

**UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO” DE MANABÍ
EXTENSIÓN CHONE**

CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

TRABAJO DE TITULACIÓN

**PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADO EN
NUTRICIÓN Y DIETÉTICA.**

TEMA:

**NUTRICION INFANTIL EN EL APRENDIZAJE
SIGNIFICATIVO EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE EDUCACIÓN
GENERAL BASICA**

AUTOR

REYES AVILA JESÚS ORLEY

TUTORA

Lic. GLENDA ORTIZ FERRÍN

Chone – Manabí

2015

LIC. Glenda Ortiz Ferrín. Docente de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí Extensión Chone, en calidad de directora de tesis.

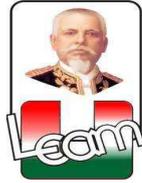
CERTIFICO:

Que la presente TESIS titulada: **Nutrición infantil en el aprendizaje significativo de los estudiantes de la unidad educativa “Abdón Calderón Garaicoa” en la ciudad de Chone en el año 2014**, ha sido exhaustivamente revisado en varias sesiones de trabajo, se encuentra listo para su presentación y apta para su defensa.

Las opiniones y conceptos vertidos en esta tesis es fruto del trabajo, perseverancia y originalidad de su autor: JESUS ORLEY REYES AVILA, siendo su exclusiva responsabilidad.

Chone, Enero 2015

Lic. Glenda Ortiz Ferrín
TUTORA



**UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO” DE
MANABÍ EXTENSIÓN CHONE**

CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

LICENCIATURA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

La responsabilidad de las opiniones, investigaciones, resultados, conclusiones y recomendaciones presentados en esta tesis, es exclusividad de su autor, a excepción de las citas referenciales.

Chone, Enero 2015

Jesús Orley Reyes Ávila

AUTOR



**UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ
EXTENSIÓN CHONE**

CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

LICENCIATURA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el informe de investigación sobre el tema: **“Nutrición infantil en el aprendizaje significativo de los estudiantes de la unidad educativa “Abdón Calderón Garaicoa” en la ciudad de Chone en el año 2014,** elaborado por el egresado Jesús Orley Reyes Ávila

Chone, agosto de 2014

Dr. Víctor Jama Zambrano
DECANO

Lic. Glenda Ortiz Ferrin
DIRECTORA DE TESIS

MIEMBRO DE TRIBUNAL

MIEMBRO DE TRIBUNAL

SECRETARIA

DEDICATORIA

A Dios.

Por permitirme llegar a este momento tan especial en mi vida. Por los triunfos y los momentos difíciles que me han enseñado a valorarme cada día más. “Dios siempre fiel”

A mis Padres.

Por haberme educado, ser mi soporte incondicional y testigo de mis errores. Gracias a sus consejos, por el amor y cariño que siempre me han brindado, por cultivar e inculcar ese sabio don de la formación y responsabilidad.

“Los amo con mi vida”

Gracias a mi Esposa y mi hermoso hijo quienes amo mucho y son quienes me inspiran a alcanzar esta meta y seguir preparándome para brindarles lo mejor.
¡Los amo con todo mi corazón!

A mis Maestros.

Gracias por su tiempo, por su apoyo así como por la sabiduría que me transmitieron en el desarrollo de mi formación profesional, en especial a la Lic. Glenda Ortiz por haberme guiado en el desarrollo de este trabajo y llegar a la culminación del mismo. A todos y cada uno de ellos que supieron inculcar en mi conocimientos para la doctrina del saber y la enseñanza.

A la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Carrera de Nutrición y Dietética, quienes me dieron la oportunidad de formar parte de esta noble institución.
¡Gracias!

JESUS ORLEY REYES AVILA

AGRADECIMIENTO

Al llegar al final del camino de un logro alcanzado, se forjan nuevas rutas, que nos dirigen a nuevos desafíos, nuevas metas. En aquellos futuros senderos, siempre aparecen manos amigas, que hacen el andar más fácil, más hermoso, más feliz.

A mis amigos y familiares, que de alguna manera contribuyeron en el desarrollo de este proyecto.

A la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí Extensión Chone, por brindar esa oportunidad ineludible para obtener un Título universitario.

A las Autoridades y maestros de La Unidad Educativa “Abdón Calderón Garaicoa”. Por la gran acogida que nos brindaron para desarrollar esta investigación.

A mis maestros, propulsores de un aprendizaje eficiente de alto nivel y a todos infinitamente gracias.

A mi distinguida Tutora, Lcda. Glenda Ortiz Ferrín, por su colaboración y sabias enseñanzas lo que contribuyo para poder culminar con mayor facilidad.

A todas aquellas personas que de una u otra manera contribuyeron en el desarrollo de esta tesis con sus asesorías y recomendaciones.

El Autor

INDICE

Título y portada	I
Aprobación del tutor	II
Autoría de tesis	III
Aprobación del tribunal de grado	IV
Dedicatoria	V
Agradecimiento	VI
Índice de contenidos	VII
1. Introducción	1
2. Planteamiento del problema	3
2.1. Contextualización	3
2.1.1. Contexto macro	3
2.1.2. Contexto meso	3
2.1.3. Contexto micro	5
2.2. Formulación del problema	6
2.3. Delimitación del problema	6
2.4. Interrogantes de la investigación	6
3. Justificación	7
4. Objetivos	8
4.1. Objetivo general	8
4.2. Objetivo específicos	8
CAPÍTULO I	9
5. Marco teórico	9
5.1. Nutrición infantil	9
5.1.1. Definición	9
5.1.2. Factores que influyen en el desarrollo de la nutrición infantil	14
5.1.2.1. Alimentación en el medio escolar y preescolar	18
5.1.2.2. Alimentación en el seno familiar durante la etapa escolar	21
5.1.2.3. Alimentación en la etapa escolar	24
5.1.2.4. Inclusión en los programas escolares	25
5.1.3. Influencia de la nutrición en el aprendizaje significativo en escolares	26
5.2. Aprendizaje Significativo	31
5.2.1. Definición	31
5.2.2. El aprendizaje desde la perspectiva del conocimiento significativo	31
5.2.3. El éxito escolar	34
5.2.4. Integración de padres al proceso-educativo	36
5.2.4. Características del aprendizaje significativo	37
5.2.5. Problemas nutricionales que afectan al aprendizaje de los escolares	39
CAPITULO II	41
6. Hipótesis	41
6.1. Variables	41

CAPITULO III	42
7. Marco metodológico	42
7.1. Tipos de investigación	42
7.2. Niveles de investigación.	42
7.3. Métodos	43
7.4. Técnicas de recolección de información.	43
7.5. Población y muestra	43
7.5.1. Población	43
7.5.2. Muestra	43
8. MARCO ADMINISTRATIVO	44
8.1. Talento humano	44
8.2. Recursos – financieros.	44
8.3. Recursos Institucionales	44
CAPÍTULO IV	45
9. Resultados obtenidos y análisis de datos	45
9.1. Fichas de observación realizada a los estudiantes	45
9.2. Encuesta aplicadas a los padres de familia	52
9.3. Encuesta dirigida a los profesores	62
10. Comprobación de la hipótesis	68
CAPÍTULO V	69
11. Conclusiones	69
12. Recomendaciones	71
13. Bibliografía y web grafía	72
14. Anexos	75

1. INTRODUCCIÓN

La nutrición, se entiende como los hábitos y costumbres de alimentación que tiene una persona, una buena alimentación, pasa por tener el conocimiento de las propiedades nutricionales de los alimentos, y de la cantidad que debe de consumir de acuerdo a la actividad que haga y de la edad que tiene. Un niño o niña en edad escolar requiere ingerir alimentos ricos en proteína y minerales, por su desgaste físico e intelectual, por este motivo esta investigación se enfoca en el aprendizaje significativo.

En el planteamiento del problema, el investigador hace referencia a las políticas de alimentación en base a la nutrición infantil, que es muy significativa para el desarrollo intelectual y física en el aprendizaje significativo, ya que su variación y aplicación implica un estado nutricional óptimo para que el proceso escolar sea realmente interesante dentro del proceso de estudio, ya que con esto lograremos un estudiante más participativo y capaz de querer y poder aprender. Dentro de la unidad “Abdón Calderón Garaicoa” donde se observa un cuadro de desnutrición en los escolares, debido al descontrol alimenticio y un desbalance nutricional, proporcionaremos el nivel del estado nutricional de cada niño para de esta manera conocer y comparar el nivel normal nutricional con el desbalance nutricional, y lograr con esto el nivel de aprendizaje significativo que existe dentro de la misma.

Dentro del aprendizaje significativo se encuentran, ciertos desbalances que se dan precisamente por la falta de alimentación y por la ingesta indebida de alimentos, lograr un excelente estado nutricional más una alimentación sana y equilibrada conseguiremos ver y entender que este es un niño que desarrolla toda su capacidad intelectual y que tiene un rendimiento óptimo dentro del aprendizaje que desarrolla en su etapa escolar y que es de mucha importancia para rendimiento académico futuro.

En el Capítulo I, el marco teórico, se especifica las teorías que fundamentan la investigación, como es la nutrición infantil, que se la define como la forma de alimentarse, lo que debe y no debe hacer dentro de la alimentación y demás

formas que afecten su estado nutricional, y el aprendizaje significativo, que es fundamental en el desarrollo intelectual y pensamiento de los niños/as en su proceso de formación, y que relacionado con la forma de alimentarse permite tener un mejor desempeño en el aprendizaje.

En el Capítulo II, la hipótesis, refleja la respuesta anticipada al problema de investigación, la que se comprueba de acuerdo a los resultados obtenidos en el estudio de campo realizado, la que se define como: La nutrición infantil incide en el aprendizaje significativo de los estudiantes de la Unidad Educativa Abdón Calderón Garaicoa de la ciudad de Chone.

En el capítulo III, se describe la metodología, en la cual tipo y nivel de investigación es descriptivo, por cuanto se describe una realidad que es muy objetivo y que al narrar los hechos o fenómenos que la componen, se desprenden que una mala alimentación afecta al aprendizaje de los niños y niñas, lo que se comprobó con la investigación.

En el capítulo IV, se encuentra el análisis de los resultados con sus respectivos contenidos de las encuestas y fichas aplicadas, verificando en cierto grado la incidencia de la problemática, que indica que el estado nutricional y la alimentación afectan el aprendizaje significativo y, finalmente, la comprobación de la hipótesis, que es donde se verifica que verdaderamente existe una problemática que afecta el aprendizaje de los niños.

Finalmente, en el capítulo V, donde se hace referencia a las conclusiones y recomendaciones, donde se complementan y reflejan cada uno de los problemas que afectan la nutrición infantil y el aprendizaje, así mismo se encuentran mecanismos y soluciones que ayuden a cambiar y mejorar los problemas que existen en lo referente a la relación del déficit nutricional y aprendizaje.

2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1.CONTEXTUALIZACIÓN

2.1.1 Contexto macro.-“En la actualidad, sobre todo en países desarrollados como Inglaterra, Francia, Alemania, existe una doble carga de malnutrición que incluye la desnutrición y la alimentación excesiva. La malnutrición también se caracteriza por la carencia de diversos nutrientes esenciales en la dieta, en particular hierro, ácido fólico, vitamina A y yodo, y alimentación excesiva contribuye a aumentar la obesidad porque el cuerpo requiere un límite de nutrientes de acuerdo a su valor calórico, y en particular los niños y niñas en donde sus padres o progenitores le dan ciertas libertades.

La malnutrición, en cualquiera de sus formas, presenta riesgos considerables para la salud humana. La desnutrición contribuye a cerca de un tercio de todas las muertes infantiles. Las crecientes tasas de sobrepeso y obesidad en todo el mundo están asociadas a un aumento en las enfermedades crónicas como el cáncer, las enfermedades cardiovasculares y la diabetes. Estas enfermedades están afectando con cifras crecientes a las personas pobres y las más vulnerables”¹.

Las políticas de alimentación y nutrición deben ser una parte integral e importante de los planes de desarrollo en los países en vía de desarrollo. En América Latina, Los objetivos generales de las políticas de alimentación y nutrición deben ser: mejorar la cantidad, calidad e inocuidad de los alimentos consumidos por la población, con el propósito de garantizar una dieta equilibrada para todas las personas y confirmar una buena salud y una nutrición adecuada para todos. En realidad

2.1.2 Contexto meso.- “La mala nutrición en países como Argentina, Chile, Paraguay, entre otros, tiene su grado de complejidad debido a la influencias alimentaria del mundo occidental, cadenas de comida de las trasnacionales que a través de una excesiva campaña de publicidad tienen el mundo atrapado la

¹ http://www.who.int/nutrition/about_us/es/

región continúa siendo un problema muy serio para la salud pública, y es la deficiencia nutricional de mayor importancia en la población infantil de países no industrializados. Puede aparecer en cualquier edad, pero es más frecuente en la primera infancia, período en el que contribuye en gran medida a los elevados índices de morbilidad y mortalidad. Según estimaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), más de un millón de niños nacen con bajo peso, 6 millones de menores de 5 años presentan un déficit grave de peso, como resultado de la interacción entre la desnutrición y una amplia gama de factores”²

A nivel de Ecuador, existe una deficiencia innata en la proporción alimenticia en cuanto a la sustento de los escolares, se estima que los habitantes de las diferentes provincias ignora o desconocen una alimentación nutricional adecuada de padres para sus hijos/as en edad escolar; es por esta razón que existe una deficiencia severa en la nutrición de los niños estudiantes, proporcionando una desnutrición tanto de obesidad o por bajo peso, llevándolos a un sedentarismo o una rutina alimenticia afectando su estado de salud y consecuentemente el aprendizaje, y que el educando por no contar con una buena dieta, la aprehensión del conocimiento sea insignificante. Por ello el estado ecuatoriano teniendo presente esta realidad, ha tratado de suplir esta deficiencia alimenticia en los escolares, creando el programa de aliméntate Ecuador, con suplemento de alto nivel nutritivo.

La población Manabita desconoce sobre nutrición en escolares, se cuenta con recursos y conocimiento para erradicar la desnutrición infantil, pero no aplican los conocimientos por el desbalance que existe al momento de alimentar a los niños/as, ya que existen muchos tabúes alimenticios heredados por ancestros consiguiendo con esto un alto índice de enfermedades crónicas dentro de la provincia.

En la Actualidad, las autoridades de salud, junto con las autoridades escolares han proyectado planes de control de bares en cuanto a la alimentación brindada

² http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-30032009000100003

dentro de los establecimientos educativos para erradicar de cualquier forma algún tipo de desnutrición infantil. Problema que cada día se evidencia por las influencias culturales y por el nivel de educación de los padres, y que se agudiza más, por no tener una regía disciplina alimentaria tanto de la familia como de las autoridades y Docentes de las instituciones educativas, que eduquen de manera correcta a sus estudiantes.

2.1.3 Contexto micro.- En el Cantón Chone, la nutrición infantil es un tema muy importante que resalta en la comunidad educativa, pero las causas para que se dé una desnutrición, pasa por descuido notorio de parte de las autoridades como de padres de familia, de su orientación y formación depende a que sus hijos e hijas se alimenten adecuadamente, pero eso es una contradicción, porque en la realidad, no hay control en casa y muy poco lo hacen en los bares de las escuelas.

Dentro de la Unidad Educativa “Abdón Calderón Garaicoa” se observa un cuadro de desnutrición (déficit de nutrientes), esto se lo evidencia al momento de las valoraciones y trabajos nutricionales que se han realizado durante las prácticas en la escuela, por los estudiantes de la carrera de nutrición y dietética de la ULEAM extensión Chone, tema que por su singularidad no se le ha brindado la debida importancia ni el control respectivo para reducir niveles de desnutrición u obesidad que se pueden observar, cuando vemos la calidad de alimentos y el desbalance nutricional existente, cuando un niño, come una torta de harina, arroz y un pan, etc., factores indicativos del desconocimiento de los valores nutritivos de cada alimento. Este tipo de alimentación responde más a una situación de costumbres.

Por eso muchos niños/as tienen problemas durante el aprendizaje y significativo de la clase, porque no atiende, está soñoliento, bosteza y en algunos casos se duerme, demostrando poco rendimiento en el aprendizaje ante la falta o poca alimentación brindada, cuando los padres no se preocupan por alimentarlos adecuadamente durante el desayuno que es un factor que se relaciona con el desempeño académico y estudiantil.

2.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.

¿Cómo incide la nutrición infantil en el aprendizaje significativo de los estudiantes de la unidad educativa “Abdón Calderón Garaicoa” de la ciudad de Chone durante el año 2014?

2.3 DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA.

2.3.1 Campo: Salud

2.3.2 Área: Alimentación

2.3.3 Aspecto: a) Nutrición infantil b) Aprendizaje significativo

2.3.4 Problema: Déficit nutricional y aprendizaje limitado.

2.3.5 Delimitación espacial: Tercer año de Educación General Básica de la Unidad Educativa Abdón Calderón de la ciudad de Chone.

2.3.6 Delimitación temporal. Año 2014.

2.4 INTERROGANTES DE LA INVESTIGACIÓN

¿Cuáles son los factores que influyen en el estado nutricional infantil?

¿Cómo influye la nutrición en el aprendizaje significativo de los escolares?

¿Cuáles son las características del aprendizaje significativo?

¿Cuáles son los problemas nutricionales que afectan el aprendizaje significativo de los escolares?

3 JUSTIFICACION.

El **Interés** del investigador como egresado de Salud, es lograr la colaboración y cambio en toda la comunidad educativa, para que tanto maestros, autoridades y padres de familia, consideren como prioridad una buena alimentación para sus hijos/as.

La **Importancia** de este estudio radica, que hoy en día, todas las sociedades del mundo padecen de grandes problemas de obesidad y malnutrición, y que aún se está a tiempo para erradicar tabúes alimenticios que perturban el desarrollo físico e intelectual de los estudiantes, si se educa a los escolares respecto a la nutrición equilibrada, que no consiste en negarle la comida a los educandos, sino que deben conocer las ventajas y desventajas de alimentarse de manera equilibrada, ya que reconocidas la relación existente entre una buena alimentación y el aprendizaje significativo.

Es importante indicar, que en los archivos de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí – Extensión Chone, no reposa trabajo alguno sobre esta investigación, por lo que goza de **originalidad**; además presenta indicativos de **factibilidad** para desarrollarse, al contar con la disponibilidad de tiempo y recursos para llevarlo a efecto.

Así mismo, hay que resaltar que como egresado de la Carrera de Nutrición y Dietética, de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí Extensión Chone, este estudio es un aporte al cumplimiento de la **misión** y **visión** institucional, al permitir poner en práctica los conocimientos adquiridos, durante los años de estudios cuyo objetivo es **beneficiar** a la población escolar, posibilitándoles mejorar hábitos alimenticios, que perjudican su salud y el aprendizaje significativo de los escolares. Además plantear pautas de cómo debe ser una alimentación C.E.S.A. (Completa, Equilibrada, Suficiente y Adecuada).

4 OBJETIVOS.

4.1. OBJETIVO GENERAL.

Determinar la Nutrición Infantil en el aprendizaje significativo de los estudiantes de la unidad educativa “Abdón Calderón Garaicoa” de la ciudad de Chone durante el año 2014.

4.2.- OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

- Analizar los factores que influyen en el estado nutricional infantil.
- Definir la influencia de la nutrición en el aprendizaje significativo.
- Describir las características del aprendizaje significativo.
- Identificar los problemas nutricionales que afectan el aprendizaje significativo de los escolares.
- Diseñar un instructivo nutricional para la educación alimenticia de los niños y niñas con bajo rendimiento en el aprendizaje.

CAPITULO I

5 MARCO TEORICO

5.1 NUTRICIÓN INFANTIL

5.1.1 Definición.- “Es el mantenimiento de una dieta adecuada y equilibrada constituida por nutrientes esenciales y por las calorías necesarias para favorecer el crecimiento y cubrir las necesidades fisiológicas en las diversas fases del desarrollo infantil.”³

“Una alimentación sana y balanceada no sólo es contar las calorías que se ingieren. Es importante también la composición de los alimentos, su cantidad y los horarios en que se comen. Por eso es importante que los padres eduquen y creen hábitos que acompañarán a sus hijos por el resto de sus vidas. El sobrepeso y la obesidad infantil se han convertido en una de las enfermedades preocupantes de los últimos tiempos abarcando el 20% de esta población y con estimaciones de crecer hasta un 50% para el año 2014.”⁴

Quesada Morúa M, 2002; Diariamente los niños cumplen con un sin número de actividades, que demandan gasto de calorías (energía), lo cual la necesidad nutricional es indispensable para complementar ese desbalance, quienes a diferencia de los adultos la alimentación debe ser gustosa y agradable desde una perspectiva intelectual y que cumpla con las necesidades nutricionales de cada niño; por otra parte la dieta debe ayudar a prevenir enfermedades a las que se encuentran expuestos los niños, mediante el resultado de una mala ingesta de alimentos, comprendiendo la necesidad calórica para satisfacer los requerimientos de los infantes variando según la edad en cada niño.

Lo que significa dentro de un contexto real, el realizar tareas físicas para quemar calorías es lo más adecuado y lo que en sí recomiendan los nutricionistas.

³ <http://www.onsalus.com/diccionario/nutricion-infantil/20538>

⁴ http://www.clinicasantamaria.cl/edu_paciente/alimentacion_infantil.htm

El desgaste físico llevado a cabo por la cotidiana actividad de los niños en el ambiente escolar, genera un alto gasto de calorías y energía provocando necesidades nutricionales altas que están complementados con la alimentación que cada niño debe tener basados en las calorías diarias que cada escolar necesita, Uno de los principales factores del déficit nutricional se genera por mala y poca alimentación que se tiene, aun cuando no existe un control nutricional y alimenticio conllevando a un sin número de enfermedades crónicas, que terminan limitando la ingesta de alimentos y el desarrollo evolutivo del ser humano.

Dra. Gabriela Villalobos 2002, Durante los tres primeros años, las necesidades calóricas equivalen a 102kcal/kg de peso corporal. Entre los niños y niñas las necesidades calóricas son iguales hasta la pubertad y varían según la edad de los niños; 90kcal/kg de peso corporal en niños de cuatro a seis años de edad y las 70kcal/kg en niños de siete a diez año de edad. Los requerimientos de proteínas están acorde a las necesidades de los adultos añadiéndole una cantidad adicional para la eficacia en el uso de las proteínas; el aporte proteico que corresponde a la edad escolar es de 1g/kg de peso corporal o el 5.7% de la recomendación calórica; otro nutriente que pueden aportar y asegurar una adecuada ingesta es el ácido linoleico portando el 1-2% del total de kilocalorías.

Es indispensable tener en cuenta que en los primeros años de vida se genera un sin número de adquisiciones los cuales son importantes y sirven para toda la vida, uno de ellos la lactancia materna indispensable para el desarrollo del ser humano, tener en cuenta el control de las ingestas de calorías y proteínas para el progreso evolutivo y de desarrollo tanto físico como cognitivo complementados con otros nutrientes como ácidos esenciales logrando así evitar déficit nutricionales que se dan comúnmente en etapa escolar, es importante tener en cuenta las cantidades necesarias para la edad y peso de cada niño ya que de no ser así no se lograría un desarrollo nutricional óptimo.

Iglesias Rosado Carlos, 2002; El rendimiento se basa en factores propios del escolar, factores familiares, del sistema educacional y de la sociedad, en

conclusión el proceso educativo de la naturaleza multicausal y multifactorial, existen investigaciones referente al factor socioeconómico existiendo un déficit en información referente a los efectos de la nutrición y la salud; los factores socioeconómicos y socioculturales son determinantes tanto del estado nutricional como del proceso de enseñanza-aprendizaje; la desnutrición durante los primeros años de vida puede afectar severamente el crecimiento del individuo la única manera de cambiarlo es con una buena alimentación y así alcanzar mejorar el proceso de educación.

Se puede lograr un estado nutricional óptimo teniendo en cuenta muchos sistemas y factores que rodean al escolar, su formación en cuanto a la alimentación, entorno familiar, entorno escolar y dentro de la sociedad, en si buscar las causas y los factores que podrían afectar el estado nutricional de un niño tenerlos en cuenta y actuar ante el mismo y así contrarrestar falencias que afectan muchos componentes en un futuro, en varias ocasiones se ha comprobado y es notorio que una de las causas principales es el factor socioeconómico afectando la salud en la poca alimentación que pueda existir y por otra parte la desinformación sin llegar a saber cómo alimentar correctamente a un niño que necesita una alimentación adecuada para su proceso evolutivo y desgaste que pueda tener dentro del ámbito escolar.

Todo esto pasa porque las familias desconocen las propiedades nutricionales de los alimentos y lo que hacen es dar de comer que no es lo mismo, alimentando a sus hijos de acuerdo a sus costumbres culturales y a los hábitos que han ido adquiriendo en relación con las características del medio y por las situaciones socioculturales que se arrastran. Por lo tanto se necesita fortalecer el principio de que una buena alimentación requiere de saber distribuir los alimentos de manera equilibrada.

La familia debe tomar conciencia de que el desayuno es uno de los principales factores para que un niño en etapa escolar esté en condiciones para demostrar rendimiento en las actividades cotidianas, y educativas, ya que al no desayunar se

altera, un sinnúmero de mecanismos dentro del metabolismo, afectando el desempeño que este pueda tener, ya que al disminuir las reservas de glucógeno se utilizan los lípidos como combustible aumentando los ácidos grasos en sangre provocando la disminución de los niveles de insulina y glucemia, lo que afecta el estado anímico, físico e intelectual; al desayunarse favorece el desempeño escolar y por ende mejorar la salud con un óptimo estado nutricional al utilizarse normalmente los azúcares como combustible, aumentando los niveles de insulina y glicemia, que favorece el rendimiento físico e intelectual”⁵.

En todo niño o niña en edad escolar es relevante la que existe entre el desayuno y el rendimiento físico e intelectual, estando ligados por la eficacia y eficiencia que demuestra un escolar al realizar las actividades físicas y el cumplimiento de las diferentes labores académicas, observando en ciertas investigaciones, que un niño sin desayuno, su metabolismo no genera energía, utilizando las reservas orgánicas, lo cual provoca debilitamiento, desmayos y sueño, que a la vez crea problemas en su estado nutricional y por ende en su salud, además, el individuo demuestra poca capacidad intelectual, estando limitado a un aprendizaje y desarrollo evolutivo bajos y un alto déficit en su vida útil.

Arpe Muñoz Carlos 2002, La alimentación es importante y fundamental en todas las etapas de la vida, lo es mucho más en la infancia, una etapa en la que el organismo se encuentra en desarrollo y crecimiento, tomando en cuenta que en los comedores no solo suministra 30 o 35 % de energía total, se debería tomar en cuenta la parte proporcional de macronutrientes y micronutrientes, teniendo en cuenta el contenido de nutrientes como prepararlos, servirlos y como variarlos y con qué frecuencia semanal son servidos, considerando el contenido nutricional que proporcione el menú determina la salud presente del escolar.

La variación de alimentos que pueda existir en una comida puede satisfacer las necesidades nutricionales de un individuo, proporcionándolos de una manera equilibrada y adecuada para erradicar déficit que puedan ocasionar desnutrición,

⁵ IGLESIAS ROSADO, Carlos: Importancia del desayuno escolar, Madrid 2002.

es importante la preparación y la forma en que son suministrados además de tener en cuenta que dentro de la variación existan macronutrientes y micronutrientes importantes dentro del aporte nutricional complejo, existen muchos desequilibrios nutricionales dentro de los menús, como el exceso de energía presente en las grasas y las proteínas y por ende déficit en los hidratos de carbono, existen muchas veces excesos de grasas saturadas e irregularidades dentro del aporte energético de los menús que se brindan diariamente.

Villarino Marín Antonio 2004, Las varias formas de presentación de un alimento y su exposición, hacen que aprendamos a alimentarnos por imitación, estas son afirmaciones dadas en la infancia y adolescencia, tomando en cuenta que al menos cinco de las más importantes comidas la realizan semanalmente en el comedor de la escuela, teniendo en consideración que las exposiciones de alimentos y maneras de imitar tiene lugar en su totalidad dentro de la familia y en el bar escolar, tomando en cuenta que la formación alimentaria y nutricional que se debe brindar en la infancia debe ser una labor ligada y conjunta de padres, madres y escuela, considerando las formas de vida en la actualidad.

Es indiscutible que estamos culturalizados gastronómicamente, se ve en todas partes la influencia de hábitos alimenticios que ofrecen abundancia en cuanto a comida chatarra, en donde las grasas, las salsas, los picantes, entre otras especies, copan en gran medida el mercado local, y los niños y niñas por la forma en que son comercializados los prefieren, ocasionando en gran medida los desequilibrios alimenticios, debido a que las familias tienen que enfrentar estos inconvenientes por la saturación del mercado de comidas con altos índices de grasas y que no representa mucho en la salud de los infantes.

Todo esto viene a contradecir la sana convivencia familiar en donde la naturaleza propia de alimentarnos estaba ejercida por patrones alimenticios basado en las costumbres, que representaba tener la cocción de los mismos sin condimentación que no fuera previamente elaborada en casa, en la que se utilizaban o se utilizan ciertas plantas comestibles que le daban un sabor especial y nutritivo a las

comidas, y los infantes con estas formas de vida tenían una salud ajustadas a las circunstancias del momento y por ende en el ámbito escolar el aprendizaje es mucho mejor.

La variedad de colores en la alimentación y los diversos tipos de alimentos hacen que los niños les llame la atención la alimentación, principalmente las formas de los alimentos, los cuales se guían por la apariencia que el mismo le brinda , su formación de alimentarse es muy importante ya que la variación de colores y formas de alimentarse crean un ambiente de formación en el escolar, es importante variar la alimentación logrando hacerla llamativa y que cumpla con los requerimientos nutricionales que puedan satisfacer las necesidades y requerimientos diarios en un niño, lograr un hábito de variación de alimentos que aporten los nutrientes esenciales, para de esta manera erradicar muchos déficit nutricionales que comúnmente existen dentro de las escuelas, una de las falencias en la actualidad es la abundancia de golosinas que inhiben el apetito y las comidas con colorantes y perseverantes, ocasionando déficit nutricional y desproporcionando la adecuada alimentación.

5.1.2. Factores que influyen en el estado nutricional infantil.- Una dieta adecuada y saludable previene y evita factores que afectan la nutrición infantil como la obesidad y enfermedades que influyen en la salud de un niño como hipertensión y diabetes. Una dieta equilibrada beneficia el crecimiento y aprendizaje de los niños y erradica enfermedades relacionadas con el peso de los infantes que influyen en el desarrollo para el desempeño académico y laboral.

En los primeros cinco años de vida de un niño su cerebro se desarrolla hasta el 85% , lo cual es importante y significativo la nutrición infantil y elementos como la estimulación temprana, afecto y ejercicio, esto complementara su desarrollo tanto en crecimiento y capacidad intelectual que favorece el aprendizaje y la determinación de la programación metabólica del infante para su vida, en

análisis e investigaciones se ha determinado con el Dr. Eduardo Álvarez Vázquez, pediatra neonatólogo.

De acuerdo a lo realizado es importante que padres como los especialistas en salud infantil, entiendan y apliquen cinco factores de la nutrición por su impacto en el desarrollo y crecimiento de los niños, explica el Dr. Álvarez:⁶

- Leche materna
- Bajo consumo de ácidos grasos Omega
- Anemia por deficiencia de hierro.
- Deficiencia de vitamina D.
- Sedentarismo.

Estar seguros en la correcta alimentación que pueda tener el lactante y el niño pequeño, principalmente enfocándose en la lactancia materna y lo que respecta a la alimentación complementaria, es fundamental para su crecimiento, desarrollo y buen estado de salud, presentando en esta etapa de la vida los problema de mala nutrición; la desnutrición se clasifica en consecuencias de largo y corto plazo, las de corto plazo son las que ocasionan el aumento de morbilidad y mortalidad infantil así mismo en lo que respecta en el retraso del desarrollo físico y mental; en el de largo plazo, ocasiona falencias en la capacidad de aprendizaje y de trabajo, alteraciones en la función reproductiva y el incremento de adquirir enfermedades crónicas degenerativas.”⁷

Las causas de muchos problemas patológicos referentes a una mala alimentación y por ende el déficit nutricional, depende de un factor fundamental la deficiente lactancia materna y la inapropiada alimentación complementaria, corroborando a la presencia de patologías comunes como lo son: Las diarreas y enfermedades

⁶ <http://www.salud180.com/maternidad-e-infancia/5-factores-de-la-nutricion-infantil>

⁷ <http://www.ffmm-iap.net/revista/2008desnutricionFFMMINSPPMEBo15.pdf>

respiratorias repetitivas, impidiendo el correcto desarrollo evolutivo del niño tanto el ámbito intelectual como físico, ya que los problemas de alimentación afectan la salud impidiendo el desarrollo normal de un escolar, es importante considerar cada parte de las afecciones patológicas, suplirlas para que las secuelas sean degenerativas y no afecten en gran manera el desarrollo evolutivo normal de un niño en etapa escolar.

Luis Peña Quintana, Luis Ros Mar, Daniel González Santana y Ramiro Rial González, 2007. La distribución dietética del niño en edad preescolar y escolar a lo largo del día debe dividirse en 5 comidas, con un 25% al desayuno se (incluye la comida de media mañana), un 30% a la comida (almuerzo), un 15 a 20 % a la merienda y un 25 a 30 % a la cena, evitando las ingestas entre horas, al final la comida debe haber recibido el 55 % de las calorías diarias, ya que es el periodo de mayor actividad física e intelectual.

La cena debe ser una comida de rescate para aportar los alimentos que no fueron ingeridos durante el día; entre la distribución de los alimentos los hidratos de carbono deben tener el 50-55% de la distribución calórica un 30-35% de grasas (equilibrio de grasas animales y vegetales) y un 15% de proteínas de origen animal y vegetal. Sin embargo esto responde a una situación cultural, mas no técnica y formativa.

El conocimiento de la distribución calórica y el número de comidas al día es uno de los factores impredecible para el correcto desarrollo en la nutrición infantil de los escolares, ya que esto permite tener en cuenta el gasto calórico y la compensación porcentual de la alimentación que un niño pueda tener durante el día, así mismo importante tener en cuenta las raciones adecuadas para no convertir en exceso la alimentación, por consiguiente una alimentación bien proporcionada, adecuada y fraccionada permite compensar muchos factores, como el déficit nutricional, físico e intelectual; evitar enfermedades y principalmente cumplir con las actividades que pueden existir dentro del área educativa.

Martínez Álvarez, Jesús, 2012. Una forma de contribuir a la mejora de la alimentación de los niños, es incluir en los programas escolares conceptos sobre alimentación, estudio anatómico y fisiológico, del aparato digestivo, recopilación de tradiciones populares sobre platos regionales, clases de cocina y obtención de alimentos mediante el desarrollo de los huertos escolares. Habría pues cuatro aspectos:

5.1.2.1. Alimentación en el medio escolar y preescolar.

Cuando se les pregunta a los escolares cuáles son sus comidas preferidas, la mayoría responden papas fritas, papas y arroz con salsa, frituras, hot dog, colorantes, chicles, azúcares, etc., pero es muy poco común escuchar frutas, ensaladas, o comidas con bajo nivel de grasas o sal. Esto es una realidad que hoy enfrenta los bares en las escuelas, y que están siendo controladas por el Ministerio de salud Pública del Ecuador, sin embargo existen en algunos centros educativos y que escapan de las manos de sus autoridades, personas que se dedican a vender comidas no autorizadas para los infantes, como son frutos verde con sal, frituras, azúcares, que perjudican la salud de los estudiantes, sin embargo ellos las consumen sin ningún control.

Como se sabe, el cuerpo necesita un determinado porcentaje nutricional, para alcanzar un adecuado nivel de actividad intra y extra clase, por lo general deben de figurar en los menús de las escuelas comidas con alto poder de vitaminas y minerales, sin desconocer a los carbohidratos y a las proteínas, porque el niño y la niña en su mundo mágico en que se encuentran, su mayor actividad está en el juego en donde queman muchas calorías o sudan y es ahí en donde tienen que reponer las energías consumidas.

Es verdad que los niños y niñas prefieren comidas con azúcares y frituras, pero es importante que los centros escolares establezcan menús con comidas tradicionales que suplan de manera muy objetiva, lo que en verdad le gustan a los escolares, y para esto se debe de tener presente sus costumbres gastronómicas, olores, sabores,

colores, que permita una mayor aceptación de los productos que se expenden en el bar y con esto se garantiza una buena alimentación.

Dentro de la problemática alimentaria, es importante conocer las divergencias de los escolares, en relación a los menús que se programan en los centros escolares, si bien estos pueden responder a criterios de equilibrio y plenitud nutricional, estos no muy apetecibles para uno ni completos, lo que significaría que la alimentación escolar debe de responder a una racionalidad de los alimentos y a una cultura de formación nutricional que debe de empezar en las aulas escolares.

Resulta relativa y a veces condicionante, que los problemas de una buena alimentación en nuestro medio pasa por lo anecdótico que pueden ser la preparación y la cocción de los mismos, sin duda una buena preparación no lo hace cualquier persona, debe de hacerla aquellos individuos que tenga pleno conocimiento de las propiedades nutricionales de los alimentos, para que fusionen las relaciones y propiedades de estos con el gusto de los escolares, ya que por ejemplo puede ser una ensalada de lechuga con brócoli que es rechazada por los escolares, pero si la realiza con otros componentes que gustan los chicos, considero que la misma es aceptada.

Desde otro punto de vista, la comida de casa con la comida del bar de la escuela, a veces no tienen un punto de relación, y contraponen a los gustos de los escolares, esto puede afectar su apetito, y representaría para su aprendizaje situaciones emergentes, lo que quiere decir., si el niño o la niña no está alimentándose como debe de ser, probablemente su rendimiento no es el adecuado.

El rendimiento escolar se encuentra determinado por factores propios del educando, factores familiares, del sistema educacional y de la sociedad en general (Revista Consumer N°80 ,2008). En síntesis el proceso educativo es de naturaleza multicausal y multi factorial (Araceta J.2001).

La desnutrición en los primeros años de vida podría afectar el crecimiento del individuo, pero es posible lograr, posteriormente, una mejoría en la adecuación de la talla, a través, ya que el niño continúa creciendo hasta los 18 años de edad, sin embargo, una notable excepción que es el cerebro, y, en general todo el sistema nervioso. Al parecer la desnutrición durante los primeros años de vida podría inhibir el crecimiento del cerebro y esto produciría una reducción permanente de su tamaño y un bajo desarrollo intelectual (Araceta J, Perez C, Serra L, 2004),

La malnutrición acaecida en la edad temprana reduce la tasa de división celular en el cerebro, reduciendo la mielinización, observándose una estrecha correlación, entre la circunferencia craneana y el crecimiento cerebral (Booth DA, Fuller J, Lewis V. Human, 1981)

Más aun se ha descrito que la malnutrición provocaría una disminución de la capacidad intelectual, en donde las condiciones nutricionales y ambientales son inseparables (Brown NE, Gilmore SA, Dana JT, 1997)

Es interesante destacar la importancia de los factores de riesgos, biológicos y sociales, sobre el desarrollo infantil, bajo peso (Cervera P, Palma I, 1998) de nacimiento, malnutrición, bajo nivel educacional, y/o problemas psiquiátricos de los padres son algunos de los factores de riesgos que se relacionan con el desarrollo psicológico infantil. Tales factores de riesgos no ocurren de manera aislada; a medida que se combina un mayor número de ellos aumenta la probabilidad de un menor rendimiento cognitivo.

La mayoría de los estudios de nutrición realizados en niño en edad escolar se basa fundamentalmente, en la apreciación del crecimiento corporal, mediante mediciones antropométricas que, al ser comparadas con curvas estándar o poblaciones de referencias, permiten establecer si existen un crecimiento físico o normal, o por el contrario un retardo o una aceleración en la velocidad del crecimiento. Pero, en lo que respecta a nutrición y rendimiento intelectual del

niño o niña en edad escolar, todavía existen grandes vacíos de conocimiento, debido quizás a la complejidad de los factores comprometidos (genéticos, ambientales, hereditarios, psicosociales, educativos y nutricionales), que dificultan su evaluación e interpretación. (Comoretto G. 2010)

Pero en cualquier caso y a la luz de los conocimientos actuales, podemos asumir que los conocimientos cognoscitivos del niño o niña está influenciado por su estado nutricional el cual, unido al ambiente psicosocial enmarca su crecimiento y desarrollo. Como consecuencias todo lo que hagamos en función de su alimentación repercute en su salud de manera positiva.

Como conclusión de este subtema, cabe decir que los comedores escolares tienen enorme significación en la alimentación de los escolares, porque ellos en definitiva deben de tener una dieta balanceada y nutritiva para el desarrollo del aprendizaje y por ende del conocimiento.

5.1.2.2. Alimentación en el seno familiar durante la etapa escolar.

La infancia constituye una etapa en la vida, en la que una correcta alimentación tiene una gran importancia. Cualquier malnutrición (por defecto o por exceso) puede tener repercusiones negativas para la salud a corto y largo plazo. Por ello la alimentación del alumnado debe cumplir un triple objetivo:

- Cubrir las necesidades energéticas y plásticas que aseguren un desarrollo y crecimiento normales.
- Evitar carencias y desequilibrios entre los distintos nutrientes.
- Contribuir a prevenir enfermedades del adulto relacionadas con la nutrición (obesidad, hipertensión, arteriosclerosis, etc...) Dada la aportación a la energía total de la dieta que en nuestro país supone la comida principal del mediodía, el comedor escolar contribuye significativamente a la alimentación de los escolares

(30-35% de la ingesta total diaria). Por tanto, el servicio de comedor proporciona un menú seguro y nutricionalmente adecuado.

Los hábitos adquiridos en la infancia son decisivos en el comportamiento alimenticio durante la edad adulta, por lo tanto el comedor del colegio no sólo se concibe como un espacio físico necesario para el suministro de alimentos, sino que es el marco en el que diariamente los niños y niñas aprendan a comer y a alimentarse, adquiriendo así hábitos adecuados que les permitirán mantener una alimentación correcta a lo largo de su vida adulta.

Sin embargo, no es solamente en el ámbito escolar donde se educa nutricionalmente a los niños y niñas, ya que en esta labor es decisivo el entorno familiar y los medios de comunicación. Es muy importante que también en el seno de la familia se mantengan y complementen las estrategias de educación y adquisición de hábitos saludables

SAEZ, Ernesto 2008. Dice: no debemos perder de vista que **el hogar debe ser el principal punto de referencia de la alimentación del niño**, incluso durante los nueve meses de la etapa escolar en la que pasa un buen número de horas del día en la escuela, esta le da la oportunidad de adquirir estilos de vida saludables por medio de las normas que regulan no sólo el ambiente escolar sino también la disponibilidad y el acceso a alimentos y bebidas, para conseguir que las opciones más saludables sean las más fáciles de cumplir. Esto, unido a la educación en el seno de la familia, debe ayudar a contrarrestar las malas influencias que puedan ejercer los compañeros, la publicidad y, sobre todo, la televisión acerca de lo que al niño le apetece comer y beber en diferentes momentos de su jornada, pidiendo que le compren tal o cual alimento o chuchería o, a veces, comprándolo él mismo.

Dada la realidad en que nos encontramos, pareciera que la familia no influyese en la alimentación de los escolares, pero esto es una irrealidad, porque los seres humanos desde que nacemos, tenemos a lado de nosotros una serie de costumbres alimenticias que de apoco nos infunden sus hábitos o comportamiento por la

comida, por lo que la familia es el principio rector de las dietas o menú que tengamos, lo que ha pasado en estos últimos años, es que las familias están siendo arrebatadas por nuevos estilos de vida que implantan la sociedad actual, en donde los medios de comunicación ha tenido notable trascendencia.

Generalmente debemos de entender que en nuestra sociedad, como que no está muy de moda con eso de las dietas, nuestra gente responde a criterios culturales y de convivencia autóctona, y la alimentación que reciben los escolares en la etapa escolar no es una alimentación especial, es una alimentación común y normal, que responde a los hábitos alimenticios practicados en la cotidianidad, y lo que hacen nuestros padres, es proporcionarles alimentos sin ningún requerimiento específico, que lo ayude a recuperar las energías después de las actividades académicas.

Otra realidad en que viven nuestros padres, es la de alimentar a sus hijos de acuerdo al entorno en que están, así por ejemplo, como pepito lleva manzana, yo también le doy manzana a mi hijo, lo que significa que no hay complementariedad en razón de lo que en verdad necesita comer un escolar después de las actividades desarrolladas en la escuela.

La alimentación del preescolar y escolar requieren mayor atención por parte de los padres, si desean que alcancen un desarrollo y crecimiento óptimos. Se debe insistir en el empleo de medidas que tiendan a crear mejores hábitos de alimentación y un mayor grado de información respecto a las propiedades y características de los alimentos.

Tanto el preescolar como el escolar se encuentran en etapa de menor crecimiento. Tanto uno como otro, requieren de una dieta completa, suficiente, equilibrada y adecuada que debe llevar los nutrientes necesarios a las células del organismo para que este crecimiento sea favorable. Lo que significa prestar mayor atención en esta etapa de crecimiento y desarrollo integral del infante, y sobre todo en el aprendizaje.

El régimen calórico debe vigilarse correctamente para evitar que, por deficiencia no se aprovechen íntegramente las proteínas o que por exceso se produzca obesidad, como ocurre con frecuencia en los escolares. Se deben escoger alimentos que contengan proteínas de buena calidad y procurar que se conserve la armonía entre proteínas, hidratos de carbono y grasas, para que las proteínas no sean utilizadas como fuente calórica.

5.1.2.3. Alimentación en la etapa escolar, fuera de la familia y la escuela (tiempo de vacaciones y otros.)

La alimentación de los escolares en tiempos de vacaciones o fuera de la escuela y de sus casas, pasa por la responsabilidad absoluta de sus padres y deben de conectarse con los objetivos de sus maestros y seguir ciertas instrucciones que son muy valiosas para no perder el hilo conductor de su alimentación, por eso Según Johnston, Peters y Evraiff (1973, p. 223), "cuando los padres comprenden los objetivos de maestros/as y estos las metas de los primeros, unos y otros encuentran modos de trabajar cooperativamente. Padres y madres que comprenden los objetivos de la escuela brindan su apoyo y colaboración a los programas, asumen su responsabilidad en las tareas que debe realizar niño/a en el hogar y ofrecen información valiosa para el proceso educativo".

Kroth (1975) ordena en tres objetivos las interacciones normales entre el maestro/a y padres y madres de familia o encargados: Comprender al niño/a, a su familia y al problema escolar, proveer y recabar información resolver problemas que afectan a los niños/as en forma conjunta. Esto implica que la alimentación de los escolares pasa por la interacción y la comprensión del niño/a en sus diversas manifestaciones, porque si no hay un control de sus actividades de manera directa y sobre todo en su alimentación, habría ciertos desajustes que ya se lo había trabajado en el ámbito institucional y que deben de seguir como que si estuvieran en la escuela. En conclusión la alimentación escolar en tiempo de vacaciones debe ser controlada y seguir los mismos patrones alimenticios de acuerdo a las actividades que desarrollen.

5.1.2.4. Inclusión en los programas escolares para la mejora de la dieta de los escolares.

Dentro de esta visión es importante incluir factores condicionantes y predisponentes para el desarrollo de los aspectos anteriores, importantes para el progreso evolutivo de una alimentación adecuada y que aporte a un correcto estado de salud.

La base para contribuir a un desarrollo que pueda incluir aspectos importantes para crear un formación adecuada mejorando la alimentación fundamental en la etapa escolar, creando aspectos positivos tomando en cuenta diversas áreas y aspectos como: Áreas de alimentación, funcionamientos de los diversos aparatos y sistemas en ser humano, alimentos del medio, importancia de cada nutriente entre otros, prevaleciendo un sistema en cuanto a relacionar y fomentar una alimentación que beneficie el estado de salud del escolar y al desarrollo de su aprendizaje, aplicando una formación bien fundamentada en el servicio de una alimentación adecuada garantizamos un estado óptimo nutricional, erradicando enfermedades catastróficas y aportando a un desarrollo óptimo de una sociedad en progreso.

Serafin Patricia, 2012. Una alimentación saludable es un factor importante para el desarrollo adecuado de una nutrición infantil, teniendo en cuenta que debe ser variada en alimentos y equilibrada para ayudar a promover la salud y prevenir las enfermedades nutricionales, cuando hablamos de una alimentación variada significa que hay que preparar comidas con diferentes tipos de alimentos todos los días en la casa o en la escuela, cuando hablamos de equilibrada significa que en los menús preparados se encuentra el contenido de los nutrientes que el cuerpo necesita para realizar las funciones vitales tomando en cuenta la variación de macronutrientes en cada comida como lo es: Proteínas, grasas, hidratos de carbono y vitaminas y minerales, llegando a compensar un sinnúmero de déficit metabólicos que alteran el proceso de digestión, y por ende satisfaciendo las necesidades requeridas por el organismo y obviamente mejorando la salud.

La alimentación compensa una parte elemental de la formación de un niño, aportando beneficios al desarrollo cognitivo y físico del escolar, por otra parte también contribuye a prevenir enfermedades que se pueden adquirir desde la infancia, así se debe tener en cuenta que la preparación de las comidas también forma una parte fundamental, ya que el valor propio de cada alimento y su debido nutriente que contiene, sin evaporarlo al momento de la cocción, ya que al existir exceso en la ebullición de nada vale la alimentación porque sus nutrientes ya no se encontrarían, entonces, se debe enfatizar sobre la preparación y cocción de los mismos, y de cómo variarlo, tener en cuenta que una alimentación saludable mantiene un cuerpo saludable y por ende un estado de salud óptimo.

5.1.3 Influencia de la nutrición en el aprendizaje significativo de los escolares.- Es complicado determinar y descubrir los factores importantes que influyen en el proceso de desarrollo crecimiento y aprendizaje de un niño principalmente en los cambios de hábitos alimentarios, el incremento rápido de consumo de pan en países latinoamericanos es indispensable he utilizado como alimento básico y rápido, los infantes dentro de su proceso escolar llegan a ser grandes agentes de cambios, esto debido a que sus gustos y preferencias están en desarrollo, por lo que si consumen un alimento nuevo les pueda gustar y lo asimilen con mayor facilidad; por esta razón esta aplicación alimentaria realizada en la etapa escolar es muy importante, los niños son una fuerza influyente dentro de la familia inmediata y más adelante en sus propios niños para consumir alimentos altamente nutritivos .”⁸

Conocer los cambios y procesos del cual un niño escolar forma parte, es relevante tener en cuenta su proceso de aprendizaje y conocimiento influyendo como factor importante el crecimiento y desarrollo en el ámbito académico, físico, social, espiritual y fundamentado en un excelente estado de salud basándose principalmente en un estado nutricional óptimo, partiendo de una alimentación

⁸ <http://www.slideshare.net/dhanniell/influencia-de-la-alimentacin-en-el-aprendizaje-del-nio-terminado>

adecuada que como factor importante puede brindar un desarrollo evolutivo en todos los aspectos, siendo ideal para su proceso formativo. Tener en cuenta que una alimentación adecuada y variada con alimentos altamente nutritivos puede brindar un aspecto reluciente y brillante en el escolar al momento de actuar y realizar las actividades académicas y demás que pueden efectuarse dentro de la institución.

Luis Daniel Oyola, 2012. La concepción que las personas tienen en la alimentación dentro del aprendizaje de los menores de 5 años, tiene una gran influencia ya que es de vital importancia una buena alimentación debido a que en esa edad se requiere tener gran cuidado al menor ya que en ese periodo se desarrolla gran parte del cerebro y es el mejor momento en el que el niño debe aprender; así es necesario conocer los procesos de enseñanza y ver la importancia de la alimentación en ella. Para mejorar el proceso de aprendizaje de los menores, y poder demostrar el aporte de la alimentación en la misma siendo fundamental al momento de poder desarrollar las características que permitan tener un alto rendimiento académico.

Es importante recalcar que con una buena alimentación desde el periodo de gestación del niño es muy importante y primordial, la misma que debe mantenerse constante en el periodo de 2 a 5 años, ya que es la etapa más alta en aprendizaje y asimilación, porque el cerebro se desarrolla el 85% en ese tiempo de vida, tomando en cuenta que de aquí depende el proceso de aprendizaje y desempeño que puede tener un niño dentro del proceso escolar y por el resto de su vida tanto: académica, social, cultural y de trabajo. Tener en cuenta que los procesos de enseñanza se pueden desarrollar con éxito de acuerdo a una alimentación adecuada y nutritiva.

Pedro G. B, 2004. Existen alimentos que ayudan a mantener un proceso óptimo y de concentración dentro del aprendizaje, tomados en cuenta por su alto valor nutritivo, aportando a una alimentación adecuada, logrando un alto rendimiento

académico y de aprendizaje enfocados principalmente al proceso de concentración del niño y otros factores como la fatiga, para mayor energía entre ellos:

- Para la concentración: Pollo, pescado y res.
- Menos Fatiga y aumentar la rapidez para reaccionar: Las frutas ricas en vitaminas A y C, y en hidratos de carbono.
- Energía: Pan, cereales y pastas ricas en carbohidratos.

Existen muchas variedades de alimentos que pueden aumentar el estado físico y de rendimiento de una persona y más aun enfocándonos en los niños, ya que estos necesitan estímulos para poder tener un correcto desempeño de actividades dentro de un área escolar y por ende alimentos altamente nutritivos para que rinda tanto su aspecto físico como de desempeño académico, muy importantes los alimentos que el autor menciona ya que son los más ejemplares y primordiales para el desarrollo de las actividades diarias que se dan en el área educativa, entre otros alimentos como frutas y verduras que permiten acelerar el metabolismo para evitar la concentración de tejido adiposo que crea nada más que déficit nutricionales, y así algunos alimentos más, lo importante es considerar la importancia del alimento y en que puede servir para el desarrollo académico.

Carmen Vásquez de Velasco 2012. El modelo ecológico del desarrollo considera que la socialización y desarrollo infantil en su conjunto depende de la interacción dinámica del niño o de la niña con su entorno quien está representado por la comunidad, la escuela y la familia, y cada uno de ellos posee sus normas y valores, dentro de este esquema señala las interacciones afectivas y los espacios de desarrollo del niño y niña, con un valor alto en estos sistemas ambientales dado que influyen en el desarrollo integral del ser humano, teniendo en cuenta tres tipos de interacciones, en primer lugar la interacción con la familia, en segundo lugar la escuela o comunidad y por último la influencia por la cultura generando visiones culturales y sociales frente a la niñez.

Es importante reconocer el medio o entorno donde se ha desarrollado el aprendizaje puede ser desarrollado, principalmente la importancia del entorno familiar y la influencia de la escuela, basándose en una cultura brindada por ambos sectores, que son determinantes e influyentes en el desarrollo integral de aprendizaje en una persona; otro punto interesante es el espacio existente para desarrollar las actividades y los sistemas ambientales. Dentro del modelo ecológico se toman en cuenta todas las interacciones que el niño pueda tener entre una de ellas, las afectivas que influyen en el desarrollo de una calidad de aprendizaje significativo basado en una alimentación adecuada para un estado nutricional y salud óptimos, ya que sin este último punto es imposible lograr una calidad de aprendizaje por el déficit de nutrientes que afectan el desarrollo mental.

Matthew Jukes, y otros autores, 2002. En el mundo en el cual nos encontramos en la actualidad la nutrición ya no es un lujo, es una necesidad existen evidencias que demuestran la importancia de la nutrición para el poder intelectual y educacional, dentro de investigaciones revelan que el treinta y seis por ciento de los niños menores de 5 años presentan retardo en el crecimiento (esto es su talla para la edad es baja) Este número puede aumentar cerca del 50% en edad escolar , relacionado con una reducción sustancial en la capacidad mental y con un rendimiento escolar deficiente , lo cual conduce a una productividad laboral reducida, un aspecto fundamental refiere a que el cincuenta y tres por ciento de los niños en edad escolar sufren de anemia por deficiencia de hierro esto está asociado a la reducción de habilidades cognitivas tanto en infantes como en niños en edad escolar.

Una buena alimentación en los actuales momentos es importante y básica para el desarrollo de un escolar partiendo que no es si se puede o no, es un hábito que a diario hay que inculcarlo en cada uno de los niños miembros de una institución, ya que si no se aplica podría ocasionar lesiones en el proceso educativo de un niño, principalmente ocasionando enfermedades que afectan el desarrollo cognitivo, existen elevados índices de retardo en el crecimiento por una mala alimentación y en otros casos reducción del rendimiento escolar, todo es un conjunto de factores

determinantes de que la alimentación es el mejor complemento del desarrollo para el aprendizaje significativo, tomando en cuenta la variedad de la alimentación y la cantidad que se pueda proporcionar.

La primera etapa del desarrollo físico, psíquico y social de la persona es la infancia, y la alimentación es uno de los factores más importantes que determina el crecimiento y desarrollo de las niñas y niños. Las necesidades de los diferentes nutrientes van variando dependiendo del ritmo de crecimiento individual, del grado de maduración de cada organismo, de la actividad física, del sexo y también de la capacidad para utilizar los nutrientes consumidos durante la infancia.”⁹

Durante la primera etapa del desarrollo de un niño interviene principalmente el tipo de alimentación que este recibiendo, por su alto nivel de crecimiento los nutrientes que la misma pueda brindar, se comprende que es necesario para un correcto desarrollo evolutivo, la alimentación y la eficacia que la misma pueda proporcionar para actuar con un nivel alto de aprendizaje, la aplicación intelectual y el rendimiento físico que pueda demostrar, ya que una alimentación adecuada y bien equilibrada permite tener un éxito rotundo al momento del aprendizaje y rendimiento físico, teniendo en cuenta que un escolar necesita calorías extras por su gran desgaste físico que el mismo pueda tener por las diversas actividades a cumplir dentro del área educativa.

La alimentación es uno de los mecanismos y factores principales motores del ser humano, brindando energía, y otros factores que ayudan al desarrollo de un individuo, siendo indispensable para la sobrevivencia, ya que sin alimentación una persona no puede sobrevivir, la alimentación forma parte de nuestra vida diaria debemos tomarla como un arma a nuestra conveniencia para el rendimiento diario que necesitamos, teniendo en cuenta la variedad de alimentos que existe y consumiéndolos de manera equilibrada y adecuada capaz de satisfacer las necesidades requeridas por el ser humano.

⁹ <http://www.fao.org/docrep/field/009/as234s/as234s.pdf>

5.2 APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO.

5.2.1. Definición.- “Es la interacción entre las diferentes disciplinas orientada a un bien común o de la salud, que apunta al desarrollo de la persona como tal, no como un número o un alumno más. Lograr que la persona encuentre su propia identidad, que es única y maravillosa. Implica una educación personalizada, con mucho respeto a las diferencias, a la manera de ser, sentir, pensar y vivir de cada uno. Es de mucho respeto al proceso de cada uno, que involucre por lo menos a las cuatro áreas principales del ser humano: físico, emocional, mental y espiritual, todo esto acompañado de una excelente alimentación para así poder desarrollar un aprendizaje eficaz, capaz de suplir eficiencias que implican en al desarrollo futuro del ser humano.”¹⁰

Desde otro punto de vista, miremos lo que dice Carmen Vásquez de Velasco cuando se refiere a la alimentación escolar como oportunidad del Aprendizaje infantil, en donde considera el modelo ecológico del desarrollo y estima que la socialización y desarrollo infantil en su conjunto depende de la interacción dinámica del niño o niña con su entorno y el medio en el que se encuentre.

5.2.2. El aprendizaje desde la perspectiva del conocimiento significativo.- De acuerdo a las investigaciones realizadas por G. Brunner (1988), L. Vigotsky (década de los 30), U. Bronfenbrenner (1978), A. Álvarez y P. del Río (1990), B. Rogoff (1993) y A. Mustard y J.F. Tinajero (2007), entre otros, se ha resaltado, desde diversas perspectivas, la importancia del entorno en que se desenvuelven los niños desde los primeros momentos de su vida, como factores trascendentales en su desarrollo. Considerando estos aportes se determina la necesidad de crear ambientes estimulantes y positivos, donde los niños puedan acceder a experiencias de aprendizaje efectivas desde sus primeros años, con el fin de fortalecer el desarrollo infantil en todos sus ámbitos, lo cual incidirá a lo largo de su vida.

¹⁰ RIVERA MUÑOZ, Jorge: El Aprendizaje Significativo y la evaluación de los aprendizajes: REVISTA DE INVESTIGACIÓN EDUCATIVA AÑO 8 N.º 14 (2009)

Se han considerado los aportes de Vygotsky que plantea que los aprendizajes son a la vez un proceso y un producto, estima que el aprendizaje promueve el desarrollo y establece que la enseñanza siempre se adelanta a este, y que en los niños siempre se presentan períodos durante los cuales son especialmente sensibles a la influencia de la enseñanza; de ahí deriva uno de sus planteamientos clave: hay una “zona de desarrollo próximo” en la que los niños pueden aprender si cuentan con la “mediación” de los adultos cercanos (padres, familiares, docentes) o de otros niños con más experiencia. El ambiente y como se lo organice, la relación con pares, adultos y docentes, cobran en la educación un papel fundamental.

Asimismo, garantizar experiencias positivas durante los primeros años de vida, como un ambiente familiar social estimulante y lleno de afecto, una educación inicial de calidad, un entorno lúdico, y adecuado cuidado de salud y nutrición, pueden potenciar todos los ámbitos del desarrollo infantil y tener incidencia a lo largo de la vida del sujeto. (Tinajero, A. y Mustard, J.F., 2011).

Rogoff desde sus estudios plantea “un tipo de educación en que el niño es activo, donde el entorno de aprendizaje se comparte y las actividades son significativas” (Rogoff en entrevista a La casa, 2000). Plantea que “el desarrollo cognitivo de los niños es un aprendizaje que tiene lugar a través de la participación guiada en la actividad social con compañeros que apoyan y estimulan su comprensión y su destreza para utilizar los instrumentos de la cultura. Las destrezas e inclinaciones específicas que los niños desarrollan tienen sus raíces en las actividades históricas y culturales propias de la comunidad en la que el niño y sus compañeros interactúan” (Rogoff, 1993).

En la misma línea, rescatando la importancia del contexto en el que se desenvuelve el niño, Ausubel, plantea el concepto de “aprendizaje significativo”. El aprendizaje significativo se da cuando el niño construye nuevos conocimientos sobre la base de una idea general que ya esté en su estructura mental, o

conocimientos previamente adquiridos. Esta teoría supone que la internalización de nuevos conocimientos, habilidades y destrezas, relacionadas con las experiencias anteriores y con los intereses y necesidades del niño, le dará un sentido al aprendizaje. Esto implica que el docente esté familiarizado con la historia personal, intereses y necesidades de los niños. Para el efecto, el respeto y la valoración de la diversidad cultural, la lengua, los saberes ancestrales, se constituyen en elementos fundamentales.

Según el documento Bienes públicos regionales para la atención de la primera infancia (CEPALGIZ) “las neurociencias muestran que si bien el sistema nervioso puede remodelar los contactos entre neuronas y la eficiencia de sus conexiones, permitiendo siempre generar alguna modificación (neuroplasticidad), existen períodos críticos o sensibles, en que las redes neuronales tienen una excepcional susceptibilidad a los efectos del medio ambiente y la experiencia (interacciones sociales y con objetos). Las etapas tempranas de la vida constituyen un período crítico o sensible.

En este período, las experiencias que se establecen con el entorno influirán no sólo en la forma de construir la identidad, sino también en cómo se estructura y funcione el cerebro, sentándose las bases del aprendizaje y la socialización (Rosenzweig, 1992)”.

Vygotsky (1974), plantea que el desarrollo humano no puede ser concebido como un proceso del La zona de desarrollo próximo es la distancia que hay entre la zona de desarrollo real (capacidad adquirida por el niño) y la zona potencial (capacidad a la que se quiere llegar). Individuo independiente del contexto en el que este piensa y actúa, sino que se ve determinado por el entorno sociocultural a dos niveles: por una parte, la interacción social proporciona al niño información y herramientas útiles para desenvolverse en el mundo; por otra, el contexto histórico y sociocultural controla el proceso a través del cual los miembros de un grupo social acceden a unas herramientas o a otras. Considera entonces que la

interacción social es el motor principal del desarrollo del niño y la niña, entonces un buen aprendizaje no puede descuidarse de una buena alimentación.

5.2.3. El éxito escolar.-Rubén (Navarro, 2008), El éxito escolar, a fin con una percepción por completo, requiere de un alto grado de hábito y cumplimiento a los medios, fines y valores que se brindan dentro de la institución educativa, que seguramente no todos los estudiantes lo cumplen. Aunque siempre estarán presentes los que incondicionalmente acepten el proyecto de vida que les brinda la institución, es probable que un sector lo rechace, y otro más sustancial solo se identifique de manera circunstancial, muchos no se identifican con los valores y principios que les brinda el establecimiento, solo transitar por el mismo con el esfuerzo necesario. Sería apropiado que todos los estudiantes lleguen a la escuela con mucha motivación para aprender considerando la relación entre: padres, maestros e hijos.

Considerando el entorno familiar y escolar, podremos notar las relaciones que pueden tener un escolar con su rendimiento académico, partiendo de los principios y valores importantes que inculque la institución, siendo un factor fundamental para el desarrollo intelectual y de aprendizaje que el niño pueda lograr, por consiguiente los valores y formación que sus padres le puedan brindar dentro de su entorno familiar, estableciendo reglas y condiciones que favorezcan el desarrollo académico del niño, es importante optar un hábito de estudio en el niño y que no sea conformista al momento de solo cumplir con lo necesario, hacer cumplir y adaptar a su vida los principios y valores de la institución o establecimiento que se encuentre y por último formar un trabajo conjunto de padres, maestros y estudiantes logrando tanto el cumplimiento y motivación como por aprender y ser excelente.

Durante mucho tiempo se consideró que el aprendizaje era sinónimo de cambio de conducta, esto, porque dominó una perspectiva conductista de la labor educativa; sin embargo, se puede afirmar con certeza que el aprendizaje humano va más allá de un simple cambio de conducta, conduce a un cambio en el

significado de la experiencia. La experiencia humana no solo implica pensamiento, sino también afectividad y únicamente cuando se consideran en conjunto se capacita al individuo para enriquecer el significado de su experiencia. Para entender la labor educativa, es necesario tener en consideración otros tres elementos del proceso educativo: los profesores y su manera de enseñar; la estructura de los conocimientos que conforman el currículo y el modo en que éste se produce y el entramado social en el que se desarrolla el proceso educativo.”¹¹

El aprendizaje es uno de los aspectos que permite el desarrollo intelectual y cognitivo, aportando al desarrollo de la labor educativa y al desarrollo de los pueblos y la sociedad, causando un impacto al cambio sistemático de la conducta del ser humano formando y creando experiencias que ayudan a desarrollar el pensamiento, la manera de actuar ante la sociedad y los cambios que pueden haber en ella, un elemento muy importante y principal es la enseñanza que el maestro pueda brindar a los estudiantes además del esquema y formación que el mismo tenga para poder brindar una excelente educación, de esta manera erradicar déficit que ocasionan una mala enseñanza y por ende un mal aprendizaje significativo.

Hablar de aprendizaje significativo equivale, ante todo, a poner de relieve el proceso de construcción de significados como elemento central del proceso enseñanza/aprendizaje. El alumno aprende un contenido cualquiera, como lo puede ser un concepto, una explicación de un fenómeno físico y o social, un procedimiento para resolver determinado tipo de problemas, una norma de comportamiento un valor a respetar, etc. Y tomando en cuenta elementos que están enfocados a determinar factores que aporten a un aprendizaje significativo eficiente, como está estructurado y hacia donde está dirigido, señalando la importancia del intelecto y la capacidad de cada educando siendo un aspecto muy importante, y fundamental para determinar si existe un correcto proceso académico.

¹¹http://delegacion233.bligoo.com.mx/media/users/20/1002571/files/240726/Aprendizaje_significativo.pdf

Hoy en día no basta con hablar del “reconstructivismo” en singular, es necesario decir a qué constructivismo nos estamos refiriendo. Es decir, hace falta el contexto de origen, teorización y aplicación del mismo. En realidad, nos enfrentamos a una diversidad de posturas que pueden caracterizarse genéricamente como constructivistas, desde las cuales se indaga e interviene no sólo en el ámbito educativo, sino también en a epistemología, la psicología del desarrollo y la clínica, o en diversas disciplinas sociales.

En sus orígenes, el constructivismo surge como una corriente epistemología, preocupada por discernir los problemas de la formación del conocimiento en el ser humano y de la capacidad intelectual que el escolar pueda desarrollar durante las actividades académicas dentro del aula de clases y donde el mismo pueda desarrollar la capacidad intelectual.”¹²

5.2.4. Integración de padres al proceso-educativo. ayudar a los padres y madres a analizar los problemas alimenticios y que han de resolver con respecto a la educación de sus hijos/as, es un medio vital para contribuir a la adaptación académica del niño/a. El tiempo que dedique el maestro/a a este tipo de actividades se justifica sobre esta base. El padre o encargado, al que se le ha facilitado el análisis objetivo de sus preocupaciones con respecto a su hijo/a, se convierte en un fiel colaborador de la escuela.

Manzini (2004) expresa que cuando se incorporan los pequeños a la escuela, su mente no es un libro vacío, donde el profesorado comienza a escribir, sino que ya traen consigo un bagaje y un conjunto de experiencias personales resultado de su interacción con el entorno que le rodea. Partiendo de esa realidad, se hace patente la necesidad de conocimiento mutuo, de compartir y acordar criterios educativos entre los principales contextos del desarrollo del niño/a.

Luna (2007) plantea "ser padres y madres significa participar en el modelado de un ser en formación, ayudar y facilitar al desarrollo de sus dones, de sus

¹² http://estilosdeaprendizaje.yolasite.com/resources/frida_gerardo.pdf

potencialidades, de la semilla que llevan dentro. Es en suma, acompañarlos a sortear las dificultades, los obstáculos, mostrándoles y guiándoles en el transcurrir de sus vidas".

López (2009) expresa "la educación es demasiado importante para dejarla solo en manos de los maestros/as, por lo que padres y madres deben ser agentes más activos ante el proceso educativo de sus hijos/as. Comprender que la dinámica educativa nos incluye a todos/as, es una actividad permanente que integra a los hijos/as, a maestros/as, a padres madres y a la comunidad en su conjunto".

Afirma López que "las necesidades que se presentan a diario surgen en los centros educativos, de tal manera que si estas dos instituciones no se ponen de acuerdo estará en riesgo la eficacia, tanto de la educación familiar como de la educación escolar". Si integramos más a los padres al proceso educativo, se podrá coordinar actividades de nutrición y de aprendizaje más efectivo con ellos, lo que beneficiara al escolar dentro y fuera de casa.

Gutiérrez, M, (2010), sostiene que la familia tiene un papel fundamental en el proceso enseñanza-aprendizaje de sus hijos/as, del apoyo que se les brinde depende el éxito que tengan en la escuela. Afirma que los docentes estamos claros que aquellos niños/as cuyos padres y madres están pendiente en todo momento de sus actividades, de lo que hizo y dejó de hacer en la escuela, de apoyarlos en todo, generalmente son niños/as que su proceso enseñanza-aprendizaje es un éxito

5.2.5. Características del aprendizaje significativo.-El aprendizaje significativo se basa en la asimilación de conocimientos que un individuo puede tener (niños) para de esta manera poder reflejarlos practicando o ejecutando cada parte o cosa que se le enseñe sin olvidar, recordando la mayor parte de la enseñanza, esto depende de la concentración capacidad y disponibilidad que pueda tener el niño, de aquí parte el conocimiento y aprendizaje en la mayor capacidad de asimilación y retención de conocimientos.

El aprendizaje significativo se emplea para desarrollar personas con una capacidad amplia, preparado para cambiar y mejorar el entorno en forma representativa en conocimientos y aptitudes con logros múltiples y metas propuestas que permiten desarrollar el intelecto del ser humano, además puede crear personas con criterios propios utilizando el razonamiento para de esta manera apoyar y aportar a la sociedad”¹³.

Utilizando el aprendizaje significativo se puede lograr un desarrollo elevado en la capacidad intelectual y enseñanza de un escolar, planteando una formativa y ordenamiento que permita la adecuada preparación para lograr un fin, de esta manera aportaremos al desarrollo de una sociedad estructural y fundamentada en individuos con alta capacidad de lograr cualquier meta propuesta, tomando en cuenta las características y capacidad en el intelecto y destrezas de cada persona. Pero para tener un aprendizaje bueno a parte de las condiciones que se pueda tener en cuanto a otros componentes, se requiere tener una alimentación valorada y controlada.

El aprendizaje es una experiencia humana tan común que pocas personas pueden reflexionar sobre lo que esta quiere decir exactamente que algo se ha aprendido. Sin embargo, muchos aspectos críticos del concepto están capacitados en la siguiente formulación. Porque para el aprehender, se requiere que la persona pase por una serie de situaciones que va desde la alimentación hasta los materiales didácticos del maestro.

El aprendizaje es un cambio duradero en los mecanismos de la conducta que comprende estímulos y/o respuestas específicas y que puede resultar de la experiencia previa con estímulos y respuestas similares. Siempre que vemos experiencias y evidencias de aprendizaje se nota el surgimiento de un cambio en

¹³ http://es.wikipedia.org/wiki/Aprendizaje_significativo

la conducta: la ejecución de una nueva respuesta o la supresión de una respuesta que ha ocurrido previamente”¹⁴

Es tan difícil encontrar un propio significado en cuanto al aprendizaje significativo nos referimos, ya que tiene una variedad de mecanismos y conductas que permiten que el aprendizaje se comprenda de una manera y otra, a medida del desarrollo intelectual y conocimiento que pueda tener un individuo, principalmente en el desarrollo de aprendizaje en los niños escolares es que esta varía por el crecimiento y cambio en la conducta, la interacción de estímulos e incentivos que el niño pueda tener es fundamental, ya que de esta manera se torna más importante y entretenida la interacción del aprendizaje y la aplicación del mismo, un punto fundamental y estratégico dependerá de la interacción del maestro en cuanto a la enseñanza que muestre y la participación que logre con cada escolar.

5.2.6. Problemas nutricionales que afectan al aprendizaje significativo de los escolares.- El 85% por ciento del cerebro termina aproximadamente a los 5 años de edad, pero su proceso crítico de formación y evolución es hasta los 3 años del infante, ya que si existe un déficit de nutrientes esenciales para su formación dentro de esta etapa, se originarán dificultades en el desarrollo cognitivo y de aprendizaje en el futuro, si se realiza una rehabilitación nutricional después de esta etapa no tendría la misma eficacia señala Ángela María Rodríguez, nutricionista y dietista.

Por otra parte la inadecuada ingesta alimentaria durante mucho tiempo dentro del proceso de crecimiento cerebral dentro de su periodo crítico podría llegar a causar atrofia en lo que compete al desarrollo neuronal que implica a la capacidad de captar y memorizar del niño, así mismo puede ocasionar retardo mental, deficiencia en el desarrollo cognitivo, visual y de aprendizaje, evidentemente ocasionando factores intelectuales reducidos que retrasan el proceso de

¹⁴ <http://es.slideshare.net/dhanniell/influencia-de-la-alimentacin-en-el-aprendizaje-del-nio-terminado>

aprendizaje y desarrollo evolutivo dentro del proceso escolar del infante; otros factores influyentes que ocasionan problemas nutricionales en el aprendizaje significativo son problemas de atención, hiperactividad, dificultades en la parte motriz y después deficiencias en los procesos mentales superiores que tienen que ver con el razonamiento abstracto, síntesis y análisis”¹⁵.

Los nutrientes contribuyen y combaten en gran mayoría a los problemas nutricionales, siendo todos los nutrientes vitales para una buena salud, algunos son especialmente importantes para el desarrollo y aprendizaje de un niño. El hierro es necesario para el crecimiento saludable del cerebro y una deficiencia del mismo puede resultar en un desarrollo tardío, según reportes de la Universidad de Mississippi. La iodina es un nutriente en el que las personas no piensan demasiado, pero no tener suficiente durante la edad escolar puede reducir la capacidad cognitiva en los niños, lo que empeora el desempeño y comprensión en clase. La proteína es necesaria para que un niño crezca al ritmo necesario, y las vitaminas A y C ayudan a la inmunidad, manteniendo al niño sano para ir a la escuela todos los días, lo que optimiza las oportunidades de aprendizaje. El calcio es importante para el crecimiento saludable de los huesos y el ácido graso omega 3 asiste al desarrollo del cerebro. Una dieta bien balanceada asegura que los niños consuman cantidades adecuadas de los nutrientes que necesitan para aprender y desarrollarse.”¹⁶

Los problemas nutricionales afectan en gran mayoría al desarrollo evolutivo del aprendizaje en los escolares, restando y creando deficiencias al momento de realizar cualquier trabajo cognitivo limitando al desarrollo del aprendizaje y aumento el riesgo de tener falencias de aprendizaje, unos de los mecanismos más frecuentes es la poca variedad de alimentos inclinándose a un mismo tipo de alimentos y creando déficit al desarrollo intelectual del niño.

¹⁵ <http://www.abcdelbebe.com/la-malnutricion-afecta-el-desarrollo-del-cerebro-en-los-ninos>

¹⁶ http://www.ehowenespanol.com/afecta-nutricion-desarrollo-aprendizaje-ninos-edad-escolar-info_119072/

CAPITULO II

6. HIPOTESIS.

La nutrición infantil incide en el aprendizaje significativo de los estudiantes del tercer año de Educación General Básica de la unidad educativa “Abdón Calderón Garaicoa” en la ciudad de Chone en el año 2014.

6.1. VARIABLES.

6.1.1. Variable Independiente:

La nutrición infantil

6.1.2. Variable Dependiente:

Aprendizaje significativo

6.1.3. Término de Relación:

Incide

CAPITULO III

7. METODOLOGÍA

7.2. TIPO DE INVESTIGACIÓN.

Es **bibliográfica** porque se utilizaron, registros, documentos, revistas y otros documentos para la recopilación textual de la información, con teorías relacionadas a la Nutrición infantil y al Aprendizaje significativo, que corroboraron a realizar y obtener una información eficaz para el desarrollo de la tesis. Esta investigación es **de campo** porque se la realizó en el lugar de los hechos y permitió verificar el problema en la unidad educativa “Abdón Calderón Garaicoa” de la ciudad de Chone para la recopilación de Información primaria: Encuestas, entrevistas y guía de observación y explorar la institución en general.

7.3. NIVEL DE INVESTIGACIÓN.

Es **Exploratorio** porque se realizó un diagnóstico escolar sobre el estado nutricional, y la alimentación de los estudiantes, el mismo que sirvió de referente, para plantear el problema y conocer sobre su verdadera situación en base de los resultados obtenidos en medida, autoformularios y diagnóstico nutricional. Así mismo, es **Descriptivo** porque permitió realizar una descripción de las costumbres alimentarias que son propias del medio y que ocasionan el problema nutricional dentro de las familias y en donde son actores directos los niños, en quienes va a repercutir en su capacidad intelectual y la capacidad de asimilar el aprendizaje; además, es **Analítico** porque a través del mismo se pudo analizar las diferentes teorías así como la información de campo; además es **sintético** porque se dio a conocer los resultados obtenidos en la investigación de campo y los fundamentos teóricos, al ser analizados, permitió llegar a conclusiones y aporte científico que la investigación proporciona sobre este tema tan importante como es la Nutrición infantil.

7.4. MÉTODOS.

Se utilizaron el método **Inductivo** para el proceso analítico-sintético, mediante el cual se partió al estudio de causas, hechos o fenómenos particulares y así establecer la causa que más incidió en la desnutrición infantil, utilizándolo específicamente en el planteamiento del problema. Además, se aplicó el método **deductivo** para seguir un proceso reflexivo sintético-analítico, contrario al método inductivo, es decir partiendo del problema o ley y establecer las posibles causas. En cuanto a la aplicación del método **estadístico** ayudo a la tabulación de los datos obtenidos a través de las técnicas de investigación, así como a la realización de los respectivos cuadros estadísticos y gráficos con los porcentajes obtenidos en la investigación de campo.

7.5. TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN.

Técnicas.- Las técnica que se aplicaron en la presente investigación fueron: Ficha de observación que se aplicó a los escolares, encuesta a los padres de familia, docentes y autoridades.

POBLACIÓN Y MUESTRA

7.5.1 Población.- A la escuela “Abdón Calderón Garaicoa” en la ciudad de Chone, acuden 800 estudiantes por tanto, se ha considerado como población a 78 personas de las cuales 60 estudiantes forman parte del tercer año de Educación General Básica, además se incluyen 2 docentes, 2 autoridades y 14 Padres de familia de la Institución Educativa.

7.5.2 Tamaño de la Muestra.- La muestra representa el 100% de la población, la misma que está constituida por 78 personas, de las cuales 60 son estudiantes del tercer año de Educación General Básica, más 2 docentes, 2 autoridades y 14 padres de familia de la Institución Educativa.

7 MARCO ADMINISTRATIVO

8.1 Recursos humano:

- a. Investigador: Jesús Orley Reyes Ávila
- b. Tutor: Lic. Glenda Ortiz Ferrín
- c. Estudiantes
- d. Profesores de la institución.

8.2. Presupuesto

RUBROS	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL	FUENTES DE FINANCIAMIENTO
					AUTOFINANCIAMIENTO
INTERNET	30	HORAS	1	30	30
PAPEL	4	RES MAS	9	36	36
TINTA	4	TONER	50	200	200
ANILLADOS	6	UNI DAD	3.5	21	21
ENCUADERNADO	3	UNI DAD	10	30	30
MOVILIZACION	20	UNI DAD	10	200	200
REFRIGERIOS	200	UNI DAD	1	200	200
IMPRESIÓN	1000	UNI DAD	0,20	250	200
CAMARA	1	UNI DAD	250	250	250
IMPREVISTOS					350
TOTAL					1.517

CAPITULO IV

9. RESULTADOS OBTENIDOS Y ANÁLISIS DE DATOS

9.1. FICHAS DE OBSERVACIÓN REALIZADA A LOS DE LA UNIDAD EDUCATIVA ABDÓN CALDERÓN.

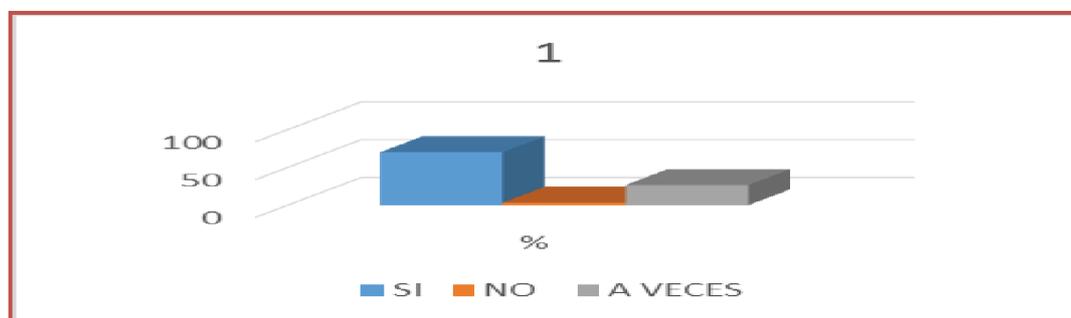
1. Existe poca receptividad en los estudiantes por falta de alimentación?.

CUADRO 1

Alternativas	N°	%
SI	42	70
NO	2	3,33
A VECES	16	26,67
TOTAL	60	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón
AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 1



ANALISIS.

El gráfico nos muestra en alta incidencia que existe poca receptividad de los estudiantes sin alimentación, seguido de un cuadro aceptable en ciertas ocasiones, lo que demuestra que la alimentación interfiere en la comunicación y aprendizaje, en lo que la alimentación incide en la capacidad de retención para el procesamiento del conocimiento de manera que lo enseñado tenga altos niveles de probabilidad de ser aprehendido. aprendizaje significativo se basa en la asimilación de conocimientos que depende de la concentración capacidad y disponibilidad que pueda tener el niño.

2. Cumplen los estudiantes con las actividades académicas?.

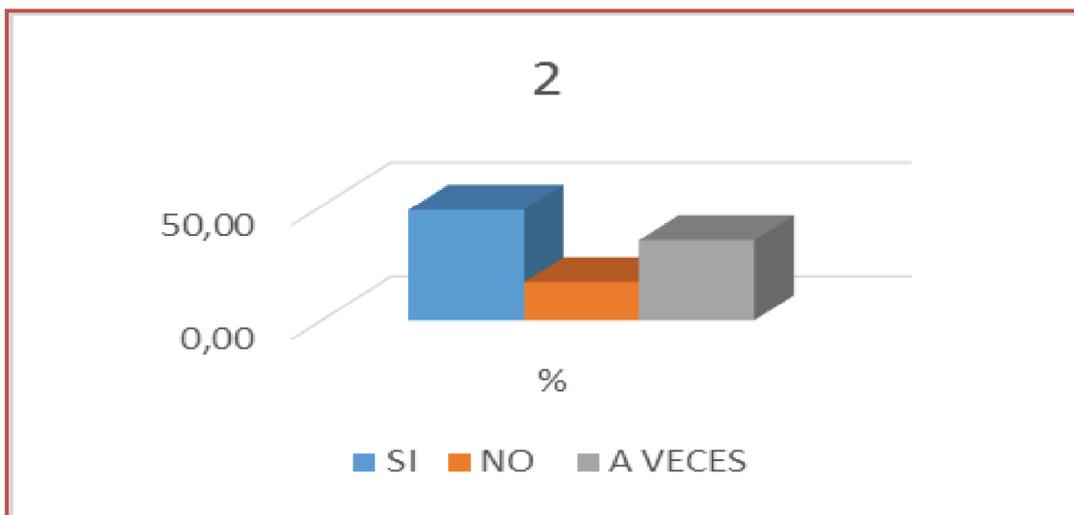
CUADRO 2

ALTERNATIVAS	N°	%
SI	29	16,67
NO	10	48,33
A VECES	21	35,00
TOTAL	60	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón

AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 2



ANALISIS.

En lo que respecta a este cuadro podemos observar que un índice considerable no cumplen con las actividades académicas, en porcentaje bajo e inferior si cumplen con las mismas que se realizan dentro de clases y en ciertas ocasiones lo hacen con nivel aceptable. El cumplir con actividades académicas es en parte según Luna (2007) responsabilidad de los padres y madres, significa participar en el modelado de un ser en formación, ayudar y facilitar al desarrollo de sus dones, de sus potencialidades, que le permita cumplir con las tareas escolares.

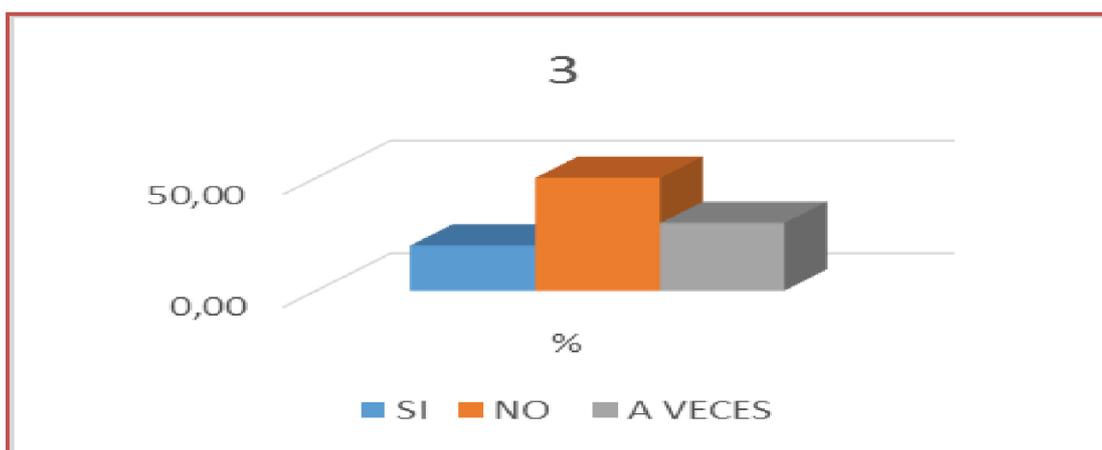
3. Es alto el rendimiento físico de los niños durante las actividades deportivas?.

CUADRO 3

ALTERNATIVAS	N°	%
SI	12	20,00
NO	30	50,00
A VECES	18	30,00
TOTAL	60	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón
AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 3



ANALISIS.

En este cuadro notamos con claridad el déficit a la actividad física, basándose en el deporte, obteniendo un índice alto a los que no lo practican, seguido de un porcentaje considerable en que en ciertas ocasiones lo realizan y en nivel más bajo del cuadro con un porcentaje regular o mínimo los niños con alto rendimiento físico durante las actividades deportivas. Esto determina que si no hay un rendimiento físico adecuado es porque a lo mejor no tienen una buena alimentación, porque cuando un escolar está bien alimentado este responden a los intereses educativos.

4. El rendimiento escolar de los estudiantes es alto?.

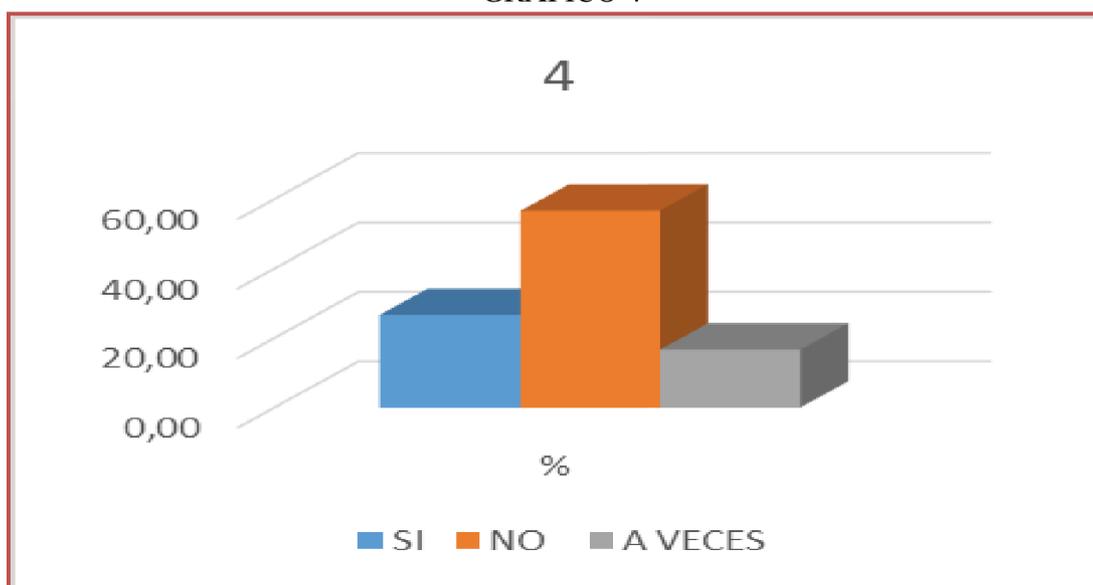
CUADRO 4

ALTERNATIVAS	N°	%
SI	16	26,67
NO	34	56,67
A VECES	10	16,67
TOTAL	60	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón

AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 4



ANALISIS.

Se puede evidenciar que el rendimiento de los estudiantes es bajo, no obstante se aprecia otras subcategorías que nos indica ciertos niveles de rendimiento, que al relacionarlos se estima que el aprendizaje no es bueno, situación que debe preocupar al Docente, en la que probablemente puede ser según lo estudiado a los factores de riesgos para el aprendizaje tal cual como se lo demuestra en la pregunta 5 de este instrumento.

5. Existen problemas en los estudiantes en lo que respecta al déficit nutricional?.

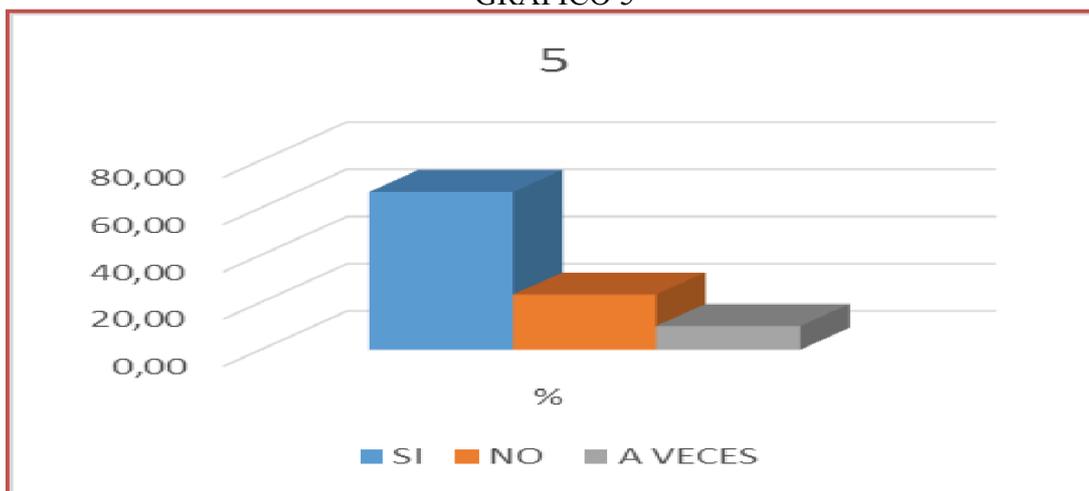
CUADRO 5

ALTERNATIVAS	N°	%
SI	40	66,67
NO	14	23,33
A VECES	6	10,00
TOTAL	60	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón

AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 5



ANALISIS.

En cuanto al déficit nutricional referimos que existe un alto índice de niños y niñas que presentan problemas nutricionales, siendo el nivel más alto del cuadro estadístico, teniendo un índice regular de escolares que no poseen algún tipo de este problema, y en promedio bajo los niños que en ciertas ocasiones presentan déficit nutricional, por lo que la alimentación en el seno familiar durante la etapa escolar en este caso está careciendo de punto de referencia de como alimentarlos, considerando que ellos pasa un buen número de horas del día en la escuela y no reciben alimentos que le permita recuperar las energías gastadas.

6. Los profesores se preocupan por el estado nutricional de los estudiantes?.

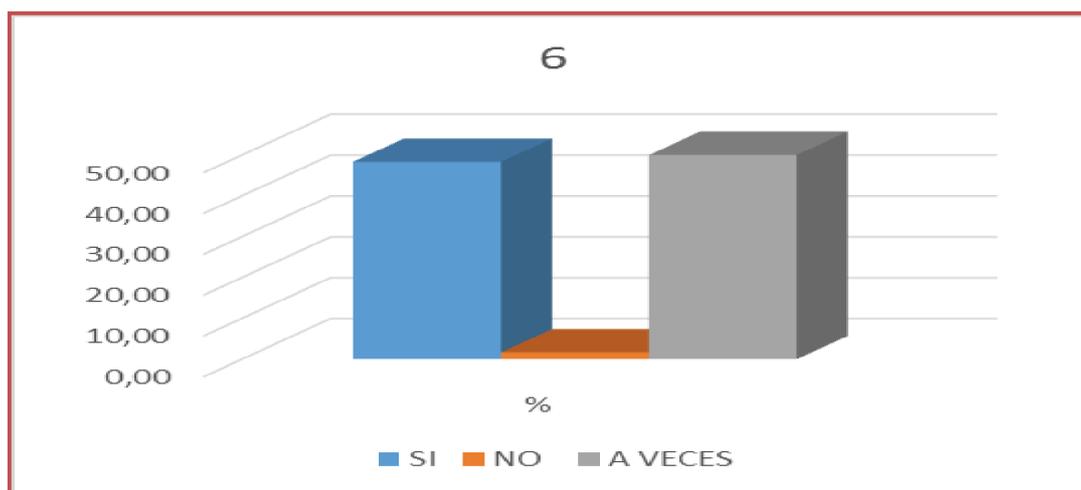
CUADRO 6

ALTERNATIVAS	N°	%
SI	29	48,33
NO	1	1,67
A VECES	30	50,00
TOTAL	60	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón

AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 6



ANALISIS.

Los datos nos demuestran el índice de Docentes que desarrollan procesos de aprendizaje considerando el estado nutricional de sus estudiantes, inferior a la media de los casos estudiados, y un porcentaje igual al anterior lo hace a medias. Dentro de estas perspectivas se evidencias de que el aprendizaje no es integral y no cumple con una educación de calidad e igualitaria para todos, porque los Profesores no están todos comprometidos con la salud nutricional de sus alumnos/as. lo que debería ser como política nutricional y de convivencia de la unidad educativa.

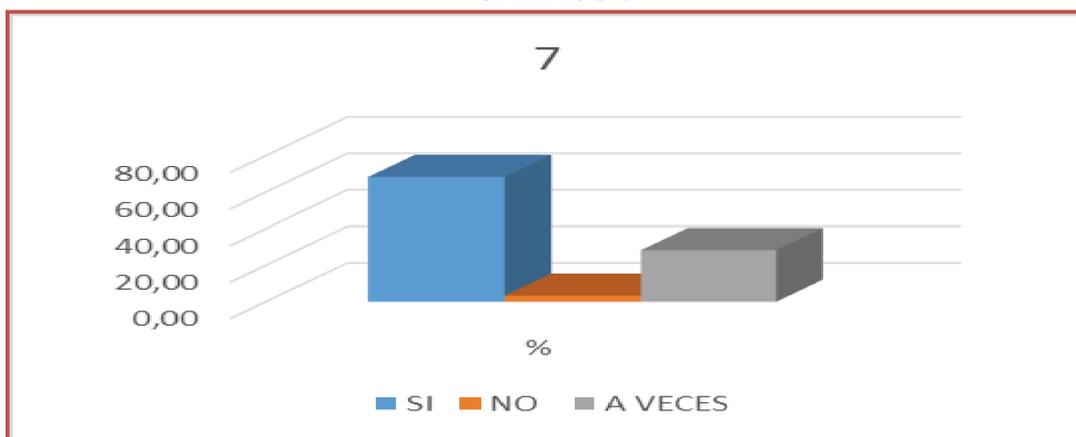
7. Los docentes se preocupan por mejorar el aprendizaje significativo en niños y niñas con bajo rendimiento?.

CUADRO 7

ALTERNATIVAS	N°	%
SI	41	68,33
NO	2	3,33
A VECES	17	28,33
TOTAL	60	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón
 AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 7



ANALISIS.

Dentro de la preocupación de los docentes por querer mejorar el aprendizaje de los estudiantes con bajo rendimiento es considerablemente medio alto, y el interés de quererlo cambiar y mejorar es bajo y mínimo por ciento de los que no lo quieren hacer, y el aprendizaje significativo debe de estar como prioridad dentro de los objetivos educativos que se propone el Maestro en el aula, y si existen estudiantes con bajo rendimiento debe de existir causas que lo están conminando a ello y el docente debe de apoyarlo, porque el interés supremo de los Profesores debe de ser que el estudiante aprenda.

9.2. ENCUESTAS A PADRES DE FAMILIA.

1. Conoce el estado nutricional de su niño/a?.

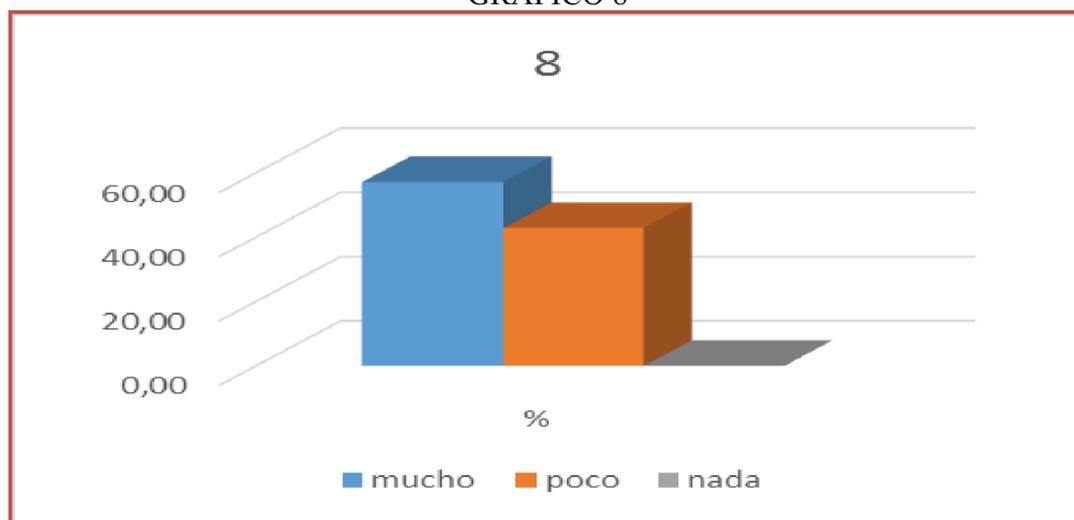
CUADRO 8

ALTERNATIVAS	Nº	%
MUCHO	8	57,14
POCO	6	42,86
NADA	0	0,00
TOTAL	14	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón

AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 8



ANALISIS.

Referente al conocimiento que los padres tienen del estado nutricional de sus niños/as existe un elevado número que si conocen, y un porcentaje menor que desconocen, lo que significa que hay padres que la alimentación esta sobre sus prioridades como un elemento importante del aprendizaje, lo que determina a breve rasgo que existen padres preocupados por la salud nutricional de sus hijos/as y otros no, en definitiva podemos evidenciar la ventaja de unos y la desventajas de otro en la educación.

2. Conoce el tipo de alimentación del niño/a dentro de la escuela?.

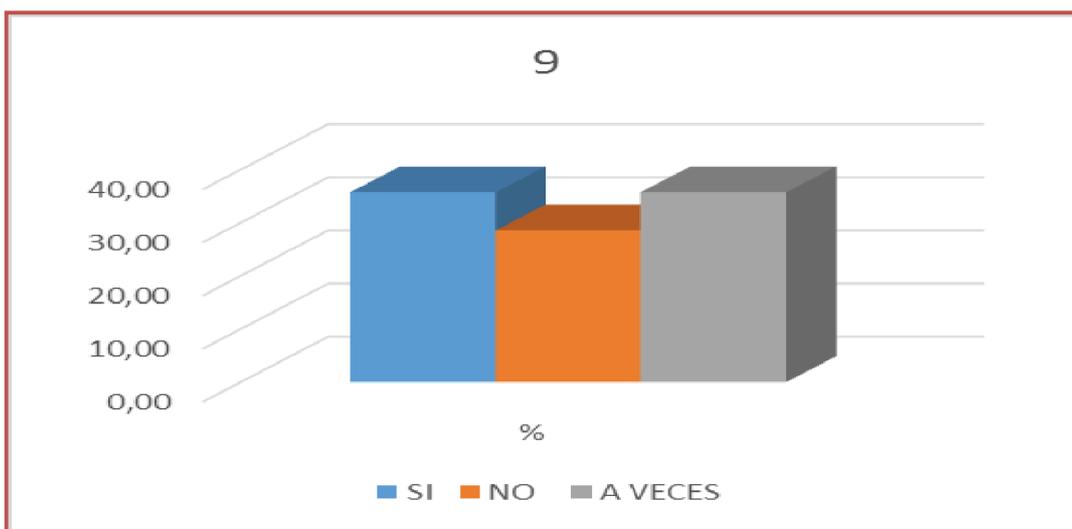
CUADRO 9

ALTERNATIVAS	N°	%
SI	5	35,71
NO	4	28,57
A VECES	5	35,71
TOTAL	14	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón

AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 9



ANALISIS.

Referente al conocimiento de la alimentación de los niños por parte de sus padres dentro de la escuela una parte de ellos si tienen conocimiento de cómo se alimentan sus hijos en la institución, otra parte pertenece a los que no saben cómo alimentarlos teniendo el lugar más bajo dentro del cuadro y en ciertas ocasiones se conoce lo que sus niño/a come dentro de la escuela, teniendo un porcentaje similar a lo que tienen conocimiento de la alimentación de los niños dentro de la institución.

3. Cuantas comidas al diarias le brinda a su hijo/a?.

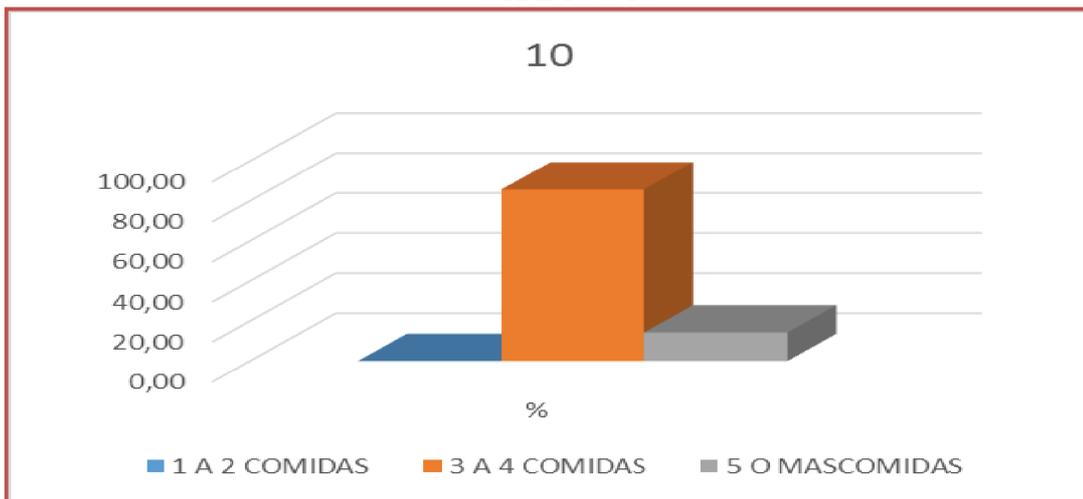
CUADRO 10

ALTERNATIVA	N°	%
1 A 2 COMIDAS	0	0,00
3 A 4 COMIDAS	12	85,71
5 O MASCOMIDAS	2	14,29
TOTAL	14	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón

AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila.

GRAFICO 10



ANALISIS.

Dentro del conocimiento del número de comidas diarias que los niños obtienen, vemos que es insuficiente el consumo de 1 a 2 comidas, en primer lugar y con un porcentaje muy alto tenemos al consumo de 3 a 4 comidas y en un bajo consumo 5 comidas o más, siendo bajo su porcentaje dentro del cuadro estadístico. Esto se expresa en la realidad de que los escolares tienen ciertos comportamientos en cuanto a las veces que debe de comer, y por lo general lo hace una sola vez fuera de casa, lo que indica que si consume alimentos su consumo es muy limitado.

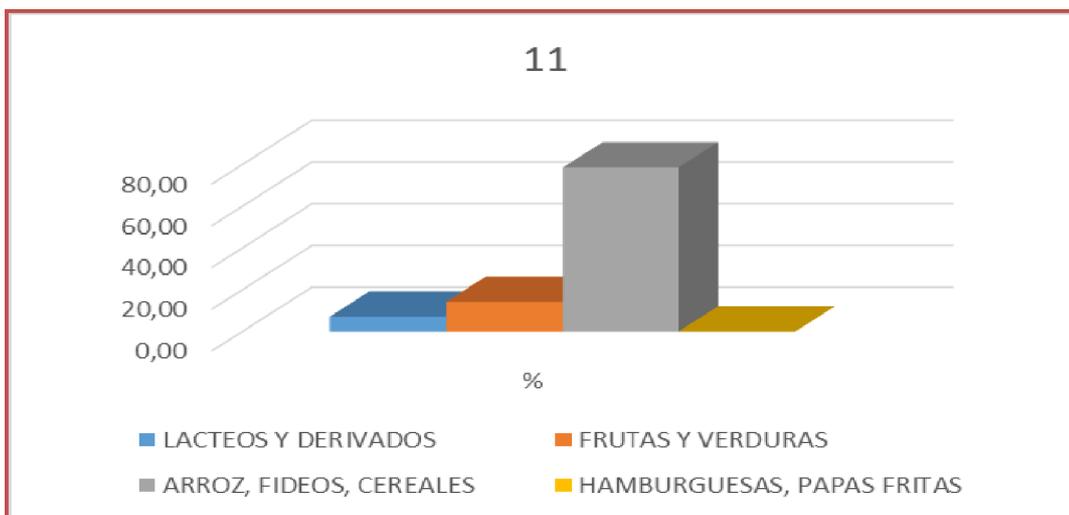
4. Cuál es el tipo de comida más frecuentes en su hijo?.

CUADRO 11

ALTERNATIVAS	N°	%
LACTEOS Y DERIVADOS	1	7,14
FRUTAS Y VERDURAS	2	14,29
ARROZ, FIDEOS, CEREALES	11	78,57
HAMBURGUESAS, PAPAS FRITAS	0	0,00
TOTAL	14	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón
 AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 11



ANALISIS.

Los carbohidratos están en la cima de alimentos mayormente consumidos por los escolares, y los más importantes como frutas y verduras en un mínimo porcentaje, lo que desde este punto de vista existe una mala nutrición, al existir diferencias de consumo entre un grupo de alimentos que proporciona energías y el otro grupo que nos ayuda a acelerar el metabolismo para sintetizar las grasa.

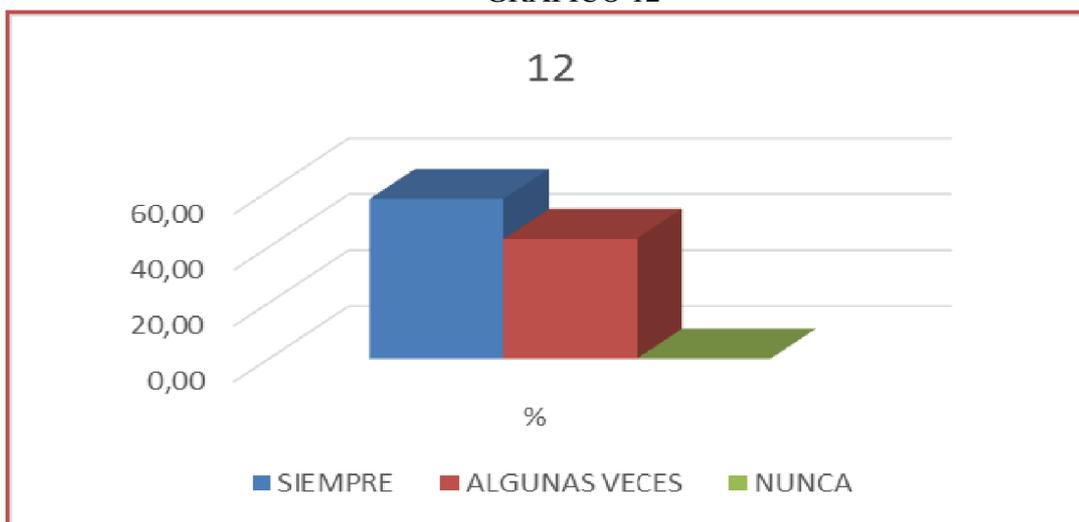
5. Su niño realiza actividad física Durante el día?.

CUADRO 12

ALTERNATIVAS	N°	%
SIEMPRE	8	57,14
ALGUNAS VECES	6	42,86
NUNCA	0	0,00
TOTAL	14	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón
AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 12



ANALISIS.

Como podemos distinguir dentro del gráfico, que los niños y niñas siempre están en actividades física, con un porcentaje inferior a veces, estos valores representan en sí, que las actividades físicas son propias de los infantes, y por tal razón ellos deben de estar bien alimentados, en la que se le debe de proporcionar una alimentación balanceada rica en vitaminas y minerales, capaz de recuperar las energías o desgaste que hayan tenido.

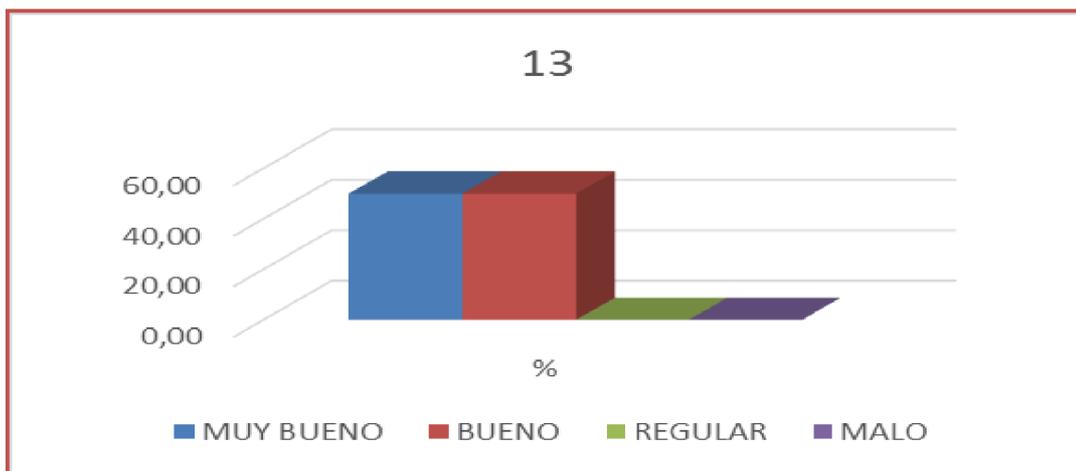
6. Como considera el nivel de aprendizaje de su hijo/a?.

CUADRO 13

ALTERNATIVAS	N°	%
MUY BUENO	7	50,00
BUENO	7	50,00
REGULAR	0	0,00
MALO	0	0,00
TOTAL	14	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón
AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 13



ANALISIS.

Valorando el nivel de aprendizaje de los niños encontramos que los padres manifiestan que sus hijos tienen un aprendizaje muy bueno y bueno, que en términos de resultados es aceptable, que si existen aprendizajes y que valora lo que son sus hijos en cuanto al rendimiento.

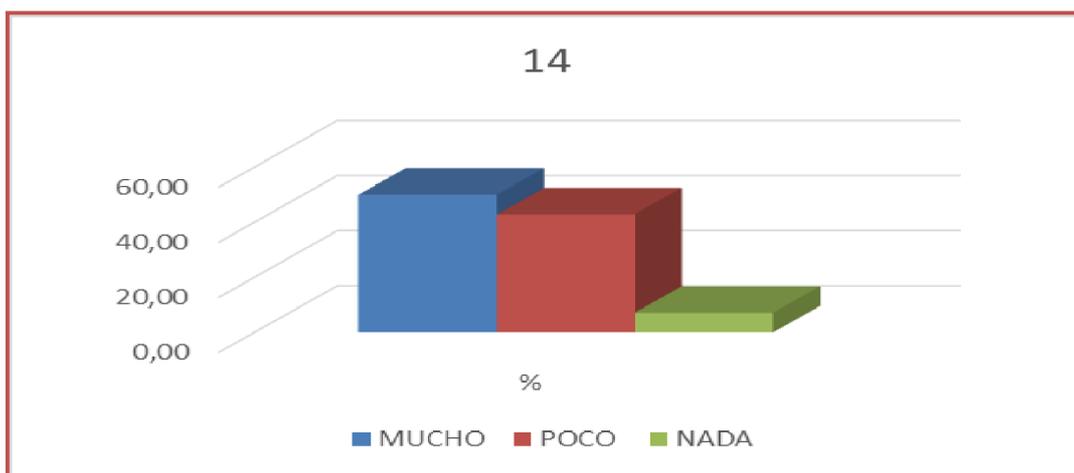
7. Se interesa su hijo/a por realizar las tareas en casa?.

CUADRO 14

ALTERNATIVAS	N°	%
MUCHO	7	50,00
POCO	6	42,86
NADA	1	7,14
TOTAL	14	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón
AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 14



ANALISIS.

Se evidencia la preocupación de los escolares por realizar tareas en casa que oscila entre mucho y poco, estableciéndose una relación de causa efecto, comparado con resultados anteriores, sin embargo la preocupación radica en lo que poco les interesa, en donde se nota la mano del padre o la madre en casa y los índices de otros que aceptan un estilo de propio de sus hijos al no cumplir con sus tareas, no les interesa. Esta realidad se expresa en que los niños y niñas deben de tener un adulto significativo para desarrollar sus tareas y todo su aprendizaje, según lo manifiesta Vygotsky, en su teoría histórico socio cultural.

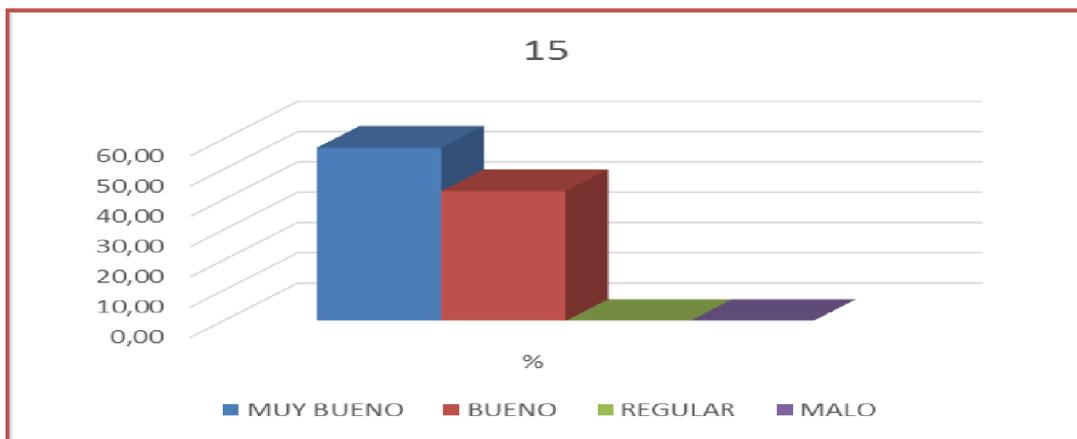
8. Cuál es el desempeño de aprendizaje de su hijo/a en la escuela según la maestra?.

CUADRO 15

ALTERNATIVAS	N°	%
MUY BUENO	8	57,14
BUENO	6	42,86
REGULAR	0	0,00
MALO	0	0,00
TOTAL	14	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón
 AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 15



ANALISIS.

En el desempeño de aprendizaje de los niños, sirviendo como referente la maestra, el cuadro estadístico nos muestra que el índice más alto en el cuadro tiene un desarrollo óptimo, en segundo lugar siendo insuficiente el estado regular y malo dentro del cuadro no mostrando ningún valor. En si el aprendizaje está en un nivel alto, lo que des configura lo expresado por los padres.

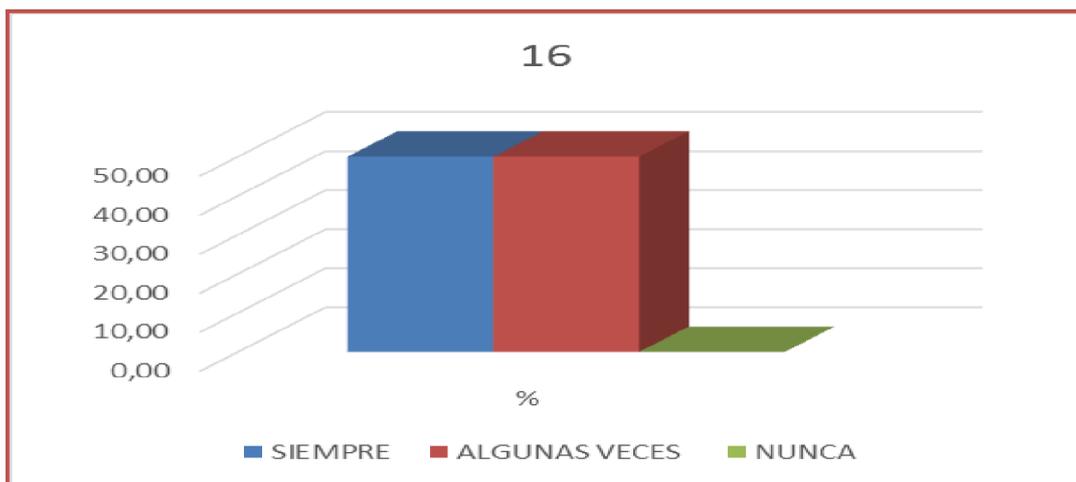
9. Se interesa su hijo/a por estudiar y leer a parte de las tareas escolares?.

CUADRO 16

ALTERNATIVAS	N°	%
SIEMPRE	7	50,00
ALGUNAS VECES	7	50,00
NUNCA	0	0,00
TOTAL	14	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón
AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 16



ANALISIS.

El interés extra por estudiar y leer en los niños nos muestra que un alto porcentaje siempre lo hace, y otro alto porcentaje lo aplica en algunas ocasiones, no existiendo un desinterés encontrándose insuficiente su valor porcentual.

El interés por estudiar y leer es muy significativo en los estudiantes, estas características demuestra el grado de trabajo por las tareas extracurriculares, que al final representa criterios educativos para un mayor rendimiento.

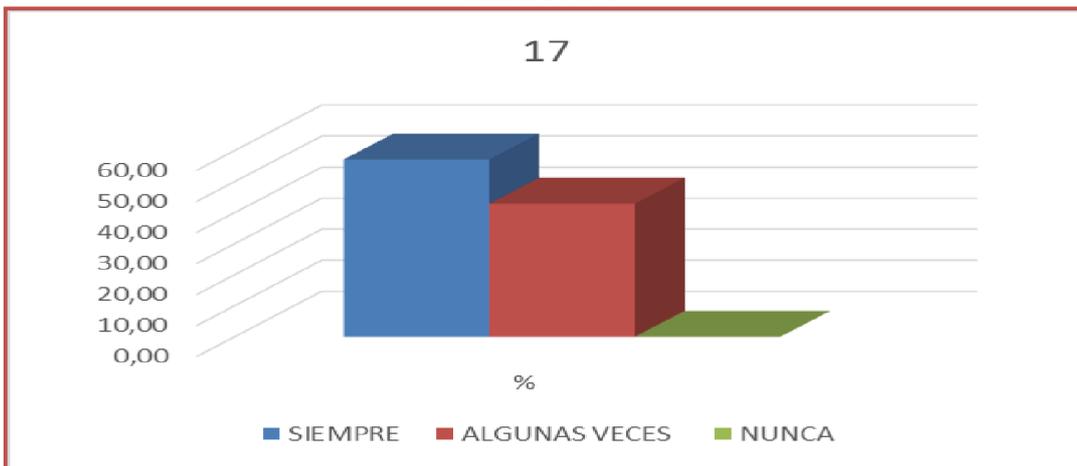
10. Conoce como alimentar nutricionalmente a su niño/a?.

CUADRO 17

ALTERNATIVAS	N°	%
SIEMPRE	8	57,14
ALGUNAS VECES	6	42,86
NUNCA	0	0,00
TOTAL	14	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón
AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 17



ANALISIS.

Dentro de la alimentación existe una variedad de fundamentos para poderla brindar adecuadamente y corresponde a una alimentación nutricional equilibrada y variada, lo que refleja el cuadro estadístico tenemos un alto índice en que los padres tienen idea de una adecuada alimentación nutricional, posibilitándole a sus hijos/as un mejor desarrollo tanto físico como intelectual. Un mediano porcentaje que lo aplican algunas veces quedando en el lugar más bajo del cuadro, los que nunca conocen como alimentar a un niño con insuficiente valor.

9.3. ENCUESTA DIRIGIDA A LOS PROFESORES.

1. Cuál de los siguientes grupos de alimentos son consumido con mayor frecuencia por los niños de la escuela.

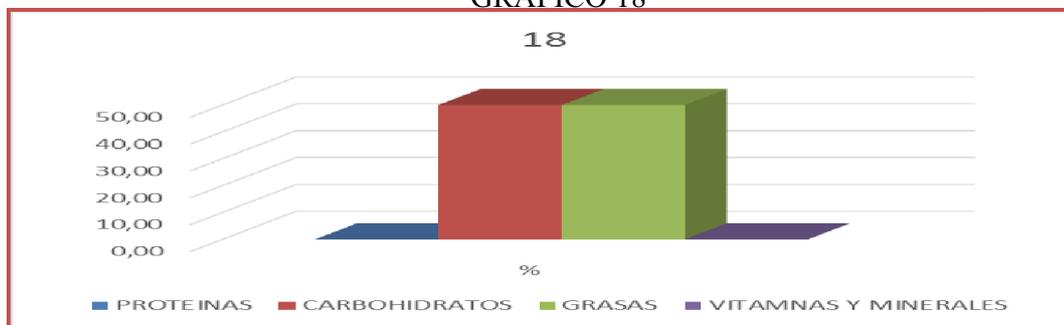
CUADRO 18

ALTERNATIVAS	N°	%
PROTEINAS	0	0,00
CARBOHIDRATOS	2	50,00
GRASAS	2	50,00
VITAMNAS Y MINERALES	0	0,00
TOTAL	4	100

FUENTE: Estudiantes de la unidad educativa Abdón Calderón

AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 18



ANALISIS.

Dentro de los grupos de alimentos que son consumidos con mayor frecuencia tenemos un revocado consumo de proteínas, un porcentaje alto al consumo de carbohidratos, y otro porcentaje similar, siendo alto en grasas, y un insuficiente consumo de vitaminas y minerales. Esto nos demuestra que no hay una buena orientación alimenticia. Más aun se ha descrito que la malnutrición provocaría una disminución de la capacidad intelectual, en donde las condiciones nutricionales y ambientales son inseparables.

2. Existe déficit académico cuando los niños llegan sin alimentarse al aula de clases?

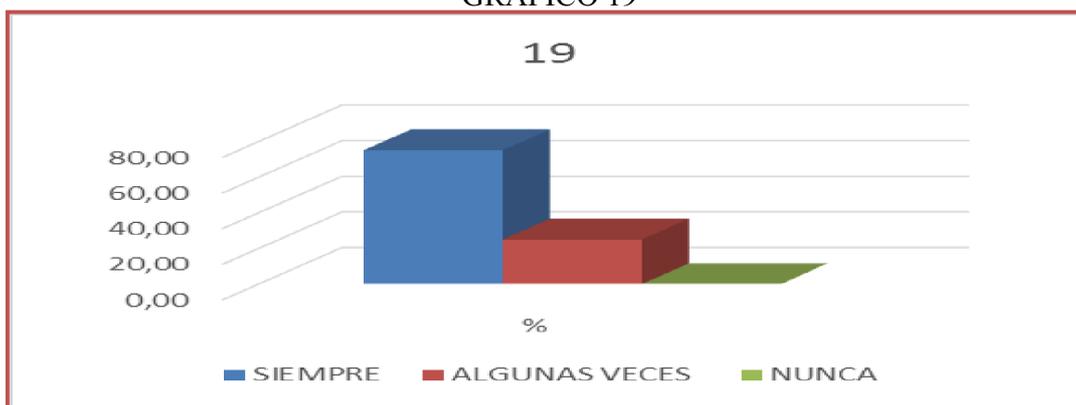
CUADRO 19

ALTERNATIVAS	N°	%
SIEMPRE	3	75,00
ALGUNAS VECES	1	25,00
NUNCA	0	0,00
TOTAL	4	100

FUENTE: Docentes de la unidad educativa Abdón Calderón

AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 19



ANALISIS.

Enfocarse en un déficit académico encontramos que suele existir, más aún sin alimentarse antes de entrar al aula de clases obteniendo un índice bastante elevado, ocasionándolo en ciertas ocasiones es poco, más insuficiente el no ocasionar ninguna alteración el no alimentarse, encontrando un grado alto de déficit nutricional el no alimentarse antes del cumplimiento académico.

3. Como define el rendimiento académico y físico de un niño con un estado nutricional inapropiado?.

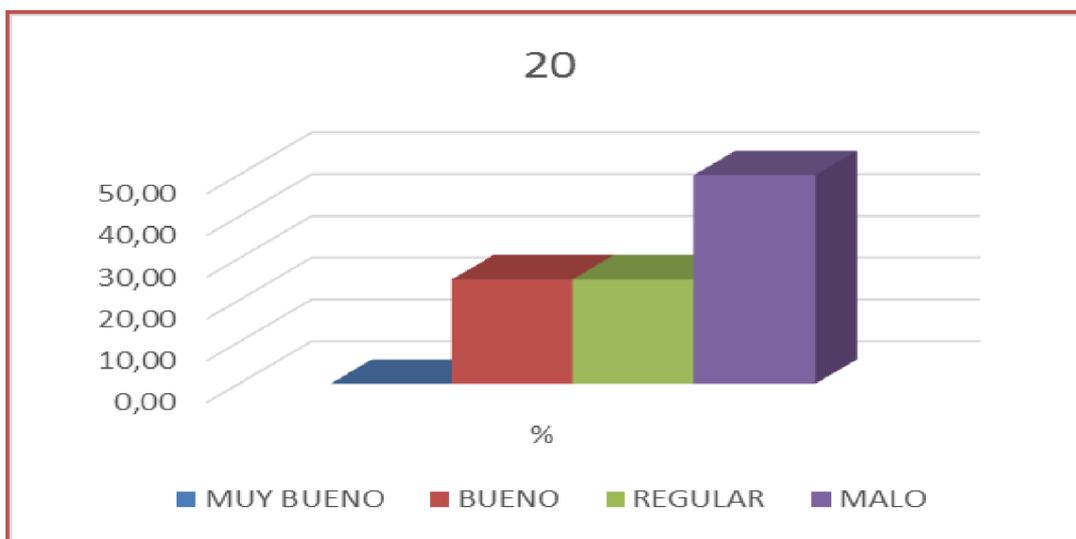
CUADRO 20

ALTERNATIVAS	N°	%
MUY BUENO	0	0,00
BUENO	1	25,00
REGULAR	1	25,00
MALO	2	50,00
TOTAL	4	100

FUENTE: Docentes de la unidad educativa Abdón Calderón

AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 20



ANALISIS.

Obteniendo un cumplimiento físico y académico malo en niños con déficit nutricional, Buena y regular en ciertas ocasiones, mas no encontrando un rendimiento óptimo con un estado nutricional inapropiado, demostrando que sin un estado nutricional adecuado no existe un apropiado rendimiento físico como académico.

4. Utiliza métodos didácticos para mejorar el aprendizaje y rendimiento escolar?

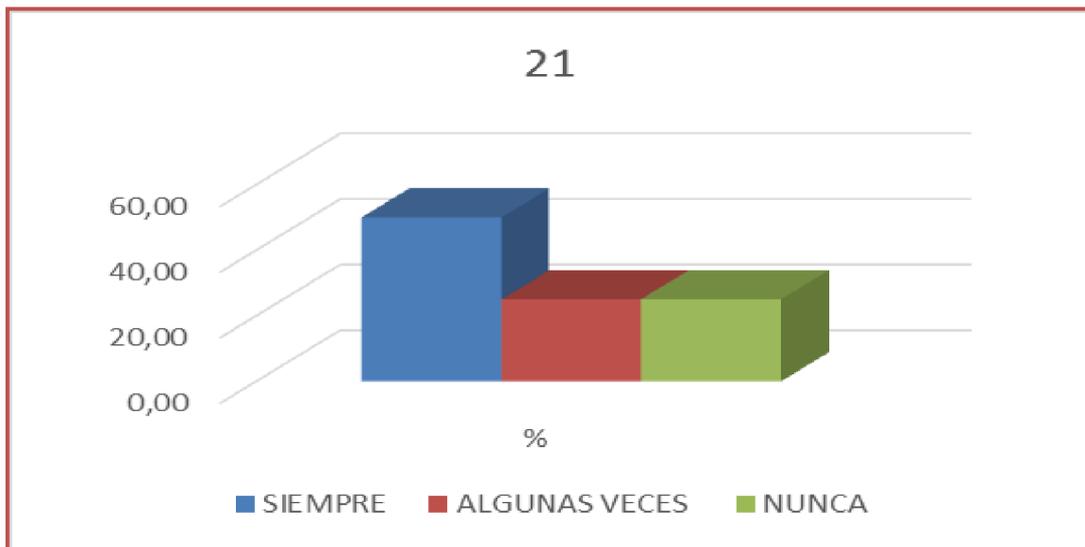
CUADRO 21

ALTERNATIVAS	N°	%
SIEMPRE	2	50,00
ALGUNAS VECES	1	25,00
NUNCA	1	25,00
TOTAL	4	100

FUENTE: Docentes de la unidad educativa Abdón Calderón

AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 21



ANALISIS.

Considerando elevada la existencia de métodos que contribuyen a mejorar el aprendizaje de los escolares altamente significativo, con una incidencia más baja en ciertas ocasiones al igual que nunca, logrando una mayoritaria aplicación de métodos didácticos contribuyendo a un mejoramiento del aprendizaje en los escolares.

5. Como califica el nivel de aprendizaje de los escolares?

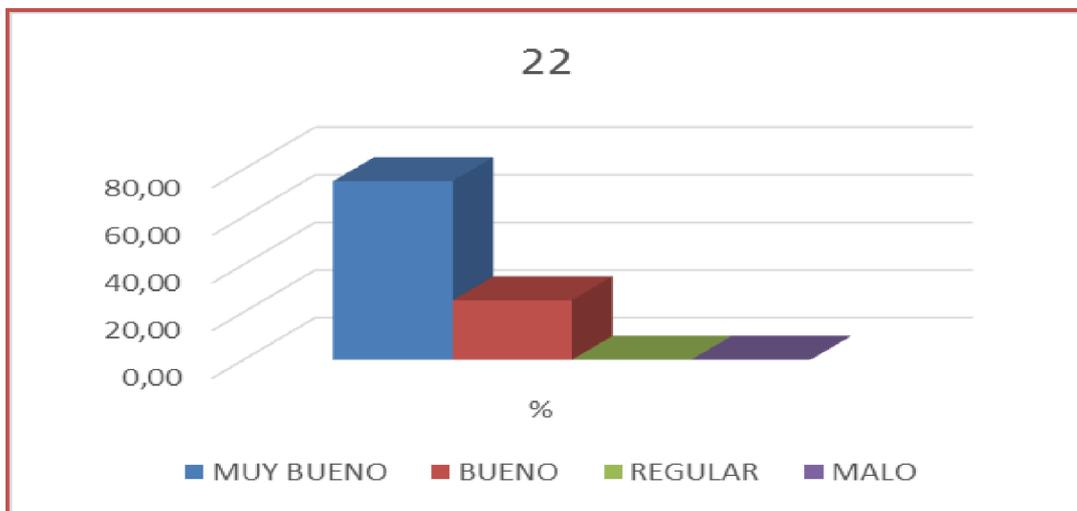
CUADRO 22

ALTERNATIVAS	N°	%
MUY BUENO	3	75,00
BUENO	1	25,00
REGULAR	0	0,00
MALO	0	0,00
TOTAL	4	100

FUENTE: Docentes de la unidad educativa Abdón Calderón

AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 22



ANALISIS.

Estimando un elevado cumplimiento en cuanto al nivel de aprendizaje refiere, con un considerable porcentaje en nivel aceptable y deficiente en el nivel regular y malo, corroborando a un excelente desempeño académico escolar en los niños y niñas.

6. Se interesan los estudiantes por querer mejorar el nivel de aprendizaje?

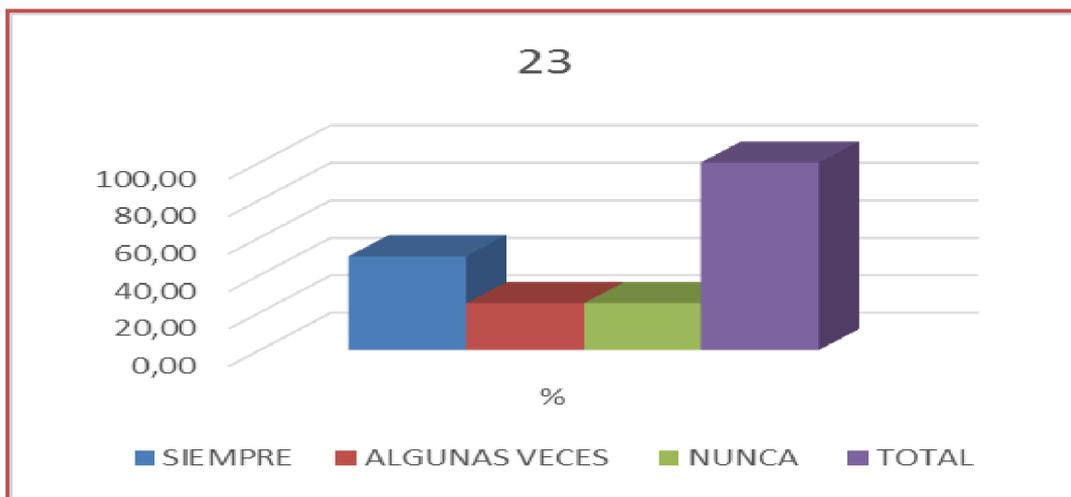
CUADRO 23

ALTERNATIVAS	N°	%
SIEMPRE	2	50,00
ALGUNAS VECES	1	25,00
NUNCA	1	25,00
TOTAL	4	100

FUENTE: Docentes de la unidad educativa Abdón Calderón

AUTOR: Jesús Orley Reyes Ávila

GRAFICO 23



ANALISIS.

Dentro del interés en los estudiantes por querer mejorar su aprendizaje encontramos que si existe un porcentaje considerable de quererlo demostrar, seguido por quererlo hacer en ciertas en ocasiones, así mismo los que no se interesan por mejorar su aprendizaje, notando una clara importancia al mejoramiento académico por parte de los estudiantes.

10. COMPROBACIÓN DE HIPOTESIS.

Según los datos tabulados a través de esta investigación, en la que son participes los niños inmersos en la problemática, mediante fichas de observaciones y encuestas, de donde se utilizaron datos que una vez tabulados y analizados han permitido considerar que el déficit alimenticio proporcionando un inadecuado estado nutricional si afecta el aprendizaje significativo.

Ante esto se hace relevancia los siguientes porcentajes obtenidos en la investigación, en lo referente a las encuestas aplicadas a padres y profesores quienes consideran en el cuadro#1 un 70% de poca receptividad por falta de alimentación, en el cuadro #10 en un 85,71% de 3 a 4 comidas siendo estas muy pocas para las múltiples actividades que realizan los niño, además en el cuadro#11 indica que un 78,57 % al consumo de arroz fideos ,etc, inclinándose al consumo de un mismo tipo de alimentos, creando déficit nutricional y ocasionar patologías como obesidad entre otras, en otro aspecto manifestando los maestros en el cuadro# 20 con un 50% malo el rendimiento académico con déficit nutricional, otra importante comprobación la encontramos en el cuadro18 con un 50% consumo de carbohidratos y 50 % grasas saturadas determinando que existe bastante inclinación al consumo de limitados grupos de alimentos, otro importante dato lo encontramos en el cuadro# 5 en un 66, 67% en lo que respecta a déficit nutricional y por último en el cuadro# 4 un 56,67% no presenta un rendimiento académico elevado.

Por lo tanto en el mencionado se comprueba que la hipótesis **“LA NUTRICIÓN INFANTIL INCIDE EN EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DE LOS ESTUDIANTES DEL TERCER AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA “ABDÓN CALDERÓN GARAICOA” EN LA CIUDAD DE CHONE EN EL AÑO 2014”** a resultado **POSITIVA.**

CAPITULO V

11. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

11.1. Conclusiones

- Entre los factores que influyen el estado nutricional tenemos: déficit nutricional, las comidas intermedias, poca variedad de alimentos, consumo excesivo de carbohidratos y grasas.
- Así mismo tenemos factores externos a la escuela, productos que son prohibidos, como frutos verdes y azúcares, entre otros.
- Existe déficit en el estado nutricional de los estudiantes, por lo tanto afecta al aprendizaje significativo de los escolares.
- Que dentro de los grupos de alimentos que son consumidos con mayor frecuencia tenemos un revocado consumo de proteínas, un porcentaje alto al consumo de carbohidratos, y otro porcentaje similar, siendo alto en grasas, y un insuficiente consumo de vitaminas y minerales. Esto nos demuestra que no hay una buena orientación alimenticia.
- Que el aprendizaje de los estudiantes con bajo rendimiento es considerablemente medio alto, y el interés de quererlo cambiar y mejorar es bajo y mínimo y el aprendizaje significativo debe de estar como prioridad dentro de los objetivos educativos que se propone el Maestro en el aula, situación que no está muy bien definida por los Docentes.
- Que existe un bajo nivel de receptividad en el aprendizaje de los estudiantes, lo que dificulta el aprendizaje significativo, ya que este se basa en la asimilación de conocimientos que un individuo puede tener (niños) para de esta manera poder

reflejarlos practicando o ejecutando cada parte o cosa que se le enseñe sin olvidar, recordando la mayor parte de la enseñanza, esto depende de la concentración capacidad y disponibilidad que pueda tener el niño, de aquí parte el conocimiento y aprendizaje en la mayor capacidad de asimilación y retención de conocimientos.

- Que los problemas nutricionales que afectan el aprendizaje significativo de los escolares es el consumo excesivo de carbohidratos, que causan sobrepeso y obesidad. Lo que provocaría una disminución de la capacidad intelectual, en donde las condiciones nutricionales y ambientales son inseparables.

11.2. Recomendaciones

- Desde la parte institucional, hay que socializar la pirámide nutricional con toda la comunidad educativa, a través de instructivos que oriente a los padres, maestros y estudiantes sobre los grupos alimenticios que deben de consumir los estudiantes en su etapa de desarrollo corporal y cognitivo.
- Implantar normas y reglas en la distribución de los tiempos en el consumo de alimentos estableciendo.
- Establecer menú en los bares de las escuelas, considerando las costumbres gastronómicas del entorno educativo de los estudiantes.
- Desde la gestión escolar, coordinar con las autoridades de salud y del orden público, el control del expendio de productos verdes y azúcares a la salida de la Unidad Educativa.
- Que los Docentes orienten a sus alumnos como eje transversal de currículo el consumo de productos que afecta la salud del escolar.
- Que los Docentes asuman con responsabilidad su rol, percibiendo caso de desnutrición y que afectan al aprendizaje.

BIBLIOGRAFÍA.

AGUERREDONDO, Inés. La calidad de la educación. Ejes para su definición y evaluación. 2008. Ed 01

ARPE MUÑOZ, Carlos. La nutrición y el comedor escolar: su influencia en la salud actual y futura de los escolares. Universidad complutense, Madrid, 2002. Ed 01

BARBIER, Jean-Marie. La evaluación de los procesos de formación. Ed. Paidós. Barcelona. 2009.

CANALES, Isaac. Evaluación educativa. UNMSM.

CANALES, Isaac. Lineamientos metodológicos para la evaluación de los aprendizajes y calificaciones en educación primaria. Ministerio de Educación de Nicaragua, 2009.

CÓRDOVA L, Amador M: Prevención y erradicación de la mala nutrición en. Cuba. 2009. Ed 01

FRONTERA, Pedro; Gloria Cabezuelo. Enséñame a comer: hábitos, pautas y recetas para evitar la obesidad ad infantil, Edit. Edaf, Madrid 2007. Ed 01

GONZALEZ CABALLERO, Martha. Manual de alimentación infantil. Ed. Alcala grupo editorial, Madrid 2007. Ed. 01.

IGLESIAS ROSADO, Carlos. La nutrición y el comedor: su importancia contrastada sobre el rendimiento escolar, Universidad Alfonso X el sabio, Madrid 2002. Ed 01

MARTINEZ, Jesús; Nutrición y Alimentación en el ámbito escolar. Ed. Ergon, Madrid 2012. Ed 01

MATTHEW JUKES, y otros autores; Nutrición y Educación. 2002. Ed 01.

MORENO VILLARES, José Manuel: La pirámide de alimentación para niños. México, 2013. Ed 01.

OYOLA AQUINO, Luis Daniel, Influencia de la alimentación en el aprendizaje del niño menor de 5 años, 2012. Ed. 01

QUESADA MORÚA, María Soledad: Nutrición infantil. Instituto de investigaciones farmacéuticas. Costa Rica octubre 2002. Ed 01

QUINTANA PEÑA, Luis; y otros autores; Alimentación del preescolar y escolar, 1Complejo Hospitalario Universitario Insular Materno-Infantil, Las Palmas de Gran Canaria. Universidad Las Palmas de Gran Canaria, Hospital Universitario Miguel Servet, Zaragoza. 2008. Ed 01

RUIZ JIMENEZ, Miguel Ángel. El gran libro de la nutrición infantil. Ed. Oniro, Barcelona 2008

RIVERA MUÑOZ, Jorge: El Aprendizaje Significativo y la evaluación de los aprendizajes: Revista de investigación educativa año 8 N.º 14 (2009) Ed 01.

Revista Educación N.º116 de la OEA, 2009.

ROSALES, Carlos. Evaluar es reflexionar sobre la enseñanza. Edit. Narcea, Madrid, 2007. Ed 01

SERAFIN, Patricia; Hábitos saludables para crecer sanos y aprender con salud, Diciembre 2012. Ed 01

VASQUEZ, Carmen. La Alimentación Escolar como Oportunidad de Aprendizaje infantil, octubre 2012. Ed 01.

VILLALOBOS, Gabriela: Nutrición infantil. Instituto de investigaciones farmacéuticas. Costa Rica octubre 2002. Ed 01

VILLARINO MARÍN, Antonio. La formación de los hábitos alimenticios y comedor escolar. Universidad complutense, Madrid 2004. Ed 01

WEBGRAFIA.

http://www.clinicasantamaria.cl/edu_paciente/alimentacion_infantil.htm

[www.unicef.org.spanish](http://www.unicef.org/spanish)

http://www.who.int/nutrition/about_us/es/

<http://www.abcdelbebe.com/la-malnutricion-afecta-el-desarrollo-del-cerebro-en-los-ninos>

www.salud180.com/maternidad-e-infancia/5-factores-de-la-nutricion-infantil

<http://www.slideshare.net/dhannielll/influencia-de-la-alimentacin-en-el-aprendizaje-del-nio-terminado>

<http://www.ffmm-iap.net/revista/2008desnutricionFFMMINSPPMEBo15.pdf>

<http://es.slideshare.net/dhannielll/influencia-de-la-alimentacin-en-el-aprendizaje-del-nio-terminado>

http://delegacion233.bligoo.com.mx/media/users/20/1002571/files/240726/Aprendizaje_significativo.pdf

http://estilosdeaprendizaje.yolasite.com/resources/frida_gerardo.pdf

http://www.ehowenespanol.com/afecta-nutricion-desarrollo-aprendizaje-ninos-edad-escolar-info_119072/

<http://www.unilever.com.mx/innovation/investigacion-desarrollo/lanutricion/>

ANEXOS



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ
EXTENSIÓN CHONE
ENCUESTA DIRIGIDA A LOS PROFESORES

OBJETIVO: Determinar la incidencia de la Nutrición Infantil en el aprendizaje significativo de los estudiantes de la unidad educativa “Abdón Calderón Garaicoa” de la ciudad de Chone durante el año 2014.

INSTRUCCIONES: Lea detenidamente cada ITEM, a fin de que usted nos informe el tipo de alimentación de sus estudiantes, de su veracidad en la respuesta, le orientaremos en como guiar a sus alumnos en la alimentación escolar. Toda la información consignada es confidencial, solo para uso exclusivo de la escuela.

1. ¿CUÁL DE LOS SIGUIENTES GRUPOS DE ALIMENTOS SON CONSUMIDOS CON MAYOR FRECUENCIA POR LOS NIÑOS DE LA ESCUELA.

- a. PROTEINAS (Lácteos y derivados y Carnes rojas y blancas) ()
- b. Carbohidratos (Arroz, papa, pan, galletas, fideos, etc.) ()
- c. Grasas (Frituras, aceites, almendras, nueces, etc.) ()
- d. Vitaminas y Minerales (Frutas, verduras, leguminosas, etc.) ()

2. ¿EXISTE DÉFICIT ACADÉMICO CUANDO LOS NIÑOS LLEGAN SIN ALIMENTARSE AL AULA DE CLASES?

- Siempre ()
- Algunas veces ()
- Nunca ()

3. COMO DEFINE EL RENDIMIENTO ACADÉMICO Y FÍSICO DE UN NIÑO CON UN ESTADO NUTRICIONAL INAPROPIADO?.

- Muy bueno ()
Bueno ()
Regular ()
Malo ()

4. UTILIZA MÉTODOS DIDÁCTICOS PARA MEJORAR EL APRENDIZAJE Y RENDIMIENTO ESCOLAR?

- SIEMPRE ()
ALGUNAS VECES ()
NUNCA ()

5. COMO CALIFICA EL NIVEL DE APRENDIZAJE DE LOS ESCOLARES?

- Muy bueno ()
Bueno ()
Regular ()
Malo ()

6. SE INTERESAN LOS ESTUDIANTES POR QUERER MEJORAR EL NIVEL DE APRENDIZAJE?

- Siempre ()
Algunas veces ()
Nunca ()



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ
EXTENSIÓN CHONE
FICHA DE OBSERVACIÓN ESTUDIANTES

FICHA DE OBSERVACIÓN A: La unidad Educativa “Abdón Calderón Garaicoa de la Ciudad de Chone.

OBJETIVO: Determinar la incidencia de la Nutrición Infantil en el aprendizaje significativo de los estudiantes de la unidad educativa “Abdón Calderón Garaicoa” de la ciudad de Chone durante el año 2014.

ASPECTO A OBSERVAR	SI	NO	A VECES
Existe poca receptividad en los estudiantes por falta de alimentación.			
Cumplen los estudiantes con las actividades académicas.			
Es alto el rendimiento físico de los niños durante las actividades deportivas.			
El rendimiento académico de los estudiantes es alto.			
Existen problemas en los estudiantes en lo que respecta al déficit nutricional.			
Los profesores se preocupan por el estado nutricional de los estudiantes.			
Los docentes se preocupan por mejorar el aprendizaje significativo en niños y niñas con bajo rendimiento.			

UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ
EXTENSIÓN CHONE

ENCUESTA DIRIGIDA A PADRES DE FAMILIA

OBJETIVO: Determinar la incidencia de la Nutrición Infantil en el aprendizaje significativo de los estudiantes de la unidad educativa “Abdón Calderón Garaicoa” de la ciudad de Chone durante el año 2014.

INSTRUCCIONES: Lea detenidamente cada ITEM, a fin de que usted nos informe el tipo de alimentación de sus hijos/as, de su veracidad en la respuesta, le orientaremos en como alimentar a sus niños/as. Toda la información consignada es confidencial, uso exclusivo de la escuela.

1.- CONOCE EL ESTADO NUTRICIONAL DE SU NIÑO/A?

Mucho ()

Poco ()

Nada ()

2.- CONOCE EL TIPO DE ALIMENTACIÓN DEL NIÑO/A DENTRO DE LA ESCUELA?

SI ()

NO ()

A Veces ()

3.- CUANTAS COMIDAS AL DIA LE BRINDA A SU HIJO/A?

1 a 2 comidas ()

3 a 4 comidas ()

5 o más comidas ()

4.- CUAL ES EL TIPO DE COMIDA MAS FRECUENTES EN SU HIJO/A?

LACTEOS Y DERIVADOS ()

FRUTAS Y VERDURAS ()

ARROZ, FIDEOS, CEREALES ()

HAMBURGUESAS, PAPAS FRITAS ()

5.- SU NIÑO/A REALIZA ACTIVIDAD FISICA DURANTE EL DIA?

Siempre ()

Algunas Veces ()

Nunca ()

6.- COMÓ CONSIDERA UD EL NIVEL DE APRENDIZAJE DE SU HIJO/A?

Muy bueno ()

Bueno ()

Regular ()

Malo ()

7.- SE INTERESA SU HIJO/A POR REALIZAR LAS TAREAS EN CASA?

Mucho ()

Poco ()

Nada ()

8.- EL DESEMPEÑO DE APRENDIZAJE DE SU HIJO/A EN LA ESCUELA SEGÚN LA MAESTRA?

Muy bueno ()

Bueno ()

Regular ()

Malo ()

9.- SE INTERESA SU HIJO/A POR ESTUDIAR Y LEER A PARTE DE LAS TAREAS ESCOLARES?.

Siempre ()

Algunas Veces ()

Nunca ()

10.- CONOCE COMO ALIMENTAR NUTRICIONALMENTE A SU HIJO/A?

Siempre ()

Algunas Veces ()

Nunca ()



Actuando los niños en clases con la maestra, estoy anotando la calidad de aprendizaje y la participación de cada niño.



Actuando los niños dentro del aula de clases, me encuentro observando su aprendizaje, participación y los que están atentos a la clase.



Observando el aprendizaje y rendimiento académico de cada escolar que le brinda su maestra.



Observando y valorando el rendimiento físico de cada niño



Valorando el estado de ánimo en los estudiantes y la forma de actuar en cada uno.



Anotando el rendimiento físico de cada estudiante y el nivel de desempeño que tiene cada niño