lingüística General, mientras que el análisis cultural de Roland Barthes (1999) se basa en romper con la ideología que se oculta en los productos y fenómenos de la cultura de masas a través de la herramienta de la semiología. Y Claude Lévi-Strauss. (1987) que en su obra Antropología Estructural plantea que la comunicación no forma sólo parte del lenguaje que va de los signos a los símbolos de (De Saussure, 1945) sino de todos los sistemas de intercambio que dan en la cultura, llámese estos parentescos, mitos, arte, y cocina (p.200 - 205).

Por lo tanto, la comunicación no es un proceso lineal (Paoli, 2013), sino la puesta en funcionamiento de un código. El concepto central es el de semiología o semiótica: el estudio de los signos y los sistemas que los organizan (De Saussure, 1945) y (Barthes, 1999). Entonces, la tarea del estructuralista es desvelar el código que subyace al mensaje, entendiendo que el significado no reside en el objeto mismo, sino en el sistema de diferencias que lo define.

2.2.4. Teoría Crítica o Marxista

Esta teoría se enfoca en la Escuela de Frankfurt en la relación entre comunicación, poder, ideología y dominación económica. Sus principales exponentes son Horkheimer (2007) y Adorno T (2007), Asimismo, Habermas (1984), quien critica fuertemente al funcionalismo por ser acrítico. Su concepto central es la Industria Cultural.

Horkheimer y Adorno (2007) argumentan que en la Industria Cultural los medios masivos no son herramientas de arte o información, sino un sistema productivo que convierte la cultura en mercancía. Esta industria produce bienes estandarizados y homogéneos con el fin de obtener ganancias y, simultáneamente, manipular y pacificar a las masas, impidiendo el pensamiento crítico y la emancipación.

> Esta dominación se manifiesta en la Industria Cultural (cine, radio, etc.). Esta industria transforma el arte en una mercancía estandarizada y predecible. Al hacerlo, impide la crítica social y la autonomía individual. El entretenimiento masivo garantiza la pasividad y la sumisión de las masas (p.165).

Los pensadores Gramsci (1975) y Althusser (1970) en sus postulados estuvieron influenciados por el Marxismo, ellos sostienen que los medios son un aparato ideológico del Estado que legitima el statu quo y la dominación de la clase hegemónica, haciendo que las estructuras de poder parezcan naturales.

En síntesis, el objetivo de la Teoría Crítica es exponer la manipulación y la ideología incrustada en el sistema comunicacional desde las grandes industrias culturales que han centrado su poder en los mass media.

2.2.5. Teoría de la Aguja Hipodérmica

Esta teoría, aunque clásica y posteriormente criticada, también conocida como Bala Mágica, sirve para establecer el punto de partida de los estudios de efectos de la comunicación, los mismos que sostienen los mensajes de los medios de comunicación tienen una fuerte influencia sobre las audiencias, Berlo (2000) plantea su metáfora que esto es como una jeringuilla que inyecta información directamente en la mente de las personas Se utiliza para contrastar la comunicación eficaz moderna, que es dialógica, frente a un modelo antiguo que veía al receptor como pasivo.

DeFleur (1975) cita a Lasswell (1948) quien describe cómo la sociedad de masas y la psicología conductista se combinaron para formar la "perspectiva mágica de la bala", que es otro término para la aguja hipodérmica (p.25 -27).

2.2.6. Modelo lineal y matemático

Este modelo se fundamenta desde una perspectiva estructural y técnica desde la visión de Shannon y Weaver (1949) plantean -desde su lógica- “lineal sencillo” que busca la transferencia de información de una fuente a un destino. Sus componentes claves o esenciales son la fuente, el transmisor, el canal, el receptor y, crucialmente, el ruido, este es un elemento nuevo que pone en evidencia la interferencia que debilita el mensaje dentro del proceso comunicacional.

2.2.7. **El Modelo Funcionalista**

Laswell sostiene que este modelo establece las bases para el análisis de cualquier acto comunicativo, proporcionando una estructura funcional. La comunicación se describe a través de cinco preguntas funcionales: ¿Quién dice? ¿Qué? ¿Por qué canal? ¿A quién? ¿Con qué efecto?

2.2.8. Corriente Crítica de la Comunicación

La Corriente Crítica de la Comunicación constituye el cimiento filosófico de la Educomunicación, pues cuestiona el papel de los medios en la simple reproducción social y aboga por un enfoque dialógico y transformador (Freire, 1970). Esta perspectiva se remonta a la Escuela de Frankfurt, donde autores pioneros como Horkheimer y Adorno (1947) analizaron cómo los medios de comunicación masiva, bajo una lógica industrial, promueven la pasividad y la reproducción de las estructuras de poder.

Desde esta visión, la comunicación no puede limitarse a la transmisión unilateral de información (modelo lineal), sino que se concibe como un acto de construcción activa del conocimiento y de cambio en las relaciones sociales, según Habermas (1984) con su Teoría de la Acción Comunicativa, establece que la comunicación auténtica, basada en el diálogo racional y libre de coerciones, es fundamental para alcanzar el consenso y transformar estructuras sociales injustas. En el contexto educativo, esto empodera al individuo como sujeto activo capaz de incidir en su entorno, como es el caso de las decisiones sobre hábitos alimenticios.

2.2.9. Educomunicación

La Educomunicación como un campo de estudio teórico-práctico que integra dos disciplinas históricamente separadas: la educación y la comunicación, así lo señala Barbas, A. (2012) en su artículo Educomunicación: desarrollo, enfoques y desafíos en un mundo interconectado

> La educomunicación es un campo de estudios interdisciplinar y transdisciplinar que aborda, al mismo tiempo, las dimensiones teórico-prácticas de dos disciplinas históricamente separadas: la educación y la comunicación. Es también conocida como educación en materia de

> comunicación, didáctica de los medios, comunicación educativa, alfabetización mediática o pedagogía de la comunicación, en el contexto iberoamericano, y media literacy o media education, en el contexto anglosajón. Como veremos más adelante, estas denominaciones pueden englobarse en dos corrientes principales, cada una de ellas caracterizada por una concepción educativa y comunicativa específica (p.157 - 158).

2.2.10. Educomunicación y educación

La Educomunicación se establece desde hace varias décadas como una disciplina que integra varias disciplinas y que persigue como objetivo principal fusionar lo educativo con lo comunicacional; esto redundará en una participación real, espontánea; y, sobre todo, el desarrollo del pensamiento crítico.

Esta corriente pedagógica no se conforma con el mero uso instrumental de los medios (es decir, solo para operar la tecnología), sino que busca implementar una metodología de enseñanza disruptiva y alternativa dentro del aula, así lo cita Yacelga (2024)

En relación al objeto de estudio de este trabajo académico sobre la influencia en los hábitos alimenticios de los estudiantes de la Escuela de Educación Básica González Suárez, el enfoque de la educomunicación busca que el alumno deje de ser un ente pasivo y se torne en un ente activo, comprometido con la creación de significado y la producción simbólica.

La Educomunicación no sólo servirá para la transmisión de información básica sobre hábitos alimenticios y nutrición, sino que buscará una participación activa de los niños y niñas; de esta manera se espera que puedan ser entes que cuestionen la información que reciben por diferentes medios tradicionales o plataformas digitales (p. 7 -24).

2.2.11. Educomunicación ecología comunicativa y ciudadanía

Oliveira Soares (2014) propone que la educomunicación es un campo que busca la construcción de una ecología comunicativa y de ciudadanía. Su abordaje lo hace desde lo que denomina como Gestión de la Comunicación en el espacio educativo, que es una de las áreas claves para entender el concepto.

El autor hace referencia en su escrito a la ecología educativa como

> Gestionar los ecosistemas mediáticos dentro de la escuela o comunidad, desarrollando la recepción crítica de los mensajes y la producción multimedia activa para lograr la ciudadanía…la necesidad de organizar y planificar el conjunto de medios, tecnologías, lenguajes, actores y prácticas de comunicación que operan en un espacio (p.58).

2.2.12. Educomunicación para el pensamiento crítico

La educomunicación se centra en la educación para la comunicación y la educación en comunicación, es decir, busca transformar el acto educativo de la fórmula "Él emite, yo recibo" (Educación Bancaria) en la de "Él emite, yo respondo/creo" (Educación Dialógica), así lo aborda Kaplún (2002, págs. 63-65); sin embargo, Paulo Freire (1970) su tesis es que la educación es un "acto de comunicación bidireccional y dialógico que busca la concientización y la liberación, esto es transformar al receptor pasivo en un sujeto activo y crítico" (p.79 - 89).

2.2.13. Educomunicación: pedagogía crítica y participativa

Según Barbas (2012) esta propuesta plantea a la educomunicación como "la pedagogía crítica que busca que los participantes dejen de ser meros consumidores de mensajes y se conviertan en sujetos activos, críticos y creativos capaces de transformar su entorno a través de la comunicación" (p.164 - 167).

El autor plantea el carácter dialógico y horizontal (pág. 165) de la educomunicación, en la medida que se fundamenta en el principio del diálogo y el "flujo libre de significados" que permite a la comunicación ser ese eje esencial en la construcción del conocimiento; además, la horizontalidad posibilita que la práctica educativa se torna democrática donde se requiere que haya "igualdad y la colaboración de todos los participantes. El diálogo no es un fin en sí mismo, sino el medio para el aprendizaje" (p.166).

Desde otra perspectiva, (2024) afirma que la educomunicación promueve una comunicación de carácter bidireccional y abierta, para ello utiliza medios que permitan una educación más activa, en relación al estudio el enfoque estará direccionado al uso de herramientas comunicativas y educativas para alcanzar mejores hábitos alimenticios que

posibilitarán, a su vez, que los estudiantes objeto de este análisis mejoren en la parte nutritiva, sino que también redundará en la parte cognitiva, es decir, que tengan resultados positivos en los académico.

2.2.14. **Comunicación y educomunicación**

La comunicación es ante todo un proceso de interacción social, es decir, que germina en la sociedad donde se dan esas relaciones sociales, como lo sostiene Habermas (1984), mientras que, para Harold Lasswell (1948), a través de su paradigma, modelo lineal, enfatiza que tiene una naturaleza instrumental y persuasiva de los mensajes basada en la retórica de Aristóteles. También está ligada a los medios masivos de comunicación como lo afirma Marshall McLuhan (1964), que entiende al mensaje como el medio y el fin que modifica las estructuras sociales.

En cambio, la educomunicación es una respuesta "crítica y pedagógica" que trasciende la mera recepción de los mensajes por cualquier medio. Este campo se define como la intersección entre la educación y la comunicación, buscando desarrollar la alfabetización mediática, la participación activa y el sentido crítico en los individuos, tal como lo propone Mario Kaplún (1985); sin embargo, Paulo Freire (1970) sostiene que su objetivo fundamental no es sólo transformar a los receptores de pasivos a activos, sino que, además, sean conscientes y críticos lo que les permitirá transformar a la sociedad, y no como meros espectadores.

Estos dos conceptos se entrelazan y le dan sentido a esta investigación desde los modelos comunicacionales para entender la importancia de mejorar los hábitos alimenticios en los estudiantes de la Unidad Educativa González Suárez, en primer momento la comunicación (comercial, social o familiar) transmite constantemente mensajes sobre la comida, mientras la educomunicación actúa confiriendo a los escolares de las herramientas críticas para decodificar la publicidad de alimentos no saludables, es decir, pasar de entes pasivos que sólo reciben información, especialmente, del marketing a entes activos que saben qué es lo correcto para su bienestar físico y mental desde el consumo de alimentos.

2.2.15. Educación alimentaria

Está enfocado en la transmisión de contenidos alimenticios que buscan que el ser humano tenga los instrumentos necesarios para modificar sus hábitos; y, por ende, fomentar la buena salud física y mental FAO (2024). El objetivo central es que la persona no sólo conozca qué debe consumir, sino que entienda o comprenda, además, por qué consume determinado alimento, evitando ser persuadido por la publicidad, el marketing y el entorno que pueden influir de manera positiva o negativa en sus decisiones, y *cómo* puede incidir en su comunidad.

- Existen descritos varios beneficios de la educación alimentaria como son:
- Contribuye a la protección y fomento de la salud
- Mejora la calidad de la alimentación y del estado nutricional
- Ayuda a prevenir problemas de malnutrición por déficit o exceso
- Busca el cambio de comportamiento o la modificación de actitudes
- Utilización de técnicas de Comunicación Social adaptadas al público (pág. 6)

2.2.16. Importancia de la educación en hábitos alimenticios

La educación alimentaria y nutricional se torna importante porque está considerada desde la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) como un proceso de aprendizaje continuo que tiene como objetivo principal concienciar a las personas para que tomen decisiones informadas y conscientes sobre el tipo de alimentos que están consumiendo. Recalca este ente internacional la necesidad de que en los establecimientos de educación inicial, primaria y secundaria se articule la EAN con los respectivos currículos, con la finalidad de contar con entornos saludables desde cortas edades hasta la adolescencia.

Desde la educomunicación, se capacita al individuo para que asuma la responsabilidad de su propia nutrición y la de su familia, promoviendo la capacidad de deliberar, resolver problemas y modificar hábitos a largo plazo. (2024, pág. 15)

2.2.17. Herramientas digitales en programas de educación en hábitos alimenticios

Los recursos tecnológicos son de trascendental importancia en los procesos de educación alimentaria, ya que facilitan la creación de ecosistemas comunicativos donde los estudiantes son productores simbólicos (Barbas Coslado, 2012)

La educomunicación, según este autor, aprovecha la naturaleza bidireccional e interactiva que tienen "los medios digitales para fomentar el aprendizaje activo y participativo, superando las limitaciones del modelo instrumental de la comunicación, que solo ve la tecnología como un canal de envío" (p.163).

Existe un sinnúmero de herramientas tecnológicas para este propósito como las aplicaciones móviles, redes sociales, podcasts, entre otras que permiten la interacción fomentando en las audiencias un aprendizaje activo y dinámico a través de contenidos de tipo de alimentos que se deben consumir a diario, trivias, crucigramas, entre otros que motivan al cambio de actitud sobre buenos hábitos alimenticios. Becerra, E. et al. (2024); esto servirá como insumo para fortalecer prácticas saludables alrededor de la alimentación.

2.3.Marco Conceptual

Comunicación. Se entiende como la transmisión e intercambio de mensajes entre dos o más personas que evocan un mismo significado a la hora de transmitir sus ideas, pensamientos, sentimientos o información. Según Antonio Paoli (2013), la comunicación no sólo es el medio para intercambiar información, sino que es el mecanismo a través del cual las personas se definen a sí mismas y definen su realidad compartida, mientras que Rizo (2012).

Comunicación educativa. Es un proceso intencional que ocurre en el ámbito del aprendizaje y la enseñanza. No se limita a la mera transmisión de información (instrucción), sino que busca generar comprensión, motivación y participación para lograr un aprendizaje significativo y el desarrollo integral del estudiante.

Educación. La educación no es simplemente la transmisión de conocimientos, sino la formación de la inteligencia y la moralidad a través de la acción directa del individuo sobre su entorno, lo que garantiza el desarrollo de un pensamiento lógico y crítico, así lo señala Piaget (1970)**.** Desde la tesis de Vygotsky (1978) afirma que tiene "una naturaleza social específica y representa un proceso mediante el cual los niños acceden a la vida intelectual de

aquellos que los rodean, siendo el aprendizaje organizado lo que se convierte en desarrollo mental".

Educomunicación. La Educomunicación es un campo interdisciplinario y teórico-práctico que combina la educación y la comunicación para promover un aprendizaje efectivo, significativo y crítico, así lo refiere Kaplún (2002)

Aprendizaje. Es el proceso mediante el cual la persona, a través de la experiencia, la manipulación de objetos, la interacción con otras personas genera o construye conocimiento, modificando, en forma activa sus esquemas cognoscitivos del mundo que lo rodea, mediante el proceso de asimilación y acomodación, este se obtiene a través de la enseñanza, adquisición de conocimiento, puesta a prueba de las destrezas y habilidades por medio del cual se puedan resolver problemas y situaciones de la vida cotidiana.

Hábitos alimenticios: Desde la FAO (2024) son considerados como un conjunto de costumbres, prácticas, creencias y preferencias socialmente adquiridas que determinan la selección, la preparación y el consumo de alimentos en un individuo o un grupo. Estos hábitos están íntimamente ligados a la cultura, la geografía, la economía, la comunicación dentro del tejido social.

Educación alimentaria y nutricional: se la define como un proceso de carácter educativo integral y continuo cuyo propósito central es dotar a las personas de los conocimientos, las habilidades y las actitudes necesarias para tomar decisiones informadas sobre su alimentación, siendo el resultado final de esta progresión lineal de aprendizaje es el establecimiento de hábitos alimentarios saludables y sostenibles que mejoran el bienestar físico y contribuyen a una mejor calidad de vida a lo largo del tiempo, así lo señala Becerra et al. (2024)

Pedagogía Crítica: La comunicación y la educación deben ser actos de liberación y reflexión para la acción (praxis), buscando la transformación de la realidad.

Comunicación para el Desarrollo: El cambio del modelo lineal (emisor-receptor) a un modelo circular y participativo. Énfasis en que "el proceso de la comunicación debe realizarse de modo que dé a todos la oportunidad de ser alternativamente emisores y receptores". (Kaplún, M., 2001, pág. 25)

Estudios culturales y mediáticos: Análisis de la mediación y las culturas juveniles. Importancia de estudiar cómo las personas, especialmente jóvenes, resignifican y se apropian de los mensajes mediáticos en sus contextos culturales (Barbero, 2001).

Se debe señalar que estos conceptos se encuentran asociados a las ideas de la Escuela de Birmingham y autores clave como Stuart Hall y Néstor García Canclini; pero, sobre todo, a Jesús Martín-Barbero, en el contexto de las audiencias juveniles en América Latina.

2.4.Legal

Dentro del marco legal que sustenta este trabajo investigativo se analiza los principios y derechos humanos y educación.

Tabla 1 Constitución de la República del Ecuador 2008

Constitución de la República del Ecuador (2008)	
Artículo 3 N°1	Es deber primordial del Estado garantizar el efectivo goce de derechos como la salud y la alimentación.
	Garantiza a las personas el acceso seguro y permanente a alimentos sanos, suficientes y nutritivos, preferentemente producidos a nivel local.
Artículo 26	La educación es un derecho de las personas a lo largo de su vida y un deber ineludible e inexcusable del Estado. Constituye un área prioritaria de la política pública y de la inversión estatal, garantía de la igualdad e inclusión social y condición indispensable para el buen vivir. Las personas, las familias y la sociedad tienen el derecho y la responsabilidad de participar en el proceso educativo.
Artículo 27	La educación se centrará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico, en el marco del respeto a los derechos humanos, al medio ambiente sustentable y a la democracia; será participativa, obligatoria, intercultural, democrática, incluyente y diversa, de calidad y calidez; impulsará la equidad de género, la justicia, la solidaridad y la paz; estimulará el sentido crítico, el arte y la cultura física, la iniciativa individual y comunitaria, y el desarrollo de competencias y capacidades para crear y trabajar. La educación es indispensable para el conocimiento, el ejercicio de los derechos y la construcción de un país soberano, y constituye un eje estratégico para el desarrollo nacional.
Artículo 32	Establece la salud como un derecho garantizado por el Estado, cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, incluyendo la alimentación y la educación.
Artículo 281	La soberanía alimentaria es un objetivo estratégico y obligación del Estado para garantizar la autosuficiencia de alimentos sanos y culturalmente apropiados, lo que implica fomentar la producción y el consumo local y saludable (p.18).

Así mismo se tomó como referencia los siguientes artículos:

Tabla 2 Ley Orgánica de Comunicación

Ley Orgánica de Comunicación (2019) del Capítulo I de los principios	
Artículo 16	Principio de transparencia. - Los medios de comunicación social difundirán sus políticas editoriales e informativas y su código deontológico en portales web o en un instrumento a disposición del público.
Artículo 18	Prohibición de censura previa. Se prohíbe la censura previa por parte de una autoridad, funcionario público, que en ejercicio de sus funciones o en su calidad apruebe, desapruebe o vete los contenidos previos a su difusión a través de cualquier medio de comunicación.
Artículo 20	Responsabilidad ulterior de los medios de comunicación. - Habrá lugar a responsabilidad ulterior de los medios de comunicación, cuando los contenidos difundidos sean asumidos expresamente por el medio o no se hallen atribuidos explícitamente a una persona (pp. 7 -8).

Se considero también es este ámbito educativo:

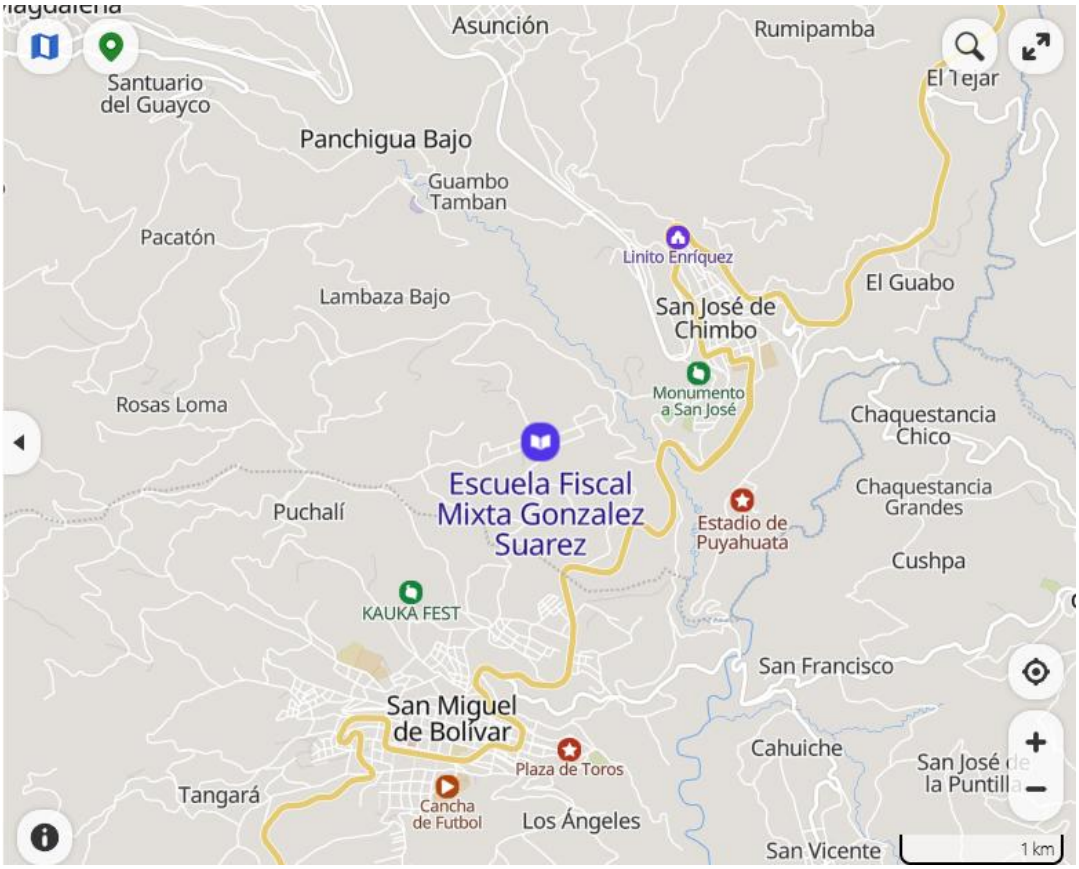
Tabla 3 Ley Orgánica de Alimentación Escolar

Ley Orgánica de Alimentación Escolar (LOAE) (2022) y Ley Orgánica De Salud (2022)	
Artículo 27	La educación debe estimular el **sentido crítico** (Art. 27 de la Constitución, principio rector de la LOEI), esencial para que los estudiantes puedan analizar y cuestionar la publicidad y la información nutricional.
Artículo 8	Son deberes individuales y colectivos en relación con la salud: b) Proporcionar información oportuna y veraz a las autoridades de salud, cuando se trate de enfermedades declaradas por la autoridad sanitaria nacional como de notificación obligatoria y responsabilizarse por acciones u omisiones que pongan en riesgo la salud individual y colectiva; c) Cumplir con el tratamiento y recomendaciones realizadas por el personal de salud para su recuperación o para evitar riesgos a su entorno familiar o comunitario;
Articulo 12	La comunicación social en salud estará orientada a desarrollar en la población hábitos y estilos de vida saludables, desestimular conductas

	nocivas, fomentar la igualdad entre los géneros, desarrollar conciencia sobre la importancia del autocuidado y la participación ciudadana en salud. Los medios de comunicación social, en cumplimiento de lo previsto en la ley, asignarán espacios permanentes, sin costo para el Estado, para la difusión de programas y mensajes educativos e informativos en salud dirigidos a la población, de acuerdo a las producciones que obligatoriamente, para este efecto, elaborará y entregará trimestralmente la autoridad sanitaria nacional. La autoridad sanitaria nacional regulará y controlará la difusión de programas o mensajes, para evitar que sus contenidos resulten nocivos para la salud física y psicológica de las personas, en especial de niños, niñas y adolescentes.
Artículo 18	La autoridad sanitaria nacional, en coordinación con los gobiernos seccionales, las cámaras de la producción y centros universitarios desarrollará actividades de información, educación, comunicación y participación comunitaria dirigidas al conocimiento del valor nutricional de los alimentos, su calidad, suficiencia e inocuidad, de conformidad con las normas técnicas que dicte para el efecto el organismo competente y de la presente Ley.

Fuente: Constitución del Ecuador (2008); Ley de Comunicación (2019), Ley Orgánica De Salud (2022)
Elaboración propia

2.5.Georreferencial



Fuente: https://mapcarta.com/es/N1386291606

Escuela Fiscal Mixta González Suarez es una escuela en San Sebastián, Cantón Chimbo, Provincia de Bolívar. Escuela Fiscal Mixta González Suarez se encuentra cerca de la instalación deportiva de Cancha de uso múltiple, así como de Parque Central de San Sebastián.

CAPÍTULO III

3. Metodología

3.1. Tipos de investigación

La investigación se calificó como descriptiva y exploratoria porque busca, en primer lugar, caracterizar el estado actual de los hábitos alimenticios y el contexto educomunicativo y, en segundo momento, examinar la relación entre estas dos categorías para establecer las bases de una intervención futura.

Descriptiva

La función descriptiva es inherente a cualquier estudio que evalúe una realidad existente. Se justifica porque el trabajo necesita:

Es imperativo describir con precisión cuáles son los hábitos alimenticios predominantes entre los estudiantes de la Escuela González Suárez antes de cualquier cambio:

Se requiere describir el uso actual, la exposición y la percepción que tienen los estudiantes sobre los mensajes que reciben (radio, impresos, digital) relacionados con la alimentación (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014).

Tal como se mencionó en el marco anterior, el objetivo es pintar un panorama fidedigno del objeto de estudio.

Exploratoria

La fase exploratoria se justifica dado que el estudio busca establecer la influencia de un constructo relativamente específico educomunicación sobre otro conductual hábito alimenticios en un contexto geográfico y temporal concreto, para el cual quizás no existan antecedentes concluyentes en la literatura local.

La exploración permite identificar las variables clave, sus dimensiones y cómo interactúan preliminarmente en este grupo específico, preparando el terreno para el diseño explicativo no experimental posterior.

Al explorar el contexto, se asegura que la posterior intervención educomunicativa esté contextualizada y sea pertinente para los estudiantes de San José de Chimbo, maximizando su efectividad (Hernandez Cruz & Montoya Diaz, 2022).

3.2.Enfoques de la investigación

El estudio empleará un Enfoque Mixto:

Cuantitativo: Se utilizará para medir el grado de influencia de la educomunicación y cuantificar las variaciones en los hábitos alimenticios ante de la intervención. Esto incluye el análisis estadístico de frecuencias de consumo, conocimientos nutricionales y actitudes.

Cualitativo: Se aplicará para comprender las percepciones, actitudes, barreras y facilitadores socioculturales de los estudiantes y docentes respecto a la alimentación y los medios de comunicación. Esto enriquece la interpretación de los cambios conductuales observados.

3.3.Métodos de la investigación

Los métodos de investigación para este trabajo, dada su naturaleza mixta y de intervención, se organizan en lo teórico para la fundamentación, empíricos para la recolección de datos y estadísticos para el análisis.

Inductivo-Deductivo: El método inductivo se aplica al observar casos particulares (los hábitos alimenticios en la escuela) para establecer principios generales. El método deductivo se usa para aplicar teorías generales (como la Teoría del Aprendizaje Social) a la realidad específica de los estudiantes para formular la hipótesis.

Histórico-Lógico: Permite rastrear la evolución de los conceptos de comunicación, educación y nutrición, analizando cómo han convergido para dar origen al constructo de educomunicación y cómo las teorías de la comunicación.

Analítico y Sintético: Se utiliza para descomponer el objeto de estudio (la influencia) en sus partes (educomunicación y hábitos alimenticios), sintetizando la información bibliográfica para construir las categorías de análisis de la idea a defender.

3.4.Técnicas e Instrumentos de recopilación de información

Se diseñarán para obtener datos tanto cuantitativos como cualitativos, en coherencia con el enfoque mixto y el diseño no experimental del trabajo.

Instrumentos

Encuestas: Se aplicó a los representantes estudiantes (padres de familia) para medir las categorías principales. Hábitos Alimenticios (frecuencia de consumo de grupos de alimentos específicos, como frutas, verduras, bebidas azucaradas, alimentos procesados) y Conocimiento Nutricional. Los resultados del cuestionario permitieron la comparación estadística de la influencia.

Entrevistas: Dirigida a la directora y maestra de la institución (muestra intencional). Busca obtener información detallada sobre las barreras (económicas, culturales) y los facilitadores que influyen en los hábitos alimenticios de los estudiantes fuera del aula, así como su percepción sobre el impacto de la intervención educomunicativa, a un especialista de nutrición y a un comunicador social.

- Rectora de la Escuela De Educación Básica González Suárez, Parroquia: **Licenciada. Jenny Lorena Velasco Camacho.**
- Nutricionista: **Mónica Elizabeth Baño Secaira- Nutricionista Dietista Máster en Enfermedades Metabólicas, Obesidad y Diabetes.**
- Comunicador social: **licenciado, Danny Rodrigo Saltos Miguez**.

Ficha de observación: Se utilizó en el entorno escolar (recreos, bar) para registrar la conducta alimentaria real de los estudiantes (qué compran, qué consumen). Permitió cotejar

los datos autodeclarados en la encuesta con la práctica observada (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014).

3.5.Universo, población, muestra

Universo

Según Condori – Ojeda, Porfirio (2020) el universo son elementos (también llamados unidades de análisis o unidades de muestreo) son las entidades individuales que constituyen el conjunto o población de interés

El universo de estudio está constituido por el total de actores inmersos en el proceso educativo y sus dinámicas alimentarias dentro de la Escuela de Educación Básica González Suárez, ubicada en la Parroquia San Sebastián, Cantón San José de Chimbo, durante el periodo académico de agosto a diciembre de 2025.

Población

La población para Cavada (2019) se refiere a la totalidad de los elementos o **unidades de análisis** que forman el grupo objeto de estudio. Es el conjunto completo sobre el cual se desea obtener información.

La población de esta investigación está constituida por la totalidad **28 estudiantes**, **seis profesores** son parte de la comunidad educativa de la Escuela de Educación Básica González Suárez (Parroquia San Sebastián, Cantón San José de Chimbo) durante el periodo Agosto-Diciembre de 2025, que son susceptibles de ser medidos o incluidos en la intervención.

Muestra

Para Hernández, Fernández y Baptista (2014, pág. 204) Una muestra es una porción o subconjunto representativo del total de un grupo mayor que se está estudiando (la población o universo).

Para este trabajo de investigación se consideró al total de personas que son parte de la Escuelita, **seis** docente y **28** alumnos que en su totalidad son **34** con la finalidad de obtener resultados confiables al momento de aplicar los instrumentos de recolección de información.

Además, se trabajó con un tipo de muestreo no probabilístico o dirigida como propone Hernández, Fernández y Baptista (2014, pág. 204)

3.6.Procesamiento de la información

En esta fase de levantamiento de la información de los instrumentos de recolección de información se realiza de cara a cara, la misma que será analizada e interpretada estadísticamente y se representará en gráficos o pasteles cada pregunta con la finalidad de dar una repuesta visual de las encuestas, ficha de observación y entrevistas que se aplicarán.

Capítulo IV

4. Análisis e Interpretación de los instrumentos de recolección de información

4.1. Análisis de datos de las encuestas aplicadas a los representantes del estudiante de la Escuela de Educación Básica González Suárez, parroquia San Sebastián, cantón San José de Chimbo, periodo agosto-diciembre 2025.

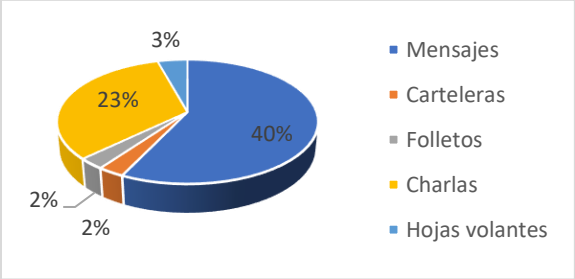
P1. ¿Qué tipo de canal o medio usa la escuela González Suárez para difundir información sobre temas de alimentación saludable?

Tabla 4 Tipos de canales

Criterio	Frecuencia	Porcentaje
Mensajes	11	40%
Carteleras	1	2%
Folletos	1	2%
Charlas	16	53%
Hojas volantes	2	3%
Total	**28**	**100%**

Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Gráfico 1 Información útil de alimentación saludable



Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Análisis e Interpretación

El medio más utilizado son las charlas que alcanza el 53% de la muestra total, los mensajes ocupan el segundo lugar con un 40% sugiriendo que las plataformas digitales o de mensajería instantánea son herramientas de apoyo fundamentales. Los medios impresos y estáticos como las hojas volantes (3%), carteleras (2%) y folletos (2%) tienen una presencia mínima, sumando apenas un 7% entre los tres. Esto indica que la institución prioriza el contacto directo y la comunicación verbal y plataformas digitales para estos temas.

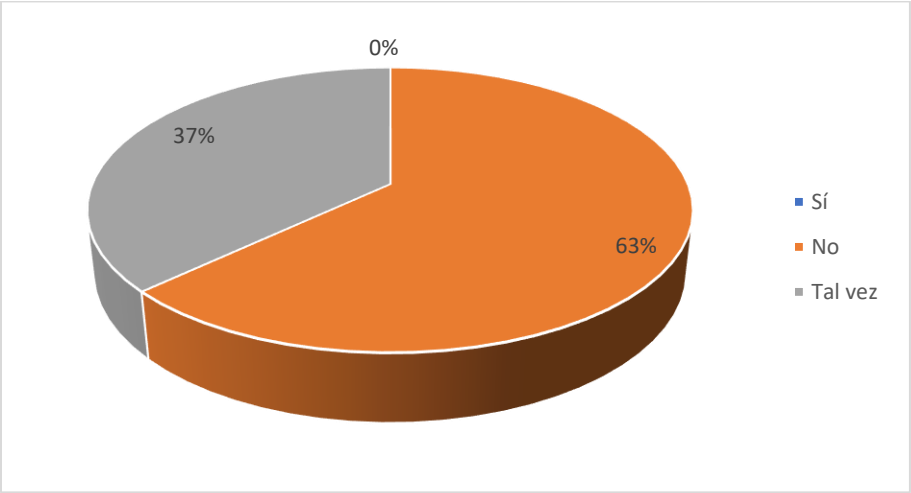
P2. ¿Considera usted que la comunicación nutricional provista por la escuela es clara y fácil de aplicar en casa?

Tabla 5 Comunicación nutricional

Criterio	Frecuencia	Porcentaje
Si	0	0%
No	18	63%
Tal vez	10	37%
Total	**28**	**100%**

Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Gráfico 2 Comunicación nutricional



Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Análisis e Interpretación

La mayoría de los encuestados, en un **63%**, respondió de forma negativa, mientras que un **37%** se mantiene en la duda con la opción tal vez. Estos datos sugieren que existe una brecha significativa entre la información que emite la institución y la comprensión por parte de los padres de familia, esto significa que las charlas o mensajes actuales no están cumpliendo su objetivo. Entonces, hay la necesidad de reestructurar las estrategias comunicativas, a través de un lenguaje más simple o, a su vez, con guías didácticas, es decir, menos técnico para que sea aplicable en el entorno familiar y los esfuerzos de la escuela por mejorar los hábitos alimenticios de los estudiantes tenga un impacto positivo en los hogares.

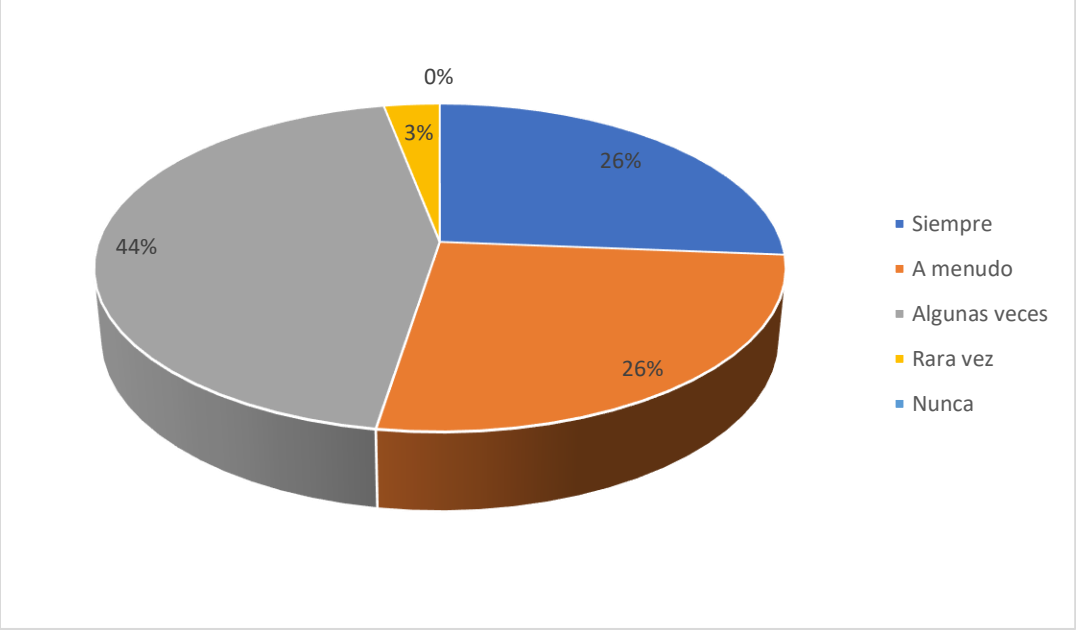
P3. Considera usted si su hijo/a, se alimenta de forma adecuada en el hogar

Tabla 6 Alimentación adecuada

Criterio	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	7	26%
A menudo	7	26%
Algunas veces	13	44%
Rara vez	1	3%
Nunca	0	0%
Total	**28**	**100%**

Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Gráfico 3 Alimentación adecuada



Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Análisis e Interpretación

La mayoría de encuestados que representan un 44% afirman que no lo hacen, pero un 26% asegura que sus hijos siempre se alimentan de forma adecuada y un 26% lo hace a menudo. Esta disparidad sugiere que, aunque las familias creen mantener buenos hábitos, es decir, las directrices escolares son percibidas como confusas o difíciles de aplicar. Los datos indican la necesidad mejorar los canales de información escolar sobre la nutrición del hogar para que tenga un impacto positivo en la alimentación de los hogares.

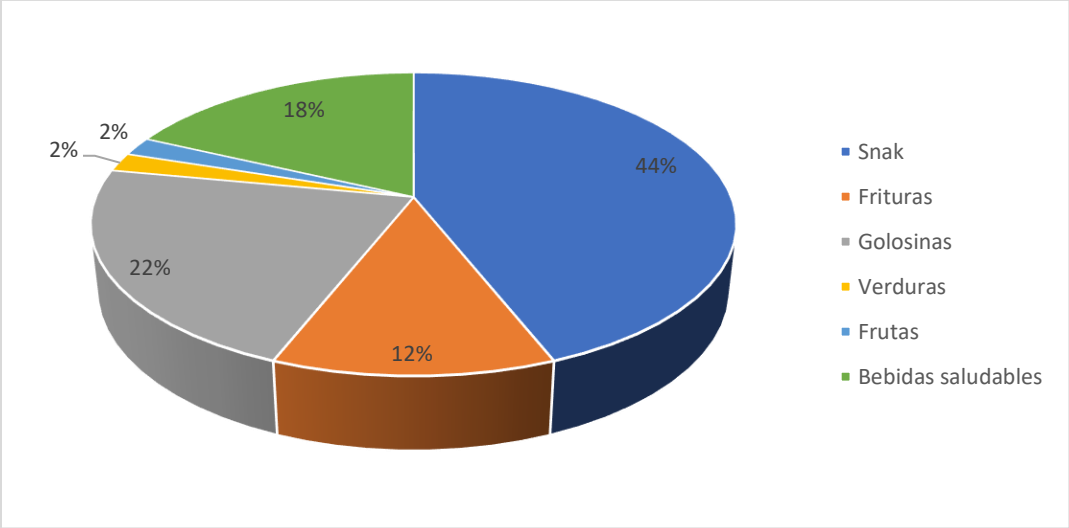
P4. ¿Qué tipos de alimentos consume su hijo /a, fuera de su casa?

Tabla 7 Tipos de alimentos

Criterio	Frecuencia	Porcentaje
Snak	18	44%
Frituras	6	12%
Golosinas	12	22%
Verduras	4	2%
Frutas	4	2%
Bebidas saludables	8	18%
Total	**50**	**100%**

Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Gráfico 4 Tipos de alimentos



Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Análisis e Interpretación

Un 70% de encuestados afirman que sus hijos se alimentan de forma adecuada siempre o a menudo. Esta percepción positiva se respalda en el consumo reportado de alimentos, donde los snacks (44%), golosinas (22%) y bebidas saludables (18%) predominan sobre productos procesados como golosinas o frituras. La interpretación sugiere que, aunque los estudiantes mantienen hábitos saludables, estos no son producto de la guía escolar, sino de la iniciativa propia de los padres.

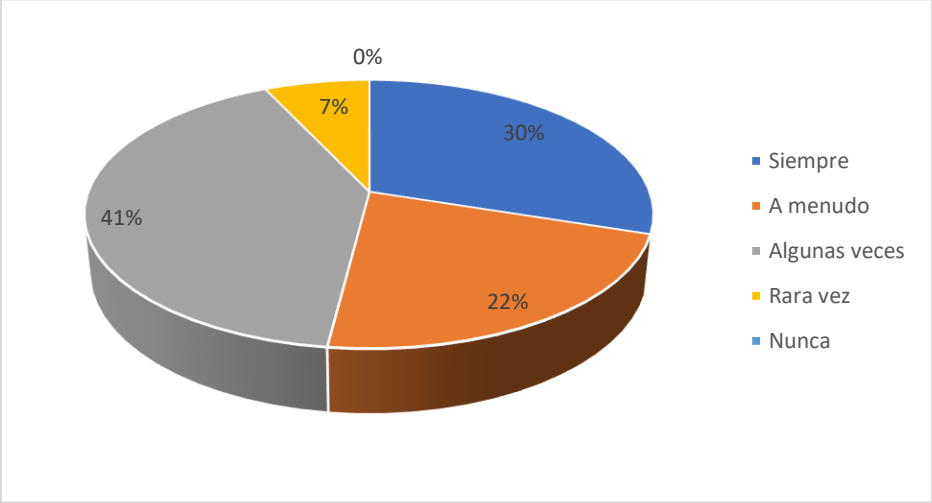
P5. Usted ha observado en su hijo/a algún cambio en sus hábitos alimenticios.

Tabla 8 Hábitos alimenticios

Criterio	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	8	30%
A menudo	6	22%
Algunas veces	12	41%
Rara vez	2	7%
Nunca	0	0%
Total	**28**	**100%**

Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Gráfico 5 Hábitos alimenticios



Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Análisis e Interpretación

El 30% ha logrado cambios permanentes en sus hábitos, mientras que un 41% solo lo hace ocasionalmente. Se sugiere que los buenos hábitos actuales provienen de la iniciativa del hogar y no de una guía pedagógica efectiva, la cual es percibida como confusa. En conclusión, la escuela falla en su rol educativo, siendo urgente mejorar o cambiar los mensajes y logar estilos de vida saludables en los niños y el entorno familiar.

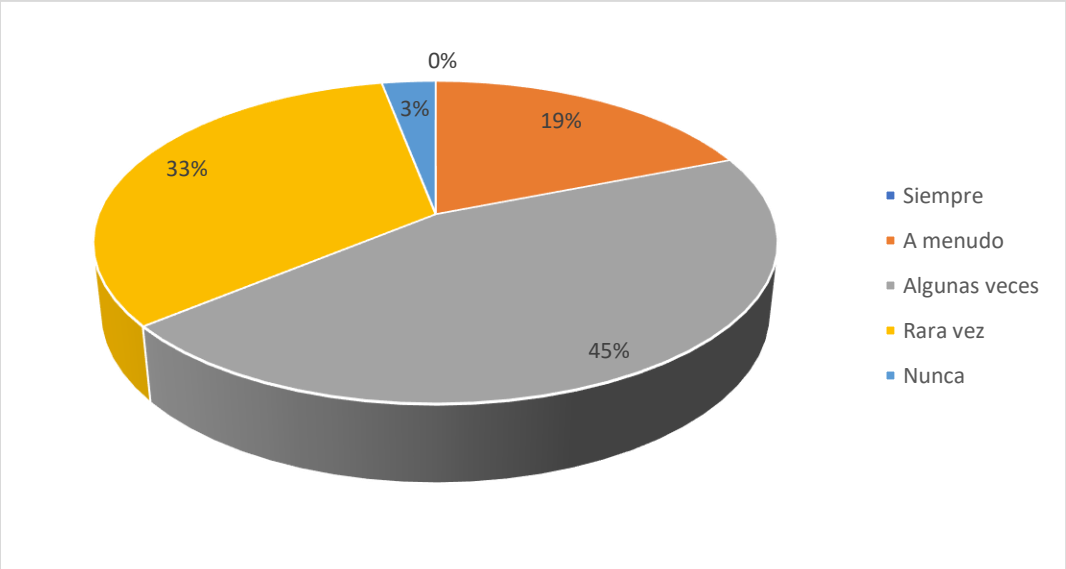
P6. Su niño/a, evita comer dulces, papas fritas, chitos ya que son perjudiciales para su salud.

Tabla 9 Evita comer dulces

Criterio	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	0	0%
A menudo	5	19%
Algunas veces	13	45%
Rara vez	9	33%
Nunca	1	3%
Total	**28**	**100%**

Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Gráfico 6 Evita comer dulces



Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Análisis e Interpretación

Los encuestados afirma que los niños evitan los dulces y frituras, mientras que el 33% lo hace rara vez. La interpretación sugiere que los buenos hábitos alimenticios son iniciativas del hogar, pero no cuentan con un respaldo técnico efectivo desde la escuela. Entonces, hay un problema de carácter informativo desde la Unidad Educativa, esto significa que se necesita cambiar, mejorar los mensajes para cambiar el consumo de alimentos perjudiciales de forma definitiva por saludables.

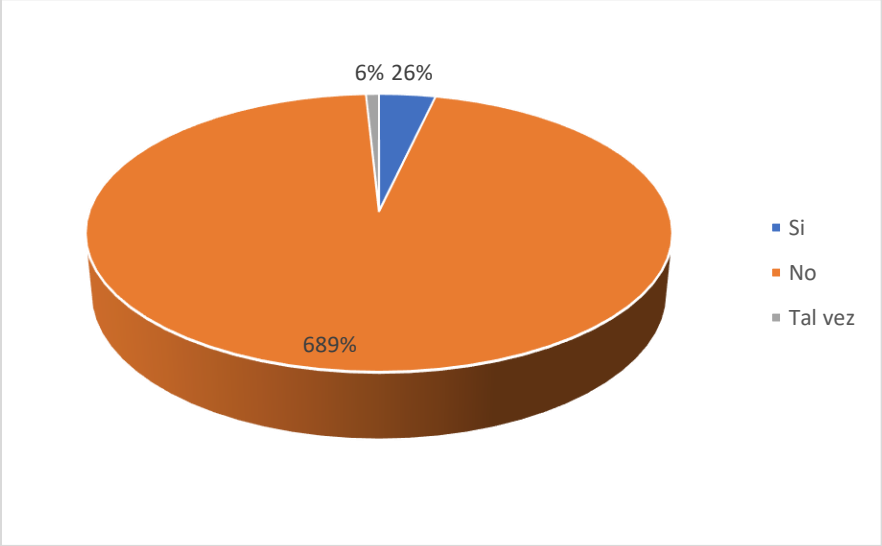
P7. Su hijo/a demuestra conocimiento alimenticio saludable

Tabla 10 Conocimiento sobre alimentación saludable

Criterio	Frecuencia	Porcentaje
Si	7	26%
No	19	68%
Tal vez	2	6%
Total	**28**	**100%**

Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Gráfico 7 Conocimiento sobre alimentación saludable



Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Análisis e Interpretación

El 68% de los encuestados afirman que sus hijos no tienen conocimiento sobre qué alimentos son saludables y el porqué de su importancia. No obstante, existe un 26% tal vez sabe algo con respecto a su alimentación o tiene dudas de estos hábitos y un 6% que si tiene una educación alimenticia. Estos datos sugieren que la estrategia pedagógica ha logrado transmitir información teórica de manera efectiva a gran parte del alumnado; sin embargo, esto se contradice con las preguntas que antecedieron a esta donde falta o no hay canales de comunicación efectiva sobre alimentación saludable.

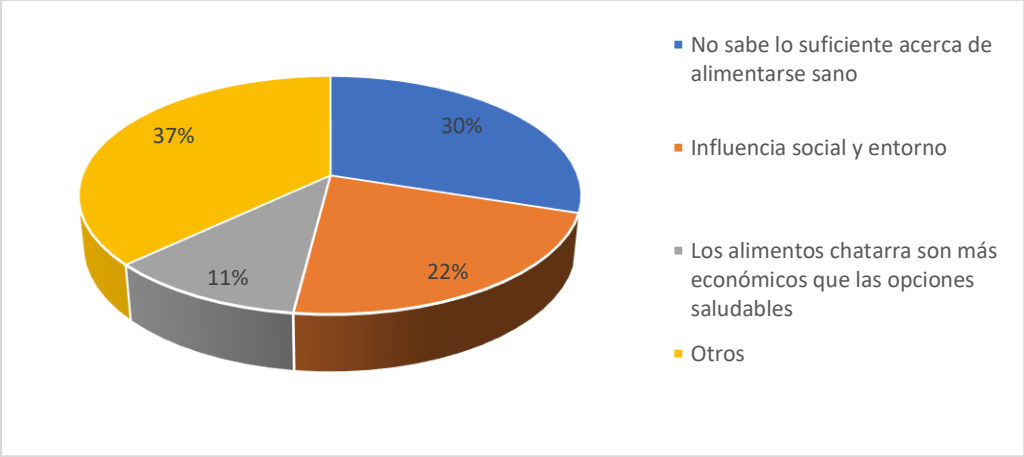
P8. Considera que su niño/a consume alimentos chatarra por qué:

Tabla 11 Consumo de alimentos chatarra

Criterio	Frecuencia	Porcentaje
No sabe lo suficiente acerca de alimentarse sano	9	30%
Influencia social y entorno	6	22%
Los alimentos chatarra son más económicos que las opciones saludables	3	11%
Otros	10	37%
Total	**28**	**100%**

Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Gráfico 8 Consumo de alimentos chatarra



Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Análisis e Interpretación

En esta pregunta el 30% los encuestados dan cuenta que uno de los motivos por lo que los niños consumen alimentos chatarra, dentro de las categorías específicas, es por la falta de conocimiento sobre alimentación sana, a esto le sigue la influencia social y del entorno con un 22%, mientras que el factor económico sólo representa el 11%. Sin embargo, hay un 37% de encuestados que optan por la opción otros motivos, lo que da la pauta de otros factores externos no detallados en la encuesta. La interpretación de estos datos revela que el consumo de comida poco saludable no es un problema principalmente financiero, sino educativo y social.

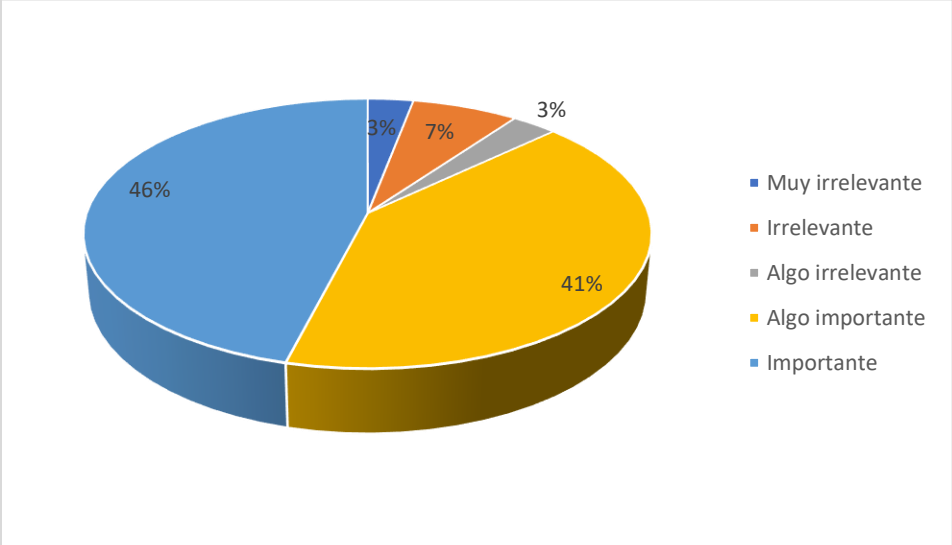
P9. ¿Considera usted que un manual didáctico es sencillo de implementar en su rutina familiar y escolar diaria?

Tabla 12 Información saludable

Criterio	Frecuencia	Porcentaje
Muy irrelevante	1	3%
Irrelevante	2	7%
Algo irrelevante	1	3%
Algo importante	11	41%
Importante	13	46%
Total	**28**	**100%**

Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Gráfico 9 Información Saludable



Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Análisis e Interpretación

De los datos obtenidos, el mayor porcentaje de encuestados consideran que es importante implementar un manual didáctico, mientras que un porcentaje bajo considera que es irrelevante, esto da la pauta que contar con una guía de apoyo con temáticas que orienten a la comunidad sobre hábitos alimenticios saludables es bien recibido por los padres de familia.

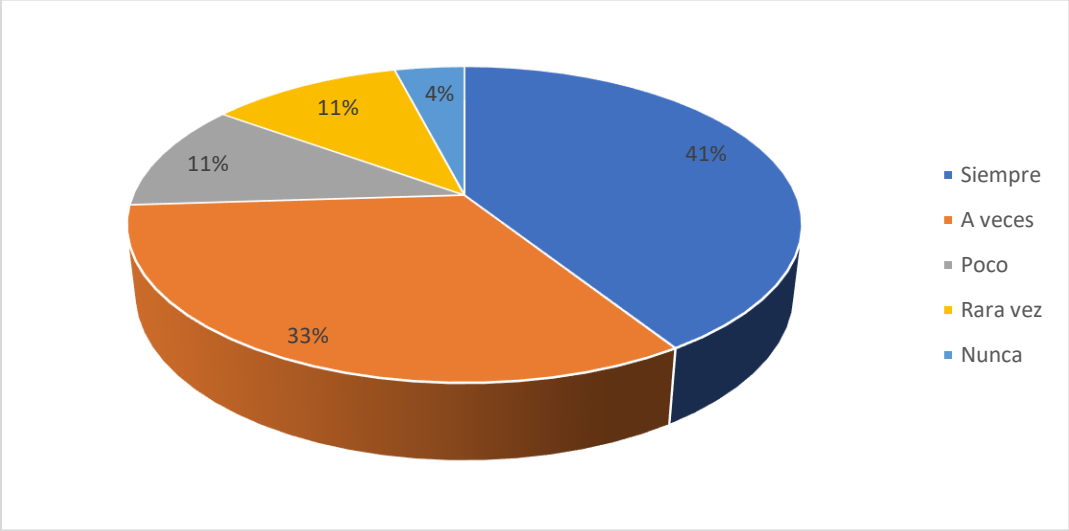
P10. ¿Considera usted que este material didáctico debe tener información sobre porciones y grupos de alimentos saludables?

Tabla 13 Información útil de alimentación saludable

Criterio	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	12	41%
A veces	9	33%
Poco	3	11%
Rara vez	3	11%
Nunca	1	4%
Total	**28**	**100%**

Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Gráfico 10 Información útil de alimentación saludable



Fuente: encuesta aplicada a los 28 representantes de los estudiantes de E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Análisis e Interpretación

De acuerdo a las respuestas de los encuestados, el 41% señala que en un manual o guía alimentaria debe siempre existir información que señale cantidad de porciones y grupos alimenticios y apenas un 4% señala que nunca. Esto implica que es importante la educación en hábitos alimenticios porque esto tomar en cuenta que una buena alimentación contribuye a tener una buena salud en la población.

4.2. Análisis e interpretación de la entrevista aplicada a la licenciada Jenny Lorena Velasco Camacho, rectora de la escuela educación básica González Suárez.

Preguntas	Respuestas	Análisis
1. ¿Cuáles son los principales canales y herramientas que la escuela utiliza actualmente para comunicar información sobre alimentación saludable a los padres de familia y a la comunidad escolar?	Cada docente se encarga dentro de su trabajo diario inculcan y hacen hincapié en que los niños lleven una alimentación saludable, eviten lo que son: gaseosas, chitos, papitas de funda. Se debe recalcar que siempre se les está orientando a los padres de familia como a los niños sobre la importancia de la alimentación. Además, tenemos la ayuda del subcentro de salud de Chimbo que siempre están aquí acompañándonos con charlas y nos ayudan con la concientización de cómo debe ser la alimentación para nuestros niños.	La labor del docente en la educación básica trasciende la teoría al transformar el aula en un espacio de experimentación y conciencia nutricional. A través de dinámicas lúdicas y el ejemplo personal, el maestro logra que el niño comprenda la conexión directa entre una dieta equilibrada y su rendimiento escolar. Este proceso requiere una sensibilidad especial para adaptar los conocimientos técnicos a un lenguaje sencillo que empodere a los estudiantes en la toma de decisiones. Sin embargo, el éxito real depende de la capacidad del educador para involucrar a las familias en este cambio de paradigma.
2. ¿Existe un plan o programa específico (formal o informal) en la institución para que los	En los textos del gobierno tenemos los planes o programas, también en la planificación, la pirámide alimenticia y todo lo demás, esto consta en el Ministerio de Salud y también como institución	Esta integración busca reducir las brechas de desigualdad, garantizando que todos los estudiantes, independientemente de su contexto socioeconómico, tengan acceso a una dieta

docentes integren la nutrición y la crítica a la publicidad en sus áreas curriculares?	tenemos la predisposición de siempre estarles inculcando a los niños sobre la importancia de la alimentación saludable.	balanceada. Al alinear los contenidos curriculares con la oferta alimentaria del Estado, se fomenta una conciencia crítica frente a los productos ultraprocesados desde temprana edad. En última instancia, esta política pública no sólo busca nutrir el cuerpo, sino educar el criterio para una vida saludable.
3. ¿Cómo se monitorea o evalúa la efectividad de los mensajes educomunicativos (carteleras, circulares, talleres) dirigidos a fomentar buenos hábitos?	Nosotros tenemos semanalmente un tema en la cartelera, hay un mes al que dedicamos a la alimentación saludable y aparte el Ministerio de Salud tiene su planificación, de echo cada mes tiene un tema referente a esto, así como talleres específicos sobre la alimentación que es reforzado por parte del médico odontólogo en lo referente a los efectos negativos de los dulces en la dentadura	La información semanal debe centrarse en la planificación de menús que prioricen alimentos frescos, hidratación con agua natural y el control de porciones. El objetivo final es empoderar a los estudiantes y sus familias para que elijan conscientemente opciones nutritivas sobre productos ultraprocesados, garantizando un mejor rendimiento académico y bienestar a largo plazo.
4. ¿Cuáles son las políticas o normas específicas que la escuela ha implementado para	Nosotros siempre hacemos énfasis en que las mamás deben preparar los alimentos y enviarles a los niños una lonchera saludable. Sin embargo, son los mismos padres de familia los que aprueba y compran en las tiendas alimentos chatarras por lo	Las loncheras incluyan alimentos naturales y agua simple, evitando estrictamente productos ultraprocesados o bebidas azucaradas que contravengan las políticas de salud escolar. Es fundamental respetar las porciones adecuadas a la

regular la venta de alimentos en el bar o tienda escolar?	rápido y cómodo. En la institución hacemos reuniones e insistimos en la necesidad que desde el hogar se priorice una alimentación variada y saludable; sin embargo, son muchos los motivos por los que las mamás señalan que no pueden y se les va de las manos.	edad del estudiante y asegurar envases seguros que preserven la higiene de los alimentos durante la jornada. Esta responsabilidad compartida entre hogar y escuela garantiza que el refrigerio sea un refuerzo nutricional coherente con los contenidos pedagógicos del manual de alimentación.
5. ¿Qué resultados o cambios positivos ha observado la institución en los hábitos alimenticios de los estudiantes desde que se implementaron las estrategias de educomunicación sobre nutrición?	No, porque no hay la ayuda de los padres de familia, lamentablemente les entregan dinero a los niños, cosa que no estoy de acuerdo porque van a buscar los dulces, pero ya esa situación se nos va de las manos. Nosotros todos los días estamos preguntando qué es lo que han traído en sus loncheras especialmente de los niños pequeños con quienes no tenemos ese tipo de problema, es en el segmento de los niños grandes	Es crucial observar si existe una mayor autonomía al elegir alimentos ultraprocesados influenciada por su entorno social o por una respuesta emocional al estrés escolar. Estos cambios suelen manifestarse en un aumento del apetito por el crecimiento acelerado o, por el contrario, en una selectividad extrema vinculada a la preocupación por la imagen corporal en desarrollo. Es vital monitorear si estas variaciones respetan las guías de los libros oficiales o si se desvían hacia hábitos sedentarios y de consumo excesivo de azúcares.
6. ¿Qué apoyos o alianzas ha buscado la escuela (con el Ministerio de Salud,	Yo pienso y considero que el Ministerio de Salud sí hace bastante ya que constantemente viene a dar charlas, también las chicas del MIES que colaboran con esto de la alimentación saludable de pronto a	Las instituciones como los Ministerios de Salud y Educación, establecen el marco normativo y los lineamientos técnicos que regulan la calidad de los alimentos en los entornos escolares mediante libros

ONGs, etc.) para fortalecer su programa de promoción de hábitos alimenticios?	nivel nacional como tenemos también problemas económicos y a veces no hay toda medicina, pero si fuese bueno que haya un programa que abarque todo este tema.	de texto y programas de desayunos gratuitos. Paralelamente, organismos internacionales como la FAO y la OPS, junto con diversas ONGs, aportan financiamiento, capacitación docente y vigilancia nutricional para asegurar que las políticas públicas se traduzcan en platos equilibrados y accesibles. Este ecosistema de apoyo es vital para combatir la malnutrición, integrando huertos escolares y campañas de sensibilización que refuerzan el derecho humano a una alimentación adecuada desde la infancia.

4.3. Análisis e interpretación de la entrevista aplicada a la licenciada, Mónica Elizabeth Baño Secaira- nutricionista dietista máster en enfermedades metabólicas, obesidad y diabetes

Preguntas	Respuestas	Análisis
1: Desde su formación y experiencia profesional, ¿cómo valora la importancia de la educación alimentaria	Desde mi experiencia profesional, yo considero que justo la alimentación en edad escolar y, de hecho, la educación nutricional que se brinda en estas primeras etapas es sumamente importante, pues son las etapas en	La educación alimentaria radica en su capacidad para actuar como una intervención de salud preventiva que optimiza el desarrollo cognitivo y físico del

y nutricional en el contexto escolar para la formación de hábitos alimenticios saludables en los estudiantes?	donde vamos a ir adquiriendo los hábitos que nos vamos a mantener a lo largo de la vida. Adicional a eso, por ejemplo, las instituciones educativas es donde el estudiante pasa la mayor parte de su tiempo. Entonces es un lugar en donde, aparte de ir modelando sus comportamientos o hábitos, también es donde va adquiriendo nuevos porque observa también otros hábitos de otros compañeritos. Adicional a eso, también la educación nutricional escolar es muy importante porque de esa manera generamos en el estudiante un pensamiento crítico frente ahorita a la publicidad que tenemos sobre los alimentos ultraprocesados y así el estudiante también tiende a elegir los alimentos ya desde una manera más consciente y orientada a la salud.	individuo. Al integrar conocimientos técnicos sobre nutrición en el aula, se reduce la incidencia de enfermedades crónicas y se mejora la capacidad de concentración y aprendizaje en etapas críticas.
2. ¿Qué estrategias educomunicativas (charlas, material audiovisual, recursos didácticos o actividades participativas) considera más efectivas para	En sí, creo que dentro de las herramientas que se consideran como más eficaces, deben estar aquellas que tengan mensajes breves, que sean también prácticas participativas de acuerdo a la edad de cada estudiante. Entonces, aquí, por ejemplo, las charlas con mensajes breves, videos cortos, animaciones e ilustraciones va a	Crear estrategias específicas para niños es vital porque durante la infancia se consolidan los patrones metabólicos y conductuales que definirán su salud en la edad adulta. Al intervenir de forma lúdica y educativa, se previene la malnutrición en

promover una alimentación saludable dentro de las instituciones educativas?	captar la atención del estudiante, que es muy difícil de este tiempo. Adicional de eso, va también a ayudar a que el mensaje quede claro y que también tenga ese mismo mensaje que tenga una retención a largo plazo. y como digo, el estudiante pueda replicar eso. También yo considero que dentro de las estrategias podría también mencionar como los recursos didácticos interactivos, donde, por ejemplo, ellos interactúen entre sí, haciendo, por ejemplo, retos semanales, una pirámide nutricional, una ruleta nutricional, en donde esto ya, por ejemplo, los chicos ya comienzan a participar de su alimentación, ellos mismos eligiendo, después de haber ya tenido el conocimiento teórico, pero lo llevan ya a la práctica. Otros también recursos que me parecen súper interesantes y súper buenos son los interactivos. Por ejemplo, los talleres de loncheros saludables, demostraciones culinarias de preparaciones sencillas con alimentos propios autóctonos de nuestra región. También los huertos escolares, esto hace también que el estudiante participe de su alimentación más activa y que	todas sus formas, asegurando que el cuerpo reciba los micronutrientes necesarios para un desarrollo neurocognitivo óptimo. Además, estas estrategias actúan como un escudo contra el entorno obesogénico actual, empoderando a los menores para que elijan conscientemente frente a la publicidad de productos ultraprocesados.

	de esta manera también ya vaya fortaleciendo su autonomía y su adopción de hábitos saludables.	
3. En su criterio profesional, ¿cómo influye el entorno escolar especialmente la oferta de alimentos en los bares escolares en las decisiones de consumo alimentario de los estudiantes?	Bueno, desde mi punto de vista, yo creo que es una influencia totalmente directa y significativa, porque está relacionado directamente con lo que está disponible en el bar escolar. Recordemos que los estudiantes van a consumir lo que esté accesible, visible, y lo que también esté disponible en el lugar donde van a ir a consumir los alimentos. Ahora, si en el bar escolar se expenden alimentos ultraprocesados, altos de azúcar, altos de grasas, saturadas, altos en sodio, normalizamos el consumo frecuente de estos alimentos y con eso también podemos, de una u otra manera, influir en estas conductas no saludables. Lo que es de la manera contraria, si, por ejemplo, en el bar escolar se expenden alimentos frescos, sin preparaciones saludables, adecuada cantidad y la porción de acuerdo a la edad, estoy reforzando la enseñanza, la educación nutricional que vi en el aula, porque estoy teniendo al alcance estos alimentos saludables, está bien aparte de eso, el bar escolar cumple	Si un estudiante aprende sobre nutrición, pero encuentra principalmente productos ultraprocesados en el recreo, se genera una disonancia cognitiva que prioriza la gratificación inmediata del azúcar y las grasas sobre la salud. Esta disponibilidad constante normaliza el consumo de snacks poco saludables, convirtiéndolos en la opción por defecto debido a su accesibilidad y bajo costo. Por ello, transformar los bares en espacios que ofrezcan frutas, agua y alimentos naturales es una estrategia crítica para moldear decisiones alimentarias positivas y coherentes.

	un rol educativo implícito, lo que hablamos al principio, porque este moldea comportamientos alimentarios. Debe haber mucha coherencia entre lo que se está explicando en el aula y lo que se está replicando y se tiene disponible para que el estudiante salga del aula, el entorno alimentario es muy, muy importante dentro de las instituciones educativas. Como digo, siempre debe haber esa coherencia y adicional también deben, aparte de que el bar escolar también debe cumplir con ciertas normativas vigentes dentro del Ministerio de Salud Pública, en donde pueda el bar escolar expender los alimentos de acuerdo a las recomendaciones nutricionales de los estudiantes, entonces esto también es muy importante.	
4. ¿Cuáles son las principales recomendaciones nutricionales que deberían considerarse al momento de regular o mejorar la oferta	Dentro de las recomendaciones principales, primero priorizar alimentos que sean naturales, mínimamente procesados, el consuelo de frutas de verduras, preparaciones caseras con alimentos como habíamos mencionado que sean propios de la zona, alimentos que oferten lácteos adecuados proteínas de alta biodisponibilidad. Es fundamental también que se	Destaca que la personalización dietética y el equilibrio de macronutrientes son fundamentales para optimizar el metabolismo y prevenir patologías crónicas desde la infancia. Estas pautas profesionales transforman la alimentación en una herramienta terapéutica,

de alimentos y bebidas en los espacios escolares?	controle mucho el limitar o eliminar las bebidas y alimentos ultra procesados, las bebidas azucaradas, priorice siempre como bebida como bebida principal hidratación el agua. Adicional a eso, también el tamaño de las porciones es muy, muy importante que los bares escolares tengan en su menú la cantidad adecuada de acuerdo a la edad del estudiante, que también sus proporciones sean seguras, seguras e higiénicas. Entonces, el bar escolar debe proporcionar una oferta alimentaria que sea variada, accesible y que sea también coherente, como decíamos siempre con el mensaje de la educación nutricional, porque de esta manera el entorno escolar facilita también la elección de alimentos saludables.	enfatizando que la calidad de los nutrientes y la hidratación adecuada son los pilares que sostienen el rendimiento cognitivo y la energía diaria. Al integrar estas recomendaciones en el hogar y la escuela, se logra una coherencia educativa que permite al estudiante desarrollar una relación consciente y saludable con la comida a largo plazo.
5. ¿Qué indicadores nutricionales y de salud (como sobrepeso, obesidad infantil, anemia u otros) considera relevantes para evaluar el impacto de las	Bueno, creo que para evaluar alguna estrategia que se aplique dentro de la educación nutricional debe ser el conjunto de algunos indicadores antropométricos, bioquímicos y de comportamiento para que se evalúe de manera más integral el impacto de cualquier estrategia de educación nutricional. Entonces dentro de los	Requiere un enfoque integral que combine la oferta de alimentos saludables en el entorno escolar con el seguimiento constante de las elecciones reales de los estudiantes. Es fundamental medir tanto el conocimiento teórico adquirido en los

acciones de promoción de hábitos alimenticios saludables en la población estudiantil?	indicadores, por ejemplo, antropométricos podemos mencionar el índice de masa corporal para la edad, podemos mencionar también circunferencia de cintura, también la evolución del peso-talla. Estos indicadores ya nos permiten identificar si hay sobrepeso, obesidad o si hay también retardo en talla. En cambio, dentro de los indicadores bioquímicos, por ejemplo, para determinar anemia muy importante, porque esto va a tener un impacto decisivo sobre el crecimiento y el rendimiento académico también del niño.	libros como el cambio de comportamiento en el consumo diario de frutas, vegetales y agua natural. Esta evaluación conjunta entre docentes y padres permite ajustar las estrategias pedagógicas para asegurar un impacto positivo y duradero en el bienestar físico y académico del menor.
6. Desde su experiencia, ¿qué tipo de orientación o capacitación deberían recibir los docentes y directivos para fortalecer su rol como promotores de hábitos alimenticios saludables dentro de la comunidad educativa?	Los docentes deben estar en constantes capacitaciones y no solamente los docentes, sino las personas involucradas en la alimentación del niño, no que hablábamos hace un momento, recuerde que generar hábitos saludables depende no solamente del entorno escolar, sino también del hogar. Por ejemplo, en este caso, los docentes capacitaciones continuas con mensajes claros, que tengan también a la mano siempre estas herramientas didácticas de acuerdo a la, como decía, la edad del niño,	Un aprendizaje integral y actualizado que combine la nutrición científica con estrategias de comunicación asertiva para movilizar a la comunidad educativa. No basta con conocer la teoría, sino que debe dominar la transposición didáctica (traducir lo técnico a lo cotidiano) y la psicología del comportamiento para fomentar cambios de hábito sin generar resistencia.

	porque no es lo mismo que yo di una charla a un niño de cinco años a que yo dé a un adolescente de 15 años. Hay que procurar siempre estar mantener la atención del estudiante. hay que procurar que eso sea también la teoría que yo trato de incluir al que trato de transmitir al niño sea reproducible, que el niño me entienda y que mantenga esto. Tenemos que los docentes se pueden convertir en modelos y promotores de salud cuando llegan con el mensaje claro y lo replican	

4.4. Análisis e interpretación de la entrevista aplicada al licenciado Danny Rodrigo Saltos Miguez, comunicador social

Pregunta	Respuesta	Análisis
1. Desde la óptica de la educomunicación, ¿cuáles son los principios clave	Hay que tomar en cuenta que el mensaje a los estudiantes tiene que ser llamativo, tiene que ser bastante atractivo, tiene que ser simple y que los sentidos son los motivos	Debe apelar a la emoción y a beneficios inmediatos, transformando datos técnicos en una narrativa de empoderamiento

para que un mensaje sobre nutrición sea memorable y genere un cambio de conducta real en niños de Educación Básica?	que tiene el estudiante si generen la atracción a este mensaje. Porque si no existe esa atracción al mensaje, obviamente que el estudiante no va a entender cuál va a ser la nutrición, cuál va a ser la parte fundamental para su desarrollo. Por eso tiene que ser un poder persuasivo, llamándolo así, al estudiante. Pero ¿cómo hacemos eso? Obviamente con imágenes llamativas, que hay imágenes que se muevan, con imágenes con videos. O sea, lo que más les llama, recuerden que estamos hablando de educación básica, y ellos están bastante interesados en el lenguaje, en el movimiento en este caso, de los de los aparatos electrónicos y animaciones para los señores estudiantes. Eso es lo que podríamos comentar en esta pregunta.	personal. Es fundamental simplificar la acción (como elegir agua sobre refresco) y presentarla no como una prohibición, sino como el combustible que define la vitalidad y el éxito diario del estudiante. Al conectar el consumo de alimentos naturales con la identidad y el amor propio, se logra una persuasión que trasciende el aula y moviliza un cambio de conducta real.
2 ¿Cuál considera que es el medio de comunicación más efectivo (ej. redes sociales, videos cortos, juegos, materiales impresos) para transmitir	Esta pregunta es bastante complicada, llamémoslo así. Porque hoy en día estamos rodeados en cuanto a las redes sociales, Pero hay que recordar que en las redes sociales existen un sinnúmero de entretenimiento y este entretenimiento es un entretenimiento muy negativo.	La radio comunitaria, ya que supera las barreras de conectividad digital y llega directamente a los hogares mientras las familias realizan sus labores diarias. Este canal permite utilizar formatos narrativos como el sociodrama o las cápsulas de

información nutricional a los estudiantes y a sus padres en el contexto escolar?	Considero que lo más importante son videos cortos, ¿sí? videos cortos que sean tanto interactivos y más que todo, estos juegos que llaman la atención al estudiante. Como estos juegos interactivos que llaman la atención, No va a tener ninguna información por qué desviarse, porque recordemos que, si utilizamos las redes sociales, que es lo común, en vez de estar viendo la información sobre la nutrición, nos aparece un mensaje que juguemos a tal situación y el estudiante va a perder el interés hacia la nutrición y se va a dedicar a jugar, por ejemplo. Mientras que colocamos un vídeo corto, el estudiante va a estar impactado en cuanto a las imágenes, siempre con las llamativas y con ello pues generará un poco de, ¿cómo se podría decirlo? de un poco de argumentación, un poco de síntesis en lo que ellos están viendo. Debemos tomar en cuenta bastante, que obviamente esto se relaciona también con la pregunta anterior, un poquito de coincidencia, si no es llamativo, el estudiante, o en este caso, no podrá poner atención, entonces, tiene que ser bastante persuasivo para que el estudiante quede con	audio, donde los propios estudiantes graban consejos sobre el uso de productos locales y de temporada, generando un sentido de identidad y pertenencia. Al ser un medio oral, facilita que la información nutricional sea accesible incluso para adultos con niveles bajos de alfabetización, convirtiendo el mensaje en una herramienta de cambio colectivo.

	esa acción y obviamente la realice y pueda mejorar su estilo de vida.	
3. Al diseñar una campaña de educomunicación, ¿cómo se debe adaptar el lenguaje y el formato del mensaje para competir eficazmente con la publicidad de alimentos no saludables (comida chatarra)?	Exactamente, para esta pregunta, tenemos que nosotros tener un lenguaje directo, un lenguaje positivo y un lenguaje atractivo. Con esas tres funciones principales podemos llamar la atención al estudiante, más bien dejar a un lado este tono moralista, si nosotros nos basamos en tratar de llamar la atención al estudiante, y más que todo tiene que ser sencillo. Recordemos que son niños. Los niños todavía no tienen el poder de realizar una crítica, porque ellos posiblemente no saben lo que significa la nutrición. Por ello, tiene que ser, positivo, tiene que ser directo y tiene que ser atractivo, utilizando un lenguaje en el cual ellos entiendan y más que todo sea mucho más fácil de entender, porque en caso contrario, tendríamos el ganar y lo que está ganando hoy en día, que es la comida chatarra, y más bien la nutrición quedaría a un lado. ya muchas de las personas, o son pocas las personas que realizamos un plato o una colación, por ejemplo, de nutrición, que puede ser una manzana verde. a veces	El lenguaje debe abandonar los tecnicismos médicos y transformarse en una narrativa cercana, lúdica y culturalmente pertinente que conecte con la realidad del estudiante. El formato debe ser multisensorial, utilizando desde infografías vibrantes hasta mensajes radiales o dramatizaciones que conviertan la teoría nutricional en una experiencia de vida compartida. Al adaptar el mensaje según la edad y el contexto, se logra que el conocimiento no solo se memorice, sino que se sienta como una herramienta propia para el bienestar y la autonomía.

	ahora la manzana verde puede lo colocan una Coca-Cola, por ejemplo. ¿Dónde está la nutrición? ¿Por qué? ¿Y por qué se genera eso? Porque la Coca-Cola tiene un poder tremendo de mensaje, que solamente con el color rojo que dice la Coca-Cola, llama la atención, y no solamente de los del estudiante, sino también de los adultos, porque los adultos son quienes envían la comida a los señores estudiantes.	
4 ¿Cómo puede una escuela medir o evaluar, si sus esfuerzos de educomunicación (más allá de las encuestas de opinión) están realmente influyendo en la toma de decisiones alimentarias de los niños?	En este caso, como acabas de mencionar, esto se va más allá de las encuestas, esto más bien tiene que ser un tipo de investigación, llamémoslo así, participante. ¿Qué quiero decir con esto? Que tenemos que observar la parte de cómo el estudiante se desarrolla. Recordemos que los valores parten desde la casa, y aquí, en la escuela, se desarrolla lo que sus padres les han dicho, por ejemplo, ¿no? Por ejemplo, como acabé de mencionar en ese momento, ¿Qué preferimos? ¿Una Coca-Cola o preferimos una manzana verde? Cuando hemos visto un pequeño comercio, un pequeño, ¿cómo se llama? Video sobre lo fundamental que es una manzana de color verde, por	La escuela debe implementar una evaluación diagnóstica y formativa que compare los hábitos antes y después de las campañas mediante indicadores de comportamiento real. No basta con aplicar exámenes teóricos; es vital observar la reducción de desechos de comida saludable y el aumento en la venta de frutas en el bar escolar como pruebas directas de cambio. Esta medición continua permite ajustar el mensaje creativo y asegurar que la inversión en comunicación se traduzca

	ejemplo. Pero que eso no existe, de hecho. O sea, de hecho, existe, pero no es tan comercial como la Coca-Cola. Obviamente, ¿qué va la Coca-Cola en vez de la manzana verde? Por ello, es que hay que tomar en cuenta que aquí, más que medir, tenemos que nosotros actuar, es actuar en base a los mensajes y aquellos mensajes que están directos, aquellos mensajes que están cortos y aquellos mensajes que el estudiante lo interiorice dentro de él, o más bien lo diga, lo memorice, porque nosotros más o menos tenemos en cuenta que, con alimentación buena, obviamente vamos a rendir bien en nuestro rendimiento académico.	efectivamente en platos más equilibrados y estudiantes más vitales.
5 ¿Qué papel juega la participación activa de los estudiantes (que ellos creen sus propios mensajes) en la efectividad de una estrategia de educomunicación sobre hábitos alimenticios?	A ver, en cuanto a esta pregunta, la participación, obviamente, esta es una participación activa, más que todo clave del mismo estudiante, cuando los estudiantes, en este caso, crean estos pequeños mensajes, o de alguna manera dentro de su lenguaje, obviamente se basan en base a sus sentidos cognitivos, por ejemplo, la vista, lo que escuchan también, lo que sienten también.	La participación activa de los estudiantes transforma el mensaje nutricional de una imposición adulta en una norma social aceptada, donde el niño pasa de receptor pasivo a protagonista del cambio. Al involucrarlos en la creación de huertos, programas de radio o videos para redes sociales, el aprendizaje se vuelve

	Utilizando todos sus sentidos es que aquí vamos a crear posiblemente estos pequeños mensajes, y aquí, con estos mensajes, más bien, ya no se vuelven propios del estudiante. y con esa información es propio del estudiante, el estudiante ya no repetirá la misma información, sino más bien lo interiorizará dentro de él. Eso hay que tomar bastante en cuenta. Y con esto vamos a influir no solamente con los compañeros, sino más bien de toda la comunidad educativa. ¿Y cuál es la comunidad educativa? Los padres de familia, los estudiantes, el bar, es decir, todo lo que está dentro de la institución educativa. y no solo dentro de la institución, sino también afuera, porque allá afuera, obviamente, al ingresar siempre va a haber comida que no es adecuada, es comida chatarra, nunca podemos ver un guineo, por ejemplo, que lo vendan, sino más bien de un guineo. están vendiendo, por ejemplo, limón con sal, hay que tomar en cuenta que el limón con sal es bueno, pero no todos los días, porque todo en exceso hace daño.	significativo y aumenta la probabilidad de que adopten hábitos saludables por convicción. Esta dinámica de "educación entre pares" es la herramienta más poderosa de la educomunicación, ya que un consejo de un compañero tiene mayor impacto emocional que una lección teórica.
6 ¿Cuál sería su recomendación estratégica	La recomendación principal en este caso es ir de poco a poco, ser constantes con los estudiantes, ¿y cómo vamos	Generar un liderazgo estudiantil activo mediante la creación de un club de

principal para la Escuela de Educación Básica González Suárez al iniciar un proyecto de educomunicación enfocado en crear hábitos alimenticios positivos a largo plazo?	a ser constantes con los estudiantes? Pero bueno, no solamente con ellos, como mencioné anterior preguntar, no solamente con ellos, sino con toda la comunidad educativa. Entonces, vamos a realizar con los estudiantes pequeños momentos, momentos prácticos, juegos lúdicos que se realizan, por ejemplo, hablemos un poco de la nutrición, ¿qué es lo que te gusta a ti? ¿Qué es lo que te gusta a ti?, vamos llenando nuestros pequeños apuntes y con ello, yo pienso que haremos un total de lo que el estudiante en su corte, ¿verdad? ¿Qué es lo que desea? Y con ello, utilizando, y yo soy bastante firme, que la utilización de videos cortos, llamativos, utilizando la gamificación y todo ese tipo de cuestiones, es que nosotros vamos a llamar la atención, de una nutrición positiva. Si no tenemos una nutrición positiva, obviamente que, con una nutrición mala, ¿qué es lo que va a suceder? El rendimiento académico del estudiante va a bajar, porque no, con la nutrición, el estudiante, posiblemente, si tiene una nutrición mala, no puede dormir correctamente, hay muchos estudiantes que se quedan	Embajadores de Nutrición. Estos líderes, elegidos entre los propios alumnos, deben ser los encargados de transformar los contenidos técnicos en mensajes cercanos para sus pares, utilizando formatos como redes sociales escolares o dramatizaciones en el recreo. Al empoderar a los estudiantes como comunicadores, el mensaje deja de ser una instrucción vertical del docente para convertirse en una norma social aceptada, lo que garantiza que la adopción de hábitos saludables sea auténtica, duradera y culturalmente relevante para su comunidad.

	bien en clase, hay muchos estudiantes que tienen algún, que tienen, ¿cómo se llama esto? Se me fue. Cuando tienen ansiedad, por ejemplo, tienen ansiedad, es porque fácil y sencillo, no se están alimentando de buena manera. O también hay casos que los estudiantes que están, ¿cómo se llama esto? con anemia, por ejemplo, todo eso influye bastante, entonces, yo pienso que, como docentes, en base, como en base a la comunicación, y recordar que la comunicación es el poder de convencimiento para satisfacer las necesidades de las personas, en este caso de los estudiantes, para que aquellos estudiantes sean fuertes, sean poderosos y puedan sacar un rendimiento académico bastante positivo, entonces, eso es lo que puedo comentar y, y bueno, esperemos poner en práctica para que los estudiantes sean mejores cada día.	

Análisis e Interpretación de la ficha de observación aplicada a los estudiantes de primero año de básica por la licenciada Lorena Velasco, el 5 de enero de 2026.

Tabla 14 Primer de Básica

N°	NOMINA DE ALUMNOS	Indicadores									
		El niño/a, se alimenta de forma adecuada.	Se observa en el niño un cambio en el hábito	El niño/a, evita comer dulces, papas fritas, chitos ya que son perjudiciales para su salud	P4.- El niño/a, ha disminuido el consumo de golosinas en su dieta diaria.	P5.- Se evidencia en los niños el interés por realizar activamente sus tareas	P6. El niño/a compartan conocimientos sobre alimentos y recetas saludables de sus hogares.	P7. El estudiante consume la totalidad o la mayor parte de las frutas/verduras incluidas en su lonchera o almuerzo.	P8. El estudiante evita o rechaza compartir o intercambiar alimentos poco	P9. El estudiante demuestra interés o curiosidad por probar o preguntar sobre alimentos nuevos o no habituales que observa en	P10. El estudiante es capaz de clasificar o nombrar correctamente al menos tres grupos principales de
1	Guaquipana Ninabanda Iker Said	S	AV	AV	AV	S	S	AV	AV	S	AV
2	Veloz Tunay Jamile Anahí	S	AV	AV	AV	S	S	AV	AV	S	AV

Fuente: ficha de observación aplicada a los seis docentes de la E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Análisis e Interpretación de la ficha de observación aplicada a los estudiantes de segundo año de básica por la licenciada Lorena Velasco, el 5 de enero de 2026.

Tabla 15 Segundo Básica

N°	NOMINA DE ALUMNOS	Indicadores									
		P1. El niño/a, se alimenta de forma adecuada.	P2.- Se observa en el niño un cambio en el hábito	P3.- El niño/a, evita comer dulces, papas fritas, chitos ya que son perjudiciales para su	P4.- El niño/a, ha disminuido el consumo de golosinas en su dieta diaria.	P5.- Se evidencia en los niños el interés por realizar activamente sus tareas	P6. El niño/a compartan conocimientos sobre alimentos y recetas saludables de sus hogares.	P7. El estudiante consume la totalidad o la mayor parte de las frutas/verduras incluidas en su lonchera o almuerzo.	P8. El estudiante evita o rechaza compartir o intercambiar alimentos poco saludables	P9. El estudiante demuestra interés o curiosidad por probar o preguntar sobre alimentos nuevos o no habituales que observa en	P10. El estudiante es capaz de clasificar o nombrar correctamente al menos tres grupos principales de alimentos
1	Manobanda Borja Anderson Jhoel	S	AV	AV	AV	S	S	AV	AV	S	AV
2	Peñafiel Verdezoto Juan Pablo	S	AV	AV	AV	S	S	AV	AV	S	AV
3	Peñafiel Verdezoto Luis Miguel	S	AV	AV	AV	S	S	AV	AV	S	AV
4	Pilcolema Pucha Antonela Fernanda	S	AV	AV	AV	S	S	AV	AV	S	AV

5	Pilcolema Pucha Patricia Stefania	S	AV	AV	AV	S	S	AV	AV	S	AV
6	Toro Coloma Scarlet Fabiana	S	AV	AV	AV	S	S	AV	AV	S	AV
7	Vargas Flores Dayana Stefanía	S	AV	AV	AV	S	S	AV	AV	S	AV
8	Yaucen Erazo Marco Antonio	S	AV	AV	AV	S	S	AV	AV	S	AV

Fuente: ficha de observación aplicada a los seis docentes de la E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Análisis e Interpretación de la ficha de observación aplicada a los estudiantes de tercer año de básica por la master, Silvia Ramos, el 5 de enero de 2026.

Tabla 16 Tercero de Básica

N°	NOMINA DE ALUMNOS	Indicadores									
		P1. El niño/a, se alimenta de forma adecuada.	P2.- Se observa en el niño un cambio en el hábito	P3.- El niño/a, evita comer dulces, papas fritas, chitos ya que son perjudiciales para su	P4.- El niño/a, ha disminuido el consumo de golosinas en su dieta diaria.	P5.- Se evidencia en los niños el interés por realizar activamente sus tareas	P6. El niño/a compartan conocimientos sobre alimentos y recetas saludables de sus hogares.	P7. El estudiante consume la totalidad o la mayor parte de las frutas/verduras incluidas en su lonchera o almuerzo.	P8. El estudiante evita o rechaza compartir o intercambiar alimentos poco saludables	P9. El estudiante demuestra interés o curiosidad por probar o preguntar sobre alimentos nuevos o no habituales que observa en	P10. El estudiante es capaz de clasificar o nombrar correctamente al menos tres grupos principales de alimentos
1	Bosquez Eguez Verónica	AV	AV	N	N	AV	N	AV	N	AV	AV
2	Verdezoto Colcha Juan	S	S	AV	AV	S	S	S	AV	AV	AV

Fuente: ficha de observación aplicada a los seis docentes de la E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Análisis e Interpretación de la ficha de observación aplicada a los estudiantes de cuarto año de básica por la master, Silvia Ramos, el 5 de enero de 2026.

Tabla 17 Cuarto de Básica

N°	NOMINA DE ALUMNOS	Indicadores									
		P1. El niño/a, se alimenta de forma adecuada.	P2.- Se observa en el niño un cambio en el hábito	P3.- El niño/a, evita comer dulces, papas fritas, chitos ya que son perjudiciales para su	P4.- El niño/a, ha disminuido el consumo de golosinas en su dieta diaria.	P5.- Se evidencia en los niños el interés por realizar activamente sus tareas	P6. El niño/a compartan conocimientos sobre alimentos y recetas saludables de sus hogares.	P7. El estudiante consume la totalidad o la mayor parte de las frutas/verduras incluidas en su lonchera o almuerzo.	P8. El estudiante evita o rechaza compartir o intercambiar alimentos poco saludables	P9. El estudiante demuestra interés o curiosidad por probar o preguntar sobre alimentos nuevos o no habituales que observa en	P10. El estudiante es capaz de clasificar o nombrar correctamente al menos tres grupos principales de alimentos
1	Caripuma Caranqui Artel	AV	AV	AV	AV	AV	AV	AV	AV	AV	AV
2	Erazo Cayambe Emanuel	AV	AV	AV	AV	AV	AV	AV	AV	AV	AV
3	Miranda Erazo Joel	S	S	AV	AV	AV	AV	AV	AV	AV	AV

Fuente: ficha de observación aplicada a los seis docentes de la E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Análisis e Interpretación de la ficha de observación aplicada a los estudiantes de quinto año de básica por la licenciada Nelly Llanos, el 5 de enero de 2026.

Tabla 18 Quinto de Básica

N°	NOMINA DE ALUMNOS	Indicadores									
		P1. El niño/a, se alimenta de forma adecuada.	P2.- Se observa en el niño un cambio en el hábito	P3.- El niño/a, evita comer dulces, papas fritas, chitos ya que son perjudiciales para su	P4.- El niño/a, ha disminuido el consumo de golosinas en su dieta diaria.	P5.- Se evidencia en los niños el interés por realizar activamente sus tareas	P6. El niño/a compartan conocimientos sobre alimentos y recetas saludables de sus hogares.	P7. El estudiante consume la totalidad o la mayor parte de las frutas/verduras incluidas en su lonchera o almuerzo.	P8. El estudiante evita o rechaza compartir o intercambiar alimentos poco saludables	P9. El estudiante demuestra interés o curiosidad por probar o preguntar sobre alimentos nuevos o no habituales que observa en	P10. El estudiante es capaz de clasificar o nombrar correctamente al menos tres grupos principales de alimentos
1	Armijos Carmen	AV	AV	AV	N	AV	AV	S	N	N	N
2	Erazo Nahomi	AV	N	AV	N	AV	AV	S	N	AV	AV
3	Nuñez Maite	AV	N	AV	N	S	AV	S	N	AV	N
4	Yumbo Marshelyn	AV	AV	AV	AV	AV	AV	AV	N	N	N

Fuente: ficha de observación aplicada a los seis docentes de la E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Análisis e Interpretación de la ficha de observación aplicada a los estudiantes de sexto año de básica por la licenciada Nelly Llanos, el 5 de enero de 2026.

Tabla 19 Sexto de Básica

N°	NOMINA DE ALUMNOS	Indicadores									
		P1. El niño/a, se alimenta de forma adecuada.	P2.- Se observa en el niño un cambio en el hábito	P3.- El niño/a, evita comer dulces, papas fritas, chitos ya que son perjudiciales para su	P4.- El niño/a, ha disminuido el consumo de golosinas en su dieta diaria.	P5.- Se evidencia en los niños el interés por realizar activamente sus tareas	P6. El niño/a compartan conocimientos sobre alimentos y recetas saludables de sus hogares.	P7. El estudiante consume la totalidad o la mayor parte de las frutas/verduras incluidas en su lonchera o almuerzo.	P8. El estudiante evita o rechaza compartir o intercambiar alimentos poco saludables	P9. El estudiante demuestra interés o curiosidad por probar o preguntar sobre alimentos nuevos o no habituales que observa en	P10. El estudiante es capaz de clasificar o nombrar correctamente al menos tres grupos principales de alimentos
1	Agualongo Edgar	S	AV	N	AV	AV	AV	S	N	AV	N
2	Cabezas Alan	S	AV	N	AV	AV	AV	S	N	AV	N
3	Erazo Emilia	AV	AV	N	AV	AV	AV	AV	N	N	N
4	Guaranda Luis	AV	AV	N	AV	AV	AV	AV	N	AV	AV
5	Guzman Karla	S	AV	N	AV	AV	N	AV	N	N	AV
6	Toro Yeimy	AV	AV	AV	AV	AV	N	S	N	AV	N

Fuente: ficha de observación aplicada a los seis docentes de la E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Análisis e Interpretación de la ficha de observación aplicada a los estudiantes de séptimo año de básica por la licenciada Nelly Llanos, el 5 de enero de 2026.

Tabla 20 Séptimo de Básica

N°	NOMINA DE ALUMNOS	Indicadores									
		P1. El niño/a, se alimenta de forma adecuada.	P2.- Se observa en el niño un cambio en el hábito	P3.- El niño/a, evita comer dulces, papas fritas, chitos ya que son perjudiciales para su	P4.- El niño/a, ha disminuido el consumo de golosinas en su dieta diaria.	P5.- Se evidencia en los niños el interés por realizar activamente sus tareas	P6. El niño/a compartan conocimientos sobre alimentos y recetas saludables de sus hogares.	P7. El estudiante consume la totalidad o la mayor parte de las frutas/verduras incluidas en su lonchera o almuerzo.	P8. El estudiante evita o rechaza compartir o intercambiar alimentos poco saludables	P9. El estudiante demuestra interés o curiosidad por probar o preguntar sobre alimentos nuevos o no habituales que observa en	P10. El estudiante es capaz de clasificar o nombrar correctamente al menos tres grupos principales de alimentos
1	Solano Karla	AV	AV	N	N	N	N	AV	AV	N	N
2	Sangacha Steven	AV	AV	N	AV	N	N	AV	AV	N	N
3	Vargas Jhon	AV	AV	N	N	N	N	AV	AV	N	N

Fuente: ficha de observación aplicada a los seis docentes de la E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Resumen de las fichas de observación llenadas por los docentes de la escuela de primero a séptimo año de educación básica

Tabla 21 Resumen de fichas de observación de los docentes

Nº	Indicadores	Criterios																					
		Primero			Segundo			Tercero			Cuarto			Quinto			Sexto			Séptimo		
		Siempre	A veces	Nunca	Siempre	A veces	Nunca	Siempre	A veces	Nunca	Siempre	A veces	Nunca	Siempre	A veces	Nunca	Siempre	A veces	Nunca	Siempre	A veces	Nunca
1	El niño/a, se alimenta de forma adecuada	2			8			2			1	2			4		3	3			3	
2	Se observa en el niño un cambio en el hábito alimenticio		2			8			2		1	2			2	2		6			3	
3	El niño/a, evita comer dulces, papas fritas, chitos ya que son perjudiciales para su salud		2			8			2			3			4			3	3			3
4	El niño/a, ha disminuido el consumo de golosinas en su dieta diaria.		2			8			2			3			1	3	1	5			1	2
5	Se evidencia en los niños el interés por realizar activamente sus tareas asignadas.	2			8			2				3		1	3		6					3
6	El niño/a compartan conocimientos sobre	2			8			2				3		4			3	3				3

	alimentos y recetas saludables de sus hogares.																			
7	El estudiante consume la totalidad o la mayor parte de las frutas/verduras incluidas en su lonchera o almuerzo.		2			8			2			3		1	3		1	5			3	
8	El estudiante evita o rechaza compartir o intercambiar alimentos poco saludables (chatarra) con otros compañeros.		2			8			2			3				4			6			3
9	El estudiante demuestra interés o curiosidad por probar o preguntar sobre alimentos nuevos o no habituales que observa en otros compañeros.	2			8				2			3			2	2		4	2			3
10	El estudiante es capaz de clasificar o nombrar correctamente al menos tres grupos principales de alimentos (ej. lácteos, cereales, frutas).		2			8				2		3			1	3		4	2			3

Fuente: ficha de observación a los niños de la E.E.B.G.S
Elaborado por: Caceres Ronal y Vaicilla Martha.

Análisis de la ficha de observación realizada por Ronal Caceres y Martha Vaicilla, el 6 de enero de 2026, para verificar si los sujetos de estudios, si consumen o no alimentación saludable.

Tabla 22 Verificación

ASPECTOS A OBSERVAR				
N°	**CRÍTERIOS**	**SIEMPRE**	**A VECES**	**NUNCA**
P1	**¿Existen en áreas comunes (pasillos, patios) mensajes visuales (carteleras, murales) diseñados por la escuela o estudiantes sobre alimentación saludable?**		X	
P2	**¿Se utilizan diagramas o herramientas reconocidas (Plato del Buen Comer, semáforos nutricionales) en los materiales informativos de la escuela?**		X	
P3	**¿Se observan avisos en puntos clave que remiten a las familias a la información de nutrición en plataformas digitales (página web, redes sociales escolares)?**		X	
P4	**Existe aalguna actividad o material que eduque a los estudiantes y padres sobre la lectura y comprensión de las etiquetas nutricionales (ej. octógonos)**			X
P5.	**¿La oferta de alimentos y bebidas en el bar escolar incluye una variedad y predominio de opciones saludables (frutas, agua, cereales integrales) sobre snacks y bebidas azucaradas?**		X	
P6	**¿Qué porcentaje de estudiantes observados consume frutas, verduras o alimentos integrales durante el recreo o la hora del almuerzo?**		X	
P7	**¿Qué porcentaje de estudiantes observados consume gaseosas, jugos procesados o bebidas azucaradas en la escuela?**	X		
P8	**¿Existe un ambiente y un tiempo suficiente y organizado para que los estudiantes coman sus alimentos sin apuros?**		X	
P9	**¿Los estudiantes comparten o comentan los alimentos saludables de sus compañeros, reforzando la elección positiva (ej. "¡Qué buena fruta trajiste!")?**		X	
P10	**¿Se observa un alto o bajo desperdicio de alimentos saludables (ej. frutas o verduras)? (El alto desperdicio puede indicar que la educomunicación no ha sido efectiva en la aceptación).**		X	

4.3 Discusión de Resultados

El estudio sobre los hábitos alimenticios en los niños de la Escuela González Suárez muestra cómo se torna necesario manejar procesos de enseñanza-aprendizaje en el aula que orienten algo, que parece tan simple, el comer sano y saludable, basados en una buena comunicación, aquí se hace referencia a canales y medios por donde fluye la información, la misma que debe estar en sintonía con el proceso educativo.

Para Barbas (2012, pág. 158) ese eje conductor es la educomunicación que sirve como un campo que integra la educación y la comunicación para facilitar el aprendizaje. Sin embargo, para (Kaplún, 2002) sugiere un modelo dialógico donde el receptor sea un sujeto activo.

De acuerdo a los hallazgos, los resultados muestran que la existencia de buenos o malos hábitos alimenticios en los niños en edad escolar tiene una fuerte influencia en lo que miran y oyen a través de los mass media, de aquí la postura de Horkheimer y Adorno (2007) sobre cómo los medios promueven la pasividad, por lo tanto, esto refuerza la necesidad de una pedagogía más crítica que empodere al estudiante frente a los mensajes persuasivos de la industria alimentaria.

El estudio deja claro que los flujos de comunicación que usa la Escuela para promover el consumo de alimentos saludables no surten efecto, es decir, se evidencia una brecha entre la recepción de mensajes y el cambio de actitud en los educandos y su entorno familiar y social, que da preferencia a la comida procesada o chatarra. Según la FAO (2024), el consumo de comida chatarra está considerado como prácticas socialmente adquiridas que determinan la salud.

En el entorno directivo, desde la visión institucional, otro de los resultados de la investigación, es que a pesar de que existan esfuerzos de concienciar a los padres de familia y a los niños sobre qué comer, no hay efectividad del mensaje sea a través de cualquier medio que se lo emita, es decir, no hay eco.

De aquí emerge la necesidad de buscar otros mecanismos más idóneos; esto se alinea con la propuesta de Olivar Solares (2023), quien propone gestionar una ecología comunicativa que involucre a todos los actores para lograr una verdadera ciudadanía saludable.

Los datos de las encuestas a padres muestran una disposición al cambio, pero falta una articulación coherente entre el hogar y la escuela, lo que a la postre desmejora el desempeño académico de los niños. Este hallazgo respalda las investigaciones de Ibarra y Hernández (2005) quienes asocian los correctos hábitos alimentarios con un mejor desempeño y desarrollo integral de los niños.

El comunicador Danny Saltos enfatiza que los mensajes deben ser atractivos y emotivos para competir con la publicidad comercial. Esto se concatena con la propuesta de Mario Kaplún sobre el uso de la creatividad y la experimentación para transformar conductas, más allá de la instrucción tradicional.

En resumen, la investigación sugiere que la educomunicación en la institución no debe limitarse a enseñar qué comer a los niños, sino más bien a ser un acto de liberación y reflexión que convierta al estudiante de un receptor pasivo en un agente crítico de su propia nutrición, como lo plantea Paulo Freire (2023).

Capítulo V

5. Propuesta

Manual didáctico

5.1.Introducción

El manual denominado '**Los Secretos de Mi Lonchera'** y '**Nutripower'** surge como una respuesta a una problemática escolar y a la necesidad de repensar cómo se encuentra la alimentación en el entorno escolar, que va mucho más allá de la simple ingesta de calorías. Este recurso busca fortalecer la cultura de la buena alimentaria, es decir, sana, balanceada y nutritiva de la comunidad educativa, entendiendo que la lonchera se convierte en ese espacio de aprendizaje de saber qué, cómo y cuándo comer bien; y, que, a la postre se traducen en una buena salud.

A través de un enfoque de nutrición consciente se pretende incentivar a los estudiantes, padres y docentes a valorar de manera intrínseca la importancia de los alimentos naturales, saludables y alejarse de los discursos prohibitivos que emiten los medios de comunicación para buscar en el bienestar integral no sólo del niño sino de la familia en su conjunto.

Este manual no es sólo una guía de nutrición, sino un instructivo que pretende mejorar el desarrollo físico con el equilibrio emocional de los niños de la Escuela de Educación Básica González Suárez. El mensaje centra será que en cuerpo sano (bien nutrido) se logra el cimiento de una mente curiosa (mente sana) desde la infancia y que posibilitará un mejor desarrollo cognitivo hasta la adultez.

Este material articula la implementación de estrategias de comunicación circular, un modelo que rompe el paradigma de la educación tradicional y fomentará un diálogo horizontal entre todos los actores de la escuela. En esta guía, la comunicación es en esencia la herramienta que permitirá el empoderamiento de los actores claves (padres, docentes y niños) sobre la importancia de llevar hábitos alimenticios saludables.

Con este manual se facilitará para que los niños y niñas se conviertan en agentes activos de su propia salud, capaces de tomar decisiones informadas y críticas sobre lo que consumen.

El objetivo es que cada mensaje será que cale en cada hogar, en cada familia; y, por supuesto, en el aula, creando así una red de apoyo que sostenga hábitos saludables duraderos, basados en la participación, la escucha activa y la construcción de una vida más saludable para el niño y la familia.

Finalmente, este proyecto se propone darle un sentido o una resignificación del valor y la importancia de los alimentos, desde lo comunicacional. Esto significa que no se los verá como simples alimentos sino como esa fuente de energía, conexión con la naturaleza, es decir, más allá de las etiquetas que desde la publicidad se pretende venderlas. Al integrar la educomunicación en cada sección, se busca que la comunidad escolar comprenda que comer tiene un amplio significado que debe ser visto desde los ámbitos gubernamental, económico y social que define el futuro de las próximas generaciones.

Este documento a través de dinámicas interactivas y consejos prácticos busca potenciar el desarrollo infantil vinculando la calidad de lo que se come. Cada lonchera debe ser desde el lenguaje simbólico de la comunicación un cofre de ´Secretos´ que guarda las tradiciones, costumbres del alimento saludable propio de cada región o zona de donde provienen los niños; y, además, afirmando que la salud es un derecho que se debe potenciar y cuidar desde lo familiar e institucional.

La propuesta agrega otro componente que es Nutripower, que en pocas palabras significa que la alimentación deja de ser una rutina diaria para convertirse en una poderosa herramienta de libertad, consciencia y crecimiento para la sociedad.

5.2.Análisis y segmentación del público

Este manual consta de dos segmentos que son, el primer momento está dedicado a los niños de 3 a 8 años, que cursan los primeros años de estudio.

- **Segmento**: Los Secretos de mi Lonchera
- **Público**: Niños y niñas de 3 a 7 años (Educación Inicial y Básica Elemental).
- **Perfil Psicológico**: Se encuentran en una etapa de pensamiento mágico y simbólico. Aprenden a través del juego, el asombro y el descubrimiento. La figura de los padres y maestros es su principal referente de autoridad.

- **Enfoque Educomunicativo:** La comunicación debe ser lúdica y sensorial. El "secreto" funciona como un gancho narrativo que despierta la curiosidad.
- **Relación con la Comida**: Es el momento de la "neofobia" (miedo a probar cosas nuevas). Necesitan ver los alimentos como amigos o elementos divertidos.
- **Estrategia de Mensaje:** Uso de personajes (ejemplo: El Capitán Brócoli).
- **Fichas** para colorear o pegar stickers según lo que comieron.
- **Lenguaje sencillo:** "Los colores de la fruta te dan visión láser".

La otra parte está dedicado a niños de 9 a 10 años y pre adolescentes 11 y 12 años. Esta segunda parte esta denominada:

- **Segmento: Nutripower**
- **Público**: Preadolescentes de 9 a 12 años (Básica Media).
- **Perfil Psicológico**: Buscan autonomía e identidad. Empiezan a cuestionar la autoridad y se dejan influir más por sus pares (amigos) y por lo que ven en redes sociales. Valoran la competencia, la fuerza y la aceptación social.
- **Enfoque Educomunicativo**: La comunicación es el elemento decisor y funcional. "Power" apela a su deseo de ser más fuertes, rápidos o inteligentes para sus hobbies (deportes, videojuegos, estudios).
- **Relación con la Comida:** Empiezan a elegir sus propios snacks. Es vital trabajar el pensamiento crítico frente a la publicidad de ultraprocesados.
- Estrategia de Mensaje: Infografías tipo "Performance": "¿Qué combustible usa un atleta?". Retos y desafíos grupales (Gamificación).
- **Uso de lenguaje dinámico**: Hackea tu cerebro con omega-3, Energía real vs. Energía falsa.

Tema

Los Secretos de Mi Lonchera y Nutripower

Datos generales

Área: Comunicación y salud

Nivel: Educación Básica

Destinatarios: niños de 3 a 8 y 9 a 12 años

Responsables: Docentes, familia

Duración: 10 meses

Fundamentación

En este manual es un ecosistema comunicativo, es decir, que va más allá de transmitir mensajes con contenidos alimenticios. La educomunicación propone que el aprendizaje es un proceso de diálogo horizontal. Al segmentar el contenido en 'Los Secretos de mi Lonchera' y 'Nutripower', esta herramienta reconoce que el lenguaje construye realidad. Se busca que el estudiante no sea un receptor pasivo de normas dietéticas, sino un emisor y crítico de su propia cultura alimentaria, capaz de dialogar con sus pares y su familia sobre lo que consume.

Nutrición Consciente y Relación Saludable

Frente al modelo tradicional de nutrición basado en el miedo a la enfermedad (enfoque patogénico), este manual se fundamenta en la Salutogénesis. La nutrición consciente (Mindful Eating) busca que niños y preadolescentes desarrollen una conexión con su cuerpo.

El objetivo es sanar la relación con la comida, eliminando la dicotomía de alimentos buenos o malos para centrarse en el valor funcional y emocional del alimento. Se fundamenta en la idea de que entender el origen y el propósito de los nutrientes genera hábitos sostenibles que la prohibición no logra alcanzar.

Perspectiva del Desarrollo Evolutivo y Social

La fundamentación psicológica del manual se basa en las etapas de desarrollo:

Etapa Preoperacional y Operaciones Concretas (3-9 años): Donde el aprendizaje es simbólico. El manual utiliza el concepto de 'Secretos' para convertir la alimentación en un juego de descubrimiento, respetando la necesidad de asombro de la infancia temprana.

Preadolescencia (9-12 años): Donde la búsqueda de autonomía es vital. 'Nutripower' fundamenta su propuesta en el empoderamiento y la identidad, alineando la nutrición con las aspiraciones de rendimiento, pertenencia y autoimagen propias de esta edad.

Determinantes Sociales y Economía Local

Finalmente, el manual se fundamenta en una visión ética y situada. Reconoce que la alimentación está condicionada por el contexto económico. Por ello, promueve la utilización de productos locales, de temporada y de bajo costo, fundamentando que la ´Nutrición Consciente´ que debe ser afirmado como un derecho. Al fomentar recetas prácticas y económicas, el manual reduce la brecha de desigualdad, permitiendo que toda la comunidad educativa pueda participar activamente en la construcción de una vida saludable**.**

5.3.Objetivos

5.3.1. General

Fortalecer la cultura alimentaria de la comunidad educativa mediante estrategias de comunicación circular que promuevan una nutrición consciente, resignificando el valor de los alimentos para potenciar el desarrollo físico y emocional de la infancia.

5.3.2. Específicos

- Desarrollar habilidades de autoconocimiento y selección crítica de alimentos en los estudiantes, mediante el uso de herramientas lúdicas para los niños de 3 a 8 años (Los Secretos de mi Lonchera) y desafíos de rendimiento funcional para los preadolescentes de 9 a 12 años (Nutripower).
- Implementar canales de comunicación circular dentro de la comunidad educativa que faciliten el intercambio de saberes sobre alimentación económica y equilibrada.

Contenidos

Conceptuales: Cultura Alimentaria y Soberanía: Reconocimiento de los alimentos locales, de temporada y su origen natural frente a los ultraprocesados.

Grupos de Alimentos y Funciones: Para los pequeños (3-7): Los colores de la salud (rojos para el corazón, verdes para crecer, etc.). Para los grandes (9-12): Macronutrientes (proteínas, carbohidratos, grasas saludables) como combustible biológico.

Comunicación Crítica: Comprensión de cómo la publicidad influye en nuestras decisiones alimentarias (especialmente en el segmento Nutripower).

Hidratación Vital: La importancia del agua como elemento esencial para el cerebro y la energía.

Procedimentales: Se refiere a las habilidades y acciones prácticas que el manual busca desarrollar.

Diseño de la Lonchera Consciente: Aplicación de fórmulas prácticas para armar una lonchera equilibrada (Proteína + Fibra + Energía).

Técnicas de Selección de Alimentos: Lectura simplificada de etiquetas o semáforos nutricionales y elección de productos frescos en mercados.

Preparación de Recetas Bolsillo Feliz: Elaboración de refrigerios sencillos, económicos y nutritivos que no requieren cocción compleja.

Prácticas de Mindful Eating (Comer Atento): Ejercicios para identificar señales físicas de hambre y saciedad, y el uso de los sentidos para disfrutar la comida.

Actitudinales: Son los valores, actitudes y cambios de comportamiento que el manual promueve.

Autonomía y Responsabilidad: Valoración de la capacidad propia para elegir alimentos que cuidan el cuerpo y la mente.

Respeto y Gratitud hacia el Alimento: Desarrollo de una actitud positiva hacia la comida, evitando la culpa y promoviendo el agradecimiento por los recursos de la tierra.

Empatía y Colaboración Comunitaria: Disposición para compartir conocimientos y recetas saludables con la familia y compañeros (Comunicación Circular).

Resiliencia Alimentaria: Actitud crítica y proactiva para mantener hábitos saludables incluso en entornos con alta oferta de comida chatarra.

Metodología

La aplicación del manual seguirá cuatro momentos clave en cada unidad didáctica:

1. Momento de Provocación (Sentir)

Enfoque: Despertar la curiosidad y la emoción.

Acción: Se inicia con una pregunta generadora o un "secreto" por descubrir.

Ejemplo (3-8 años): ¿Sabías que hay frutas que te dan visión nocturna?

Ejemplo (9-12 años): ¿Es tu snack un combustible de alta calidad o solo humo?

2. Momento de Diálogo y Reflexión (Pensar)

Enfoque: Comunicación circular y pensamiento crítico.

Acción: Espacios de debate donde los niños comparten qué traen en su lonchera y por qué. Se analiza la publicidad y los saberes familiares. El manual actúa como mediador, no como juez. Se busca que el estudiante cuestione: ¿Cómo me siento después de comer esto?

3. Momento de Experimentación (Hacer)

Enfoque: Talleres prácticos y vivenciales.

Acción: Creación de recetas "Bolsillo Feliz" en el aula o en casa. El manual incluye retos semanales y hojas de registro creativo (no de control calórico) donde dibujan o escriben sus descubrimientos.

Actividad Nutripower: "El laboratorio del etiquetado" (comparar un producto procesado con uno natural).

4. Momento de Socialización (Compartir)

Enfoque: Educomunicación externa.

Acción: El conocimiento sale del manual hacia la comunidad. Los estudiantes se convierten en ´Corresponsales de Salud´.

Propuesta: Crear el ´Muro de los Secretos´ en la escuela, donde pegan sus recetas económicas favoritas para que otros padres las vean.

Recetas

Para ´**Los Secretos de Mi Lonchera**´ (3-8 años): **Rollitos de Súper Poder**

Ingredientes: 2 rebanadas de jamón de pavo (o queso), 1 zanahoria pequeña rallada y unas gotitas de limón.

Preparación: Extiende la rebanada de jamón o queso, coloca un poco de zanahoria rallada en un extremo y enróllalo como un pequeño pergamino.

El Secreto: ¡Son pergaminos mágicos que dan vista de lince por la vitamina A de la zanahoria!

3. **Para ´NutriPower´** (9-12 años): Avena Energía Turbo (Overnight Oats)

Ingredientes: 3 cucharadas de avena en hojuelas, media taza de leche o yogur, y tu fruta favorita (plátano o manzana).

Preparación: En un frasco o recipiente pequeño, mezcla la avena con la leche/yogur la noche anterior. Déjalo en la nevera. Por la mañana, añade la fruta picada.

El Power: Este es combustible de larga duración para que tu cerebro no se "descargue" durante las clases de matemáticas o deportes.

Recursos y Materiales

Materiales Alimenticios: Frutas y verduras de temporada (ej. fresas, brócoli, zanahoria, manzana). Unas enteras para textura y otras troceadas para degustación.

Materiales de Exploración: Caja de cartón decorada (Caja Misteriosa), pañuelo para vendar los ojos.

Materiales Didácticos: Títere de mano, tarjetas de los 5 sentidos, fichas con propiedades nutricionales y el guion del diálogo ‘La Vaca y el Brócoli’.

Espacio: Aula con mesas agrupadas para permitir la observación del grupo.

Tecnología

Aunque es una actividad eminentemente sensorial y analógica, se puede integrar tecnología de la siguiente manera:

Audio: Reproducción de sonidos de la naturaleza o del huerto de fondo para ambientar.

Registro Visual: Uso de una tableta o cámara para fotografiar las reacciones de los niños (con fines de autoevaluación posterior).

Apoyo Visual: Proyección de un breve video sobre cómo crecen las verduras ecológicas después de la charla con el títere.

Evaluación

Identificación Sensorial: Capacidad para reconocer alimentos a través del gusto, olfato o tacto sin usar la vista.

Expresión Oral: Uso de vocabulario adecuado para describir texturas (rugoso, suave), sabores (dulce, ácido) y olores.

Conciencia Nutricional: Reconocimiento de los beneficios de los alimentos probados y del concepto de ´producto ecológico´.

Participación y Respeto: Capacidad de guardar silencio mientras el compañero adivina y esperar su turno.

Instrumentos de Evaluación

Registro Anecdótico: Notas del docente sobre comentarios curiosos o dificultades detectadas.

Lista de Cotejo: Tabla con los nombres de los alumnos y columnas de ´Logrado/En proceso´ para la identificación de los alimentos.

Escala de Observación: Para medir el nivel de interés y participación durante el diálogo del títere.

Resultados Esperados

Al finalizar la actividad, se espera que los participantes logren:

1. **Vencer la neofobia** (miedo y el rechazo a probar alimentos nuevos o desconocidos) **alimentaria:** Disposición a probar alimentos nuevos o que anteriormente rechazaban por su aspecto visual.
2. **Vincular placer y salud:** Asociar el consumo de frutas y verduras con una experiencia divertida y lúdica.
3. **Comprensión del entorno:** Entender qué significa que un alimento sea ecológico (respeto a la tierra, sin químicos, etc.).
4. **Agudeza sensorial:** Desarrollar una mayor consciencia sobre cómo los sentidos nos dan información detallada del mundo.

CONCLUSIONES

- En conclusión, a partir del análisis realizado sobre los hábitos alimenticios de los estudiantes de la escuela de educación básica “González Suárez”, se conoce que predominan prácticas alimentarias inadecuadas, caracterizadas principalmente por el consumo frecuente de alimentos ultra procesados, bebidas azucaradas y productos con bajo valor nutricional, además, se evidenció la omisión de comidas esenciales, especialmente el desayuno, situación que puede comprometer el adecuado desarrollo físico, cognitivo y emocional de los estudiantes.
- En cuanto a la relación entre los hábitos alimenticios y el desempeño académico existe una relación significativa entre la alimentación poco saludable, la omisión de comidas, la disminución de la capacidad de concentración, la asistencia regular y el rendimiento académico, por lo tanto, una alimentación equilibrada constituye un factor determinante para favorecer el aprendizaje, mejorar la atención en clase y fortalecer el desempeño escolar de los estudiantes.
- Los hábitos alimenticios en los infantes de educación básica representan el factor determinante para el éxito de su desarrollo físico, cognitivo y socioemocional a largo plazo. A través de este análisis, se evidenció que la adopción de conductas nutricionales saludables en esta etapa crítica no sólo actúa como un mecanismo preventivo frente a enfermedades metabólicas, sino que influye directamente en la capacidad de concentración y el desempeño escolar.

RECOMENDACIONES

- Es fundamental que las instituciones regulen la oferta de productos en sus tiendas escolares, priorizando opciones naturales sobre ultra procesados para facilitar la adopción de hábitos saludables en los alumnos. Asimismo, se sugiere la incorporación de programas transversales de educación alimentaria que no solo informen, sino que sensibilicen a los estudiantes sobre la importancia de respetar sus ritmos biológicos.
- Es imperativo exhortar a los padres de familia y tutores legales a establecer rutinas domésticas consistentes que fortalezcan la disciplina alimentaria desde el hogar como base del desarrollo infantil. Es necesario involucrar activamente a los infantes en la selección y preparación de alimentos saludables para aumentar su aceptación hacia ingredientes variados y nutritivos.
- Se recomienda la implementación del manual informativo sobre hábitos alimenticios saludables, dirigido a estudiantes, docentes y padres de familia de la E.E.B. González Suárez, con el objetivo de fortalecer conocimientos y promover prácticas de alimentación saludables, es importante que cuente con orientaciones sobre la importancia del consumo de alimentos nutritivos, la correcta distribución de las comidas durante el día y las consecuencias del consumo excesivo de alimentos ultra procesados, contribuyendo así al mejoramiento de la salud, la concentración y el rendimiento académico de los estudiantes.

Bibliografía

Cabrera Puchaicela , N. C. (2025). Aportes de los contenidos difundidos en el programa EducaRadio en el año 2021. *Trabajo de Titulación para optar al título de Licenciada en Ciencias de la Comunicación*. Riobamba , Ecuador: UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y ADMINISTRATIVAS. Obtenido de http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/14700/1/Cabrera%20P.%2c%20Nataly%20C.%20%282025%29%20Aportes%20de%20los%20contenidos%20difundidos%20en%20el%20programa%20EducaRadio%20en%20el%20año%202021..pdf

Ministerio de Salud. (S/N de S/N de S/N). Obtenido de El refrigerio escolar: imprescindible para una buena nutrición: https://www.salud.gob.ec/el-refrigerio-escolar-imprescindible-para-una-buena-nutricion/

Reyes Gutiérrez, A., Anaya Avila, M. P., Laurencio Meza, R. L., & Anaya Avila, C. E. (2024). Los medios de comunicación y su papel en la difusión de una alimentación sustentable en favor de niños y adolescentes. *Ciencias Sociales y Humanas*, 1-19. Obtenido de https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/15309

Schramm, W. (1954). *The Process and Effects of Mass Communication.* University of Illinois Press. doi:https://doi.org/10.1017/S0003055400297268

Solórzano Saltos, E. Á., & Castillo Páez, S. A. (2024). Tendencias de alimentación de adolescentes en zonas urbanas y rurales de la provincia Bolívar: un enfoque de análisis multivariante. *Ciencia e Enfermería Alimentación, 32*(2). Obtenido de file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Solorzano+2024%20(1).pdf

VELOZ TRUJILLO , A. I., & CHACHA GARCÍA, D. V. (2022). CUIDADOS CULTURALES E INTEGRALES APLICADOS A NIÑOS CON DESNUTRICIÓN MENORES DE 4 AÑOS. CDI GUARANGA. PARROQUIA SIMIATUG. PERIODO DICIEMBRE 2022 – ABRIL 2023. *CARRERA DE ENFERMERÍA*. UNIVERSIDAD

ESTATAL DE BOLÍVAR. Obtenido de https://dspace.ueb.edu.ec/server/api/core/bitstreams/ee21bcb8-1c27-4f81-ace5-ca9374506def/content

Althusser, L. (1970). *Ideología y aparatos ideológicos de Estado (Notas para una investigación). En La filosofía como arma de la revolución.* Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://detemasytemas.wordpress.com/wp-content/uploads/2012/01/althusser-1989-ideologc3ada.pdf

ANDRADE ESTRADA , Á. F. (2013). *CONDUCTA ALIMENTARIA Y SU INCIDENCIA EN EL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS PREESCOLARES DEL JARDÍN CARLOS CHAVES GUERRERO EN LA CIUDAD DE GUARANDA, PROVINCIA DE BOLÍVAR 2013.* ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://dspace.espoch.edu.ec:8080/server/api/core/bitstreams/309d225f-1127-447e-a4d8-81c303e0b8f1/content

Andrade Estrada, Á. F. (2013). Conducta alimentaria y su incidencia en el estado nutricional de los preescolares del Jardín Carlos Chaves Guerrero en la ciudad de Guaranda, provincia de Bolívar 2013. *ESCUELA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA*. CHIMBORAZO: ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO FACULTAD DE SALUD PÚBLICA. Obtenido de https://dspace.espoch.edu.ec/items/bb7d889e-79d6-4bb8-91c2-138fb188a133

Barbas Coslado, Á. (2012). Educomunicación: desarrollo, enfoques y desafíos en un mundo interconectado. *Foro de Educación, 14*, 157–175. Obtenido de https://dialnet.unirioja.es

Barbas, A. (2023). *C. ápsula concep. En ICBF, Cuaderno de prácticas en educomunicación para la Educación Alimentaria y Nutricional. Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF).* Bogotá D.C. Colombia . Obtenido de https://www.icbf.gov.co/system/files/cuaderno_de_practicas_en_educomunicacion_dic2023.pdf

Barbero, J. M. (2001). *De los medios a las mediaciones: Comunicación, cultura y hegemonía.* Editorial Gustavo Gili.

Barras Coslado, Á. (2012). Educomunicación: desarrollo, enfoques y desafíos en un mundo interconectado. *Foro de Educación*(14), 157-175. Obtenido de file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-Educomunicacion-4184243%20(1).pdf

BARTHES, R. (1999). *MITOLOGÍAS.* (H. SCHMUCLER, Trad.) México: Siglo XXI. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://ddooss.org/libros/mitologias_Roland_Barthes.pdf

Berlo, D, K. (2000). *El proceso de la comunicación: Introducción a la teoría y la práctica.* El Ateneo. Obtenido de https://books.google.com/books/about/El_proceso_de_la_comunicaci%C3%B3n.html?id=c1AQAQAAIAAJ

Berra González, J., et al. (2024). NutriSmarTR:: una solución digital para mejorar la educación nutricional en universitarios. *Apertura, 17*. doi:http://doi.org/10.32870/Ap.v17n1.2594

Bonilla Quinatoa , A. R. (2024). Nutriendo la identidad: Un Análisis del sentido social de los hábitos alimenticios entre estudiantes no locales de la carrera de sociología en la Universidad Estatal de Bolívar 2024. *Trabajo de Integración Curricular modalidad Proyecto de Investigación previo a la obtención del Grado de título de Licenciada en Sociología:*. UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR FACULTAD DE JURISPRUDENCIA, CIENCIAS SOCIALES Y POLÍTICAS. Obtenido de https://dspace.ueb.edu.ec/server/api/core/bitstreams/b540ccc1-9ca8-44b1-85ac-721f3989c4b0/content

Calero Chicaiza, J. D., & Ante Timbila, J. C. (Agosto de 2022). Incidencia de la actividad física para mejorar la calidad de vida y la formación integral de los estudiantes de séptimo año de educación básica de la Unidad Educativa Manuelita Sáenz. Pujilí: Universidad Técnica de Cotopaxi. Obtenido de

https://repositorio.utc.edu.ec/server/api/core/bitstreams/79460ec2-e769-4b5a-b246-eb04be7fd8ca/content

Castells, M. (2001). *La era de la información: Economía, sociedad y cultura.* (Vol. Vol). (C. M. Gimeno, Trad.) Siglo XXI Editores. Obtenido de https://moodle4vz.unsl.edu.ar

Cavada Chacón , G. (2019). *Universo, muestra, tamaño muestral y análisis estadístico.* uandes c.l. Obtenido de https://www.uandes.cl/wp-content/uploads/2019/01/bioestadistica_investigacion_gcavada.pdf

Claude E. Shannon y Warren Weaver. (1949). *Una Teoría Matemática de la Comunicación.* University of Illinois Press. Obtenido de https://idolotec.wordpress.com/wp-content/uploads/2012/02/modelo-de-shannon-y-weaver1.pdf

Condori-, Ojeda, & Porfirio. (2020). Universo, población y muestra Taller. Obtenido de https://www.aacademica.org/cporfirio/18

CONSTITUCIÓN DE LA REPÚBLICA DEL ECUADOR. (2008).

Coslado, Á. B. (2012). Educomunicación desarrollo, enfoques y desafíos en un mundo interconectado. *Foro de Educación*, 157-175. doi:ISSN: 1698-7799

Coslado, Á. B. (2012). Educomunicación: desarrollo, enfoques y desafíos en un mundo. *Dialnet*, 158-175.

De Saussure, F. (1945). *CURSO DE LINGÜÍSTICA GENERAL.* (A. ALONSO, Trad.) Buenos Aires: Editorial Losada. S.A. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://linguisticapsicologia.weebly.com/uploads/6/8/5/9/6859893/saussure_curso_de_lingu%C3%ADstica_general_1.pdf

DeFleur, M. (1975). New York: David McKay Company, Inc. Obtenido de https://books.google.com/books/about/Theories_of_Mass_Communication.html

Foucault, M. (2002). *Vigilar y castigar: Nacimiento de la prisión.* (A. G. Camino, Trad.) Siglo XXI Editores.

Freire, P. (1970). *Pedagogía del oprimido. .* Siglo XXI Editores.

Gramsci, A. (1975). *Cuadernos de la cárcel.* (A. M. Palos, Trad.) México DF, México: Ediciones Eras S.A. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://teoriaevolutiva.wordpress.com/wp-content/uploads/2013/06/gramsci-antonio-cuadernos-de-la-carcel-t-4-cuaderno-11.pdf

Guevara Sánchez, R. G. (2017). *LA EDUCOMUNICACIÓN Y LA INFORMACIÓN RADIAL SOBRE ALIMENTACIÓN SALUDABLE.* Ambato: UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO. Obtenido de https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/bc8cc3a1-7476-4521-89d5-57d7e952a556/content

Habermas, J. (1984). *Teoría de la acción comunicativa: Racionalidad de la acción y racionalización social (Vol. 1).* Taurus.

Hernandez Cruz, E. G., & Montoya Diaz, S. J. (Chiapas de Junio de 2022). Comunicación semipresencial en la promoción de alimentación saludable a madres de familia de escolares. *FACULTAD DE CIENCIAS DE LA NUTRICIÓN Y ALIMENTOSTESIS PROFESIONAL*. Mexico: UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y ARTES DE CHIAPAS. Obtenido de https://repositorio.unicach.mx/handle/20.500.12753/4537

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. P. (2014). *Metodología de la Investigación* (sexta ed.). México D.F.: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V. doi:ISBN: 978-1-4562-2396-0

Horkheimer, M., & Adorno, T. W. (1947). *Dialéctica de la Ilustración.* . Editorial Trotta. .

Horkheimer, M., & Adorno, T. W. (2007). *Dialéctica de la Ilustración: Fragmentos filosóficos.* (J. J. Sánchez, Trad.) Editofiol X'otto, S.A. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://comunicacionyteorias1.wordpress.com/wp-content/uploads/2011/08/horkheimer-m-y-adorno-t-w-dialectica-de-la-ilustracion.pdf

Hovland, C., Lumsdaine , A., & Sheffi, F. (1949). *Experiments on Mass Communication* (Vol. 3). Princeton University Press.

Ibarra, J., Hernandez, C., & Ventura, C. (19 de diciembre de 2019). Hábitos alimentarios y rendimiento académico en escolares adolescentes de Chile. *Rev Esp Nutr Hum Diet [online], vol.23*(4), pp.292-301. doi:https://dx.doi.org/10.14306/renhyd.23.4.804

Isaguirre Aguirre, C. Y. (2023). Publicidad televisiva y hábitos alimenticios en escolares del primer y segundo grado del nivel de secundario de la Institución Educativa Marcos Duran Martel Huánuco - 2022. *PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN ENFERMERÍA*. HUÁNUCO, PERÚ: UNIVERSIDAD DE HUANUCO FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERIA. Obtenido de https://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14257/4198/Isaguirre%20Aguirre%2c%20Claudia%20Yudith.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Jiménez, M. A., Maneschy, I., & Rupérez, A. I. (2021). Factores determinantes del comportamiento alimentario y su impacto sobre la ingesta y la obesidad en niños. *of Behavior and Feeding*, 60-71. Obtenido de file:///C:/Users/Usuario/Downloads/admin,+8_Jimeno_Factores+determinantes.pdf

Kaplún , M. (1998). *UNA PEDAGOGÍA DE LA COMUNICACIÓN* (Primera, marzo de 1998 ed.). Madrid: EDICIONES DE LA TORRE. doi:ISBN: 84-7960-185-X

Kaplún, M. (1985). *Una pedagogía de la comunicación: el comunicador popular* (primera edición ed.). Ciespal. Obtenido de https://biblio.flacsoandes.edu.ec/libros/digital/42036.pdf

Kaplún, M. (2001). A la educación por la comunicación: La práctica de la comunicación educativa. *41*, 25. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://biblio.flacsoandes.edu.ec/libros/digital/53473.pdf

Kaplún, M. (2002). *Una pedagogía de la comunicación.* La Habana: Caminos. Obtenido de https://www.academia.edu/10249303/KAPLUN_Una_pedagogia_de_la_comunicacion

Kaplún, M. (2024). *Hoy es mañana a la Educomunicación siglo XXI.* Quito: CIESPAL. Obtenido de chrome-extension://efahttps://ciespal.org/storage/2024/07/De-Kaplun-a-la-Educomunicacion.pdf

Köncke, F., Toledo, C., Berón, C., & Carriquiry, A. (2021). El consumo de productos ultraprocesados y su impacto en el perfil alimentario de los escolares uruguayos. *Archivos de Pediatría del Uruguay,*, 92(2). doi:versión impresa ISSN 0004-0584versión On-line ISSN 1688-1249

(2011). *LA INFORMACIÓN, COMUNICACIÓN Y EDUCACIÓN EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN PARA PROMOVER LA SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN LOS PAÍSES DE AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE.* Roma: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura Grupo de Educación Nutricional y de Sensibilización del Consumidor División de Nutrición y Protección del Consumidor. Obtenido de LA INFORMACIÓN, COMUNICACIÓN Y EDUCACIÓN EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN PARA PROMOVER LA SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN LOS PAÍSES DE AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE

LA INFORMACIÓN, COMUNICACIÓN Y EDUCACIÓN EN ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN PARA PROMOVER LA SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN LOS PAÍSES DE AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE. (6-9 de diciembre de 2012). *Roma*. Obtenido de https://www.fao.org/ag/humannutrition/32983-0eb8d0f552b5c67ab6373c2fdecca3541.pdf

Lasswell, H. (1948). *La estructura y la función de la comunicación en la sociedad.* (L. Bryson, Ed.) Nueva York. Obtenido de https://dialnet.unirioja.es/servlet/autor?codigo=519818

Lazarsfeld, P. F, Berelson, B., & Gaudet, H. (1948). *The people's choice: How the voter makes up his mind in a presidential campaign.* Columbia University Press.

Lévi-Strauss, C. (1987). *Antropología estructural.* (E. Verón, Trad.) Paidós. Obtenido de chrome-

extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://monoskop.org/images/6/67/Levi-Strauss_Claude_Antropologia_estructural_1978.pdf

Lewin, K. (1948). *Resolving Social Conflicts: Selected Papers on Group Dynamics.* Harper & Brothers. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://ia902905.us.archive.org/15/items/in.ernet.dli.2015.197012/2015.197012.Resolving-Social-Conflicts_text.pdf

Ley Orgánica de Alimentación Escolar de Ecuador y su Reglamento General (LOAE). (2022). *Resumen de la ley que garantiza el derecho a la alimentación adecuada y la nutrición de niños, niñas y adolescentes en el Sistema Nacional de Educación.* Quito: Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/9e1d645e-47ed-4c98-ad34-86e491f2890f/content

LEY ORGANICA DE COMUNICACIÓN. (2019). *CAPITULO I Principios.*

LEY ORGÁNICA DE SALUD. (2022). *Última Reforma: Segundo Suplemento del Registro Oficial 53, 29-IV-2022.* Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://biblioteca.defensoria.gob.ec/bitstream/37000/3426/1/Ley%20Org%c3%a1nica%20de%20Salud.pdf

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) y Ministerio de Educación de la Nación Argentina. (2024). Educación alimentaria y nutricional: Libro para el docente - Informe GAPA. doi:https://doi.org/10.4060/cd1254es

Organización Panamericana de la Salud. (2019). *Organización Panamericana de la Salud*. (S. N. Ultra-processed Food and Drink Products in Latin America: Sales, Editor, & D. Washington, Productor) doi:ISBN: 978-92-75-12032-3

Pagalo Paca , G. (2016). *HÁBITOS ALIMENTICIOS PARA EL DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN NIÑOS Y NIÑAS DE PRIMERO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "RIOBAMBA" CANTÓN RIOBAMBA, PROVINCIA DE CHIMBORAZO, PARROQUIA LIZARZABURU, DURANTE EL*

AÑO LECTIVO 2015 - 2016. Riobamba: Universidad Nacional de Chimborazo. Obtenido de /efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/3279/1/UNACH-FCEHT-TG-E.PARV-2016-000253.pdf

Pagalo Paca , G. P. (2016). HÁBITOS ALIMENTICIOS PARA EL DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL EN NIÑOS Y NIÑAS DE PRIMERO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "RIOBAMBA" CANTÓN RIOBAMBA, PROVINCIA DE CHIMBORAZO PARROQUIA LIZARZABURU, DURANTE EL AÑO LECTIVO 2015 2016". *Carrera de Educación Parvularia e Inicial*. A UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO. Obtenido de http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/3279/1/UNACH-FCEHT-TG-E.PARV-2016-000253.pdf

Paoli, A. (2013). *Comunicación e información: nuevas perspectivas teóricas.* México: Trillas.

Piaget, J. (1970). A dónde va la educación. Emecé Editores.

Restrepo M, S. L., & Maya Gallego, M. M. (2005). La familia y su papel en la formación de los hábitos alimentarios en el escolar. Un acercamiento a la cotidianidad. *Boletín de Antropología Universidad de Antioquia,, 19,*(36, 2005), 127-148. doi:ISSN: 0120-2510

Reyes Gutiérrez, A., Laurencio Meza, R. L., Anaya Avila , M. P., & Anaya Avila , C. E. (noviembre - diciembre de 2024). Los medios de comunicación y su papel en la difusión de una alimentación sustentable en favor de niños y adolescentes. *Ciencia Latina - revista Multidisciplinar, 8*(6), 1-19. doi:https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i6.15309

Rizo García, M. (2012). *Imaginarios sobre la comunicación: Algunas certezas y muchas incertidumbres en torno a los estudios de comunicación, hoy.* Barcelona : Institut de la Comunicació (InCom-UAB), Universitat Autònoma de Barcelona. Obtenido de https://ddd.uab.cat/pub/llibres/2012/166680/Ebook_INCOM-UAB_2.pdf

Romero, K. (2014). PLAN DE COMUNICACIÓN PARA LAS EMPRESAS PÚBLICAS. MUNICIPALES DE RIOBAMBA. Ambato.

Satz, M. (2009). *Manual de comunicación para estudiantes universitarios.*

Soares, I. de O. (2014). *Educomunicación: el campo de la intervención social. En P. Mata (Coord.), Sociedad, redes y nuevos retos para la educomunicación.* Huelva , España: Grupo Comunicar. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://revistametacomunicacion.wordpress.com/wp-content/uploads/2011/10/el-paradigma-latinoamericano-de-la-educomunicacic3b3n2.pdf

Universidad El Bosque. (02 de 06 de 2022). *Universidad El Bosque*. (U. E. Bosque, Editor) Obtenido de Beneficios de la educomunicación: https://www.unbosque.edu.co/blog-universidad-el-bosque/beneficios-de-la-educomunicacion

Vargas Estacio, S. E. (2023). Análisis del contenido del programa Educa TV en el periodo enero-junio 2022 y su impacto en la audiencia juvenil en la ciudad de Riobamba, provincia de Chimborazo. *Trabajo de titulación para optar al título de Licenciada en Ciencias de la Comunicación Social.* UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO FACULTAD DE CIENCIAS POLÍTICAS Y ADMINISTRATIVAS. Obtenido de http://dspace.unach.edu.ec/

Vygotsky, L. S. (1978). El desarrollo de los procesos psicológicos superiores. (V. J.-S. M. Cole, Ed.)

Yacelga, P. (2024). Educomunicación como parte del sistema educativo ecuatoriano. *Revista EducateConCiencia, 32*(03), 01-23.

ANEXOS

ANEXO 1 Certificado Antipalgio

Certificado de análisis
Compilatio Magister+ | UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLIVAR (UEB)

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN FINAL RONAL Y MARTHA

ID : fe5e696e2735ab26e41a58d1d610810b805ab60e

5%
Textos sospechosos

Nombre del fichero : PROYECTO DE INVESTIGACIÓN FINAL RONAL Y MARTHA.txt
Tamaño del archivo original : 1,15 MB
Número de palabras : 26.722
Número de caracteres : 159469

Depositante : KLEBER RENATO ROMERO QUIROGA
Fecha de depósito : 23 de marzo de 2026
Tipo de carga : interface
fecha de fin de análisis : 23 de marzo de 2026

Resumen (sección 1/2)

Localización de los textos sospechosos en el documento :



Incluido en el porcentaje de textos sospechosos :

Similitudes 5%

Sintáctica 5% Semántica *No medido*

Pasajes con similitudes a fuentes encontradas en diferentes colecciones.



Idiomas no reconocidos 11%

Pasajes en los que parte del vocabulario utilizado no forma parte del diccionario de la lengua. Puede tratarse de un intento del autor de modificar el texto para evitar ser detectado.



No incluido en el porcentaje de textos sospechosos :

Textos entre comillas 2%

Pasajes entre comillas, a menudo indicativos de una cita.

23-03-2026

Scanned with TapScanner

ANEXO 2 Certificado de autorización

REPÚBLICA
DEL ECUADOR

Oficio Nro. MINEDEC-CZ5-02D03-2025-1639-OF

San Miguel de Bolívar, 15 de diciembre de 2025

Asunto: RESPUESTA A: AUTORIZAR EL ACCESO A LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA GONZÁLEZ SUÁREZ PARA LA APLICACIÓN DE TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DEL TRABAJO.

Kleber Renato Romero Quiroga
En su Despacho

De mi consideración:

En respuesta al Documento No. 1715314132-2215-Q, ingresado por Atención Ciudadana de fecha 15 de diciembre de 2025; sin número de Oficio, suscrito por el Mgtr. Kléber Renato Romero Quiroga. Coordinador de la Unidad de Integración Curricular Carrera de Comunicación Universidad Estatal de Bolívar, en el cual solicita Autorización, *(…)* "*el acceso a la ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA GONZÁLEZ SUÁREZ para la aplicación de técnicas e instrumentos del trabajo antes mencionado y se brinde la información de cuantos estudiantes están legalmente matriculado.*" *(…)*.

Revisado y analizado el documento adjunto, la Dirección Distrital 02D03 Chimbo San Miguel -Educación, **Autoriza,** el ingreso a la Escuela de Educación Básica González Suárez perteneciente al Cantón Chimbo, para el trabajo de titulación "EDUCOMUNICACIÓN Y SU INFLUENCIA EN LOS HABITOS ALIMENTICIOS DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA GONZÁLEZ SUÁREZ. Misma que se tiene que coordinar con la Autoridades de la Institución Educativa, para asegurar la integridad de los señores estudiantes, se recomienda tomar en cuenta las medidas de bioseguridad con la finalidad de precautelar el bienestar de la comunidad educativa.

Coordinar con la Psic. Katherine Pazmiño encargada del DECE, quien en base al ACUERDO Nro. MINEDUC-MINEDUC-2023-00073-A, remite lineamientos para el ingreso de personas, instituciones, organizaciones, empresas y otros a instituciones educativas que en su parte pertinente mencionan que deberán recibir una capacitación y suscribir una carta de compromiso.

Con sentimientos de distinguida consideración.

Atentamente,

UEB
UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLIVAR

CARRERA DE COMUNICACIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS, GESTIÓN EMPRESARIAL E INFORMÁTICA

Guaranda, 15 de diciembre de 2025

Doctor
Edgar Eduardo Cáliz Angulo
DIRECTOR DISTRITAL 02D03 CHIMBO
SAN MIGUEL EDUCACION

Presente. –

De mi consideración:

Reciba un cordial saludo y deseo de éxitos en su vida profesional y personal. Como parte del trabajo de titulación "**EDUCOMUNICACIÓN Y SU INFLUENCIA EN LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA GONZÁLEZ SUÁREZ, PARROQUIA SAN SEBASTIÁN, CANTÓN SAN JOSÉ DE CHIMBO, PERIODO AGOSTO-DICIEMBRE 2025**" de autoría de los estudiantes de la Carrera de Comunicación RONAL PEDRO CACERES MIGUEZ Y MARTHA ANGELINE VAICILLA ERAZO, solicito de la manera más comedida se les autorice el acceso a la ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA GONZÁLEZ SUÁREZ para la aplicación de técnicas e instrumentos del trabajo antes mencionado y se brinde la información de cuantos estudiantes están legalmente matriculados.

Por la atención al presente, expreso mi agradecimiento.
Atentamente.

Coordinación Académica
COMUNICACIÓN

Mgtr. Kléber Renato Romero Quiroga
Coordinador de la Unidad de Integración Curricular
Carrera de Comunicación
Universidad Estatal de Bolívar

Recibido:
15-12-2025.
11:20

Dirección: Av. Ernesto Che Guevara y Gabriel Secaira
Guaranda-Ecuador
Teléfono: (593) 3220 6059
www.ueb.edu.ec

ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA
"GONZÁLEZ SUÁREZ"
Parroquia San Sebastián
Cantón San José de Chimbo

San Sebastián, 18 de marzo de 2026

CERTIFICADO

Por medio del presente me permito certificar que los señores:

Caceres Miguez Ronal Pedro, portador de la cédula de ciudadanía N.° 1726093055, y **Vaicilla Erazo Martha Angeline**, portadora de la cédula de ciudadanía N.° 1208670164, estudiantes de la **Carrera de Comunicación de la Universidad Estatal de Bolívar**, han realizado satisfactoriamente el proyecto de investigación titulado:

"EDUCOMUNICACIÓN Y SU INFLUENCIA EN LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA GONZÁLEZ SUÁREZ, PARROQUIA SAN SEBASTIÁN, CANTÓN SAN JOSÉ DE CHIMBO, PERIODO AGOSTO-DICIEMBRE 2025."

Como constancia de la culminación de dicho proyecto, los mencionados estudiantes hacen la entrega del producto final, correspondiente al manual denominado: **"Los Secretos de Mi Lonchera" y "Nutripower"**.

El presente certificado se expide a solicitud de los interesados para los fines pertinentes.

Atentamente,

Lic. Jenny Lorena Velasco Camacho

E.E.B. GONZÁLEZ SUAREZ
Parroquia San Sebastián
Cantón Chimbo - Prov. Bolívar

ANEXO 3 Cronograma

ACTIVIDADES	TIEMPO DE EJECUCIÓN															
	Octubre 2025				Noviembre 2025				Diciembre 2025							
	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4
Tema																
Descripción del problema																
Formulación del problema																
Preguntas de Investigación																
Justificación																
Objetivos																
Revisión y ajuste del Capítulo I																
Antecedentes																
Marco científico																
Conceptual																
Legal																
Georreferencial																
Revisión y Ajustes del Capítulo II																
Metodología																
Tipos de investigación																
Métodos de investigación																
Instrumentos de recopilación de información																
Universo, Población y Muestra																
Procesamiento de la información																
Revisión y Ajuste del capítulo III																
Análisis e Interpretación y Discusión de Resultados																
Revisión y Ajustes Capítulo IV																
Propuesta																
Conclusiones																
Recomendaciones																

Revisión y Ajustes del Capítulo V																
Revisión Final																

ANEXO 4 Presupuesto ejecutado

Cantidad	Descripción	Valor Unitario	Valor total
4	Combustible	50,00	50
6	Alimentación	2,50	20
150	Copias e impresiones	0,25	100
3	Copias de los productos	2.00	100
2	Laptop	350	700
1	Internet	60	180
	Misceláneos	15	229,42
Total			679,32

ANEXO 5 INSTRUMENTOS DE RECOPILACIÓN DE DATOS

UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS,

GESTIÓN EMPRESARIAL E INFORMÁTICA

CARREA DE COMUNICACIÓN

Encuesta dirigida a padres de familia

Objetivo: identificar la importancia de la educomunicación y su influencia en los hábitos alimenticios de los estudiantes de la escuela de Educación Básica González Suárez, Parroquia San Sebastián, Cantón San José De Chimbo.

Indicaciones: Lea detenidamente y marque con una X en la alternativa correspondiente

1. **¿Qué tipo de canal o medio usa la escuela González Suárez para difundir información sobre temas de alimentación saludable?**

Mensajes	
Carteleras	
Folletos	
Charlas	
Hojas volantes	

2. **Considera usted que la comunicación nutricional provista por la escuela es clara y fácil de aplicar en casa**

Sí	
NO	
Tal vez	

3. **Su hijo/a, se alimenta de forma adecuada**

Siempre	
A menudo	
Algunas veces	
Rara vez	
Nunca	

4. **¿Qué tipos de alimentos consume su hijo /a?**

Snack	
Frituras	
Golosinas	
Verduras	
Frutas	
Bebidas saludables	

5. **Usted ha observado en su hijo/a algún cambio en sus hábitos alimenticios.**

Siempre	
A menudo	
Algunas veces	
Rara vez	
Nunca	

6. **Su niño/a, evita comer dulces, papas fritas, chitos ya que son perjudiciales para su salud.**

Siempre	
A menudo	
Algunas veces	
Rara vez	
Nunca	

7. **Su hijo/a demuestra más conocimiento (sabe qué alimentos son buenos y por qué) sobre alimentación saludable que antes.**

Muy inútil	
Algo inútil	
Ni útil ni inútil	
Algo útil	
Muy útil	

8. **Considera que su niño/a consume alimentos chatarra por:**

No tener suficiente comida nutritiva	
No saber lo suficiente acerca de alimentarse sano	

No tener suficiente dinero	
Otros	

9. **¿ Considera usted que un manual didáctico es sencillo de implementar en su rutina familiar diaria y por qué?**

Muy irrelevante	
Irrelevante	
Algo irrelevante	
Algo importante	
Importante	

10. **¿**Considera **usted que la información de este material tenga porciones y grupos de alimentos saludables?**

Siempre	
A veces	
Poco	
Rara vez	
Nunca	

¡¡¡Gracias por su colaboración!!!

UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS,

GESTIÓN EMPRESARIAL E INFORMÁTICA

CARREA DE COMUNICACIÓN

Ficha de observación dirigida a los docentes

Actividad a Evaluar: La importancia de la educomunicación y su influencia en los hábitos alimenticios de los estudiantes de la escuela de Educación Básica González Suárez, Parroquia San Sebastián, Cantón San José De Chimbo.

Fecha:

N°	NOMINA DE ALUMNOS	Indicadores									
		P1. El niño/a, se alimenta de forma adecuada.	P2.- Se observa en el niño un cambio en el hábito	P3.- El niño/a, evita comer dulces, papas fritas, chitos ya que son perjudiciales para su	P4.- El niño/a, ha disminuido el consumo de golosinas en su dieta diaria.	P5.- Se evidencia en los niños el interés por realizar activamente sus tareas	P6. El niño/a compartan conocimientos sobre alimentos y recetas saludables de sus hogares.	P7. El estudiante consume la totalidad o la mayor parte de las frutas/verduras incluidas en su lonchera o almuerzo.	P8. El estudiante evita o rechaza compartir o intercambiar alimentos poco saludables	P9. El estudiante demuestra interés o curiosidad por probar o preguntar sobre alimentos nuevos o no habituales que observa en	P10. El estudiante es capaz de clasificar o nombrar correctamente al menos tres grupos principales de alimentos

UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS,

GESTIÓN EMPRESARIAL E INFORMÁTICA

CARREA DE COMUNICACIÓN

Ficha de observación

Actividad a Evaluar: La importancia de la educomunicación y su influencia en los hábitos alimenticios de los estudiantes de la escuela de Educación Básica González Suárez, Parroquia San Sebastián, Cantón San José De Chimbo.

Fecha:

ASPECTOS A OBSERVAR				
N°	**CRÍTERIOS**	**SIEMPRE**	**A VECES**	**NUNCA**
P1	**¿Existen en áreas comunes (pasillos, patios) mensajes visuales (carteleras, murales) diseñados por la escuela o estudiantes sobre alimentación saludable?**			
P2	**¿Se utilizan diagramas o herramientas reconocidas (Plato del Buen Comer, semáforos nutricionales) en los materiales informativos de la escuela?**			
P3	**¿Se observan avisos en puntos clave que remiten a las familias a la información de nutrición en plataformas digitales (página web, redes sociales escolares)?**			
P4	**Existe aalguna actividad o material que eduque a los estudiantes y padres sobre la lectura y comprensión de las etiquetas nutricionales (ej. octógonos)**			
P5.	**¿La oferta de alimentos y bebidas en el bar escolar incluye una variedad y predominio de opciones**			

	saludables (frutas, agua, cereales integrales) sobre snacks y bebidas azucaradas?			
P6	**¿Qué porcentaje de estudiantes observados consume frutas, verduras o alimentos integrales durante el recreo o la hora del almuerzo?**			
P7	**¿Qué porcentaje de estudiantes observados consume gaseosas, jugos procesados o bebidas azucaradas en la escuela?**			
P8	**¿Existe un ambiente y un tiempo suficiente y organizado para que los estudiantes coman sus alimentos sin apuros?**			
P9	**¿Los estudiantes comparten o comentan los alimentos saludables de sus compañeros, reforzando la elección positiva (ej. "¡Qué buena fruta trajiste!")?**			
P10	**¿Se observa un alto o bajo desperdicio de alimentos saludables (ej. frutas o verduras)? (El alto desperdicio puede indicar que la educomunicación no ha sido efectiva en la aceptación).**			

SIEMPRE

A V= A veces

N= Nunca

UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS,

GESTIÓN EMPRESARIAL E INFORMÁTICA

CARREA DE COMUNICACIÓN

Entrevista a la directora

Objetivo: Analizar la perspectiva y las estrategias institucionales de la Escuela de Educación Básica González Suárez, lideradas por la Rectora, en cuanto a la implementación de programas de educomunicación y las políticas internas diseñadas para influir y regular positivamente los hábitos alimenticios de los estudiantes.

Guía de preguntas

- 1. ¿Cuáles son los principales canales y herramientas que la escuela utiliza actualmente para comunicar información sobre alimentación saludable a los padres de familia y a la comunidad escolar?

- 2. ¿Existe un plan o programa específico (formal o informal) en la institución para que los docentes integren la nutrición y la crítica a la publicidad en sus áreas curriculares?

- 3. ¿Cómo se monitorea o evalúa la efectividad de los mensajes educomunicativos (carteleras, circulares, talleres) dirigidos a fomentar buenos hábitos?

- 4. ¿Cuáles son las políticas o normas específicas que la escuela ha implementado para regular la venta de alimentos en el bar o tienda escolar?
- 5. ¿Qué resultados o cambios positivos ha observado la institución en los hábitos alimenticios de los estudiantes desde que se implementaron las estrategias de educomunicación sobre nutrición?

- 6. ¿Qué apoyos o alianzas ha buscado la escuela (con el Ministerio de Salud, ONGs, etc.) para fortalecer su programa de promoción de hábitos alimenticios?

UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS,

GESTIÓN EMPRESARIAL E INFORMÁTICA

CARREA DE COMUNICACIÓN

Entrevista a Especialista

Objetivo: Analizar, desde la perspectiva de la educomunicación, las estrategias y herramientas más efectivas para promover hábitos alimentarios saludables en la comunidad educativa rural de Guaranda, considerando el contexto cultural, socioeconómico y las barreras de comunicación locales.

Guía de preguntas

1. ¿Desde su formación y experiencia profesional, ¿cómo valora la importancia de la educación alimentaria y nutricional en el contexto escolar para la formación de hábitos alimenticios saludables en los estudiantes?

2. ¿Qué estrategias educomunicativas (charlas, material audiovisual, recursos didácticos o actividades participativas) considera más efectivas para promover una alimentación saludable dentro de las instituciones educativas?

3. En su criterio profesional, ¿cómo influye el entorno escolar especialmente la oferta de alimentos en los bares escolares en las decisiones de consumo alimentario de los estudiantes?

4. ¿Cuáles son las principales recomendaciones nutricionales que deberían considerarse al momento de regular o mejorar la oferta de alimentos y bebidas en los espacios escolares?

5. ¿Qué indicadores nutricionales y de salud (como sobrepeso, obesidad infantil, anemia u otros) considera relevantes para evaluar el impacto de las acciones de promoción de hábitos alimenticios saludables en la población estudiantil?

6. Desde su experiencia, ¿qué tipo de orientación o capacitación deberían recibir los docentes y directivos para fortalecer su rol como promotores de hábitos alimenticios saludables dentro de la comunidad educativa?

UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR

FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS,

GESTIÓN EMPRESARIAL E INFORMÁTICA

CARREA DE COMUNICACIÓN

Entrevista para un comunicador

Objetivo: Explorar las estrategias y principios técnicos de la educomunicación más efectivos, según un experto, para el diseño y difusión de mensajes que logren una influencia positiva y sostenible en los hábitos alimenticios de la población estudiantil, contrastando la teoría con el contexto escolar.

Guía de preguntas

1. Desde la óptica de la educomunicación, ¿cuáles son los principios clave para que un mensaje sobre nutrición sea memorable y genere un cambio de conducta real en niños de Educación Básica?

2. ¿Cuál considera que es el medio de comunicación más efectivo (ej. redes sociales, videos cortos, juegos, materiales impresos) para transmitir información nutricional a los estudiantes y a sus padres en el contexto escolar?

3. Al diseñar una campaña de educomunicación, ¿cómo se debe adaptar el lenguaje y el formato del mensaje para competir eficazmente con la publicidad de alimentos no saludables (comida chatarra)?

4. ¿Cómo puede una escuela **medir o evaluar** si sus esfuerzos de educomunicación (más allá de las encuestas de opinión) están realmente **influyendo en la toma de decisiones** alimentarias de los niños?

5. ¿Qué papel juega la **participación activa de los estudiantes** (que ellos creen sus propios mensajes) en la efectividad de una estrategia de educomunicación sobre hábitos alimenticios?

6. ¿Cuál sería su **recomendación estratégica** principal para la Escuela González Suárez al iniciar un proyecto de educomunicación enfocado en crear hábitos alimenticios positivos a largo plazo?

ANEXO 6 Fotografías








H. CONSEJO PROVINCIAL DE BOLIVAR
1967


H. CONSEJO PROVINCIAL DE BOLIVAR
1967










E.E.B.
"González Suarez"