



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

EDUCACIÓN BÁSICA

SISTEMATIZACIÓN DE EXPERIENCIAS

TÍTULO:

**EL DESAYUNO ESCOLAR Y SUS BENEFICIOS PARA UN BUEN
RENDIMIENTO ACADÉMICO**

AUTOR:

DIANA ESTEFANIA ZAMBRANO MARCILLO

TUTOR/A:

LIC. GEMA ALEJANDRA ZAMBRANO VERA, MGTR

CHONE - MANABÍ – ECUADOR

2025-2

CERTIFICACIÓN DE TUTOR

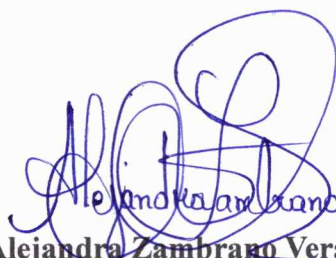
Lic. Alejandra Zambrano Vera, Mgtr en calidad de docente de la carrera de Educación Básica de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Extensión Chone y tutora del trabajo de Sistematización de Experiencias.

CERTIFICO:

Que, el presente trabajo de Sistematización de Experiencias, titulado: “El desayuno escolar y sus beneficios para un buen rendimiento académico” fue revisado exhaustivamente en varias sesiones de trabajo conjunto. Tras un proceso de tutorías académicas y seguimiento de acuerdo a la guía establecida por el Vicerrectorado Académico, se ha verificado que el documento cumple con los parámetros determinados por dicha autoridad.

Por lo expuesto, se concluye que el trabajo original de Diana Estefanía Zambrano Marcillo, está listo para la presentación previa a la titulación como Licenciado/a en Ciencias de la Educación Básica.

Chone, marzo de 2026



Lic. Alejandra Zambrano Vera, Mgtr

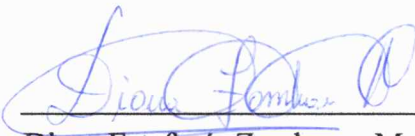
TUTORA

DECLARACIÓN DE AUTORÍA Y CONSENTIMIENTO DE DERECHOS

Quien suscribe la presente: Diana Estefanía Zambrano Marcillo, estudiante de la carrera de Educación Básica, declaro para constancia que el trabajo de sistematización de experiencias titulado: “El desayuno escolar y sus beneficios para un buen rendimiento académico”, es de autoría propia y ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros y consultando las referencias bibliográficas que se incluyen en este documento.

Adicionalmente, cedo los derechos del presente trabajo a la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, para que pasen a formar parte del patrimonio intelectual de trabajos de Sistematización de Experiencias, ya que ha sido realizado con apoyo académico y profesional de la universidad.

Chone, 14 de marzo de 2026



Diana Estefanía Zambrano Marcillo
C.I.1312024795

LICENCIATURA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN BÁSICA

Los miembros del Tribunal Evaluador aprueban el Informe de Resultados de Sistematización de Experiencias sobre “El desayuno escolar y sus beneficios para un buen rendimiento académico” del Periodo Académico 2025 - 2026, elaborado por el estudiante Diana Estefanía Zambrano Marcillo.



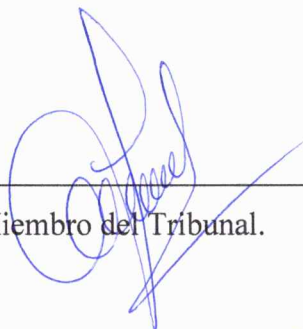
Lic. Lilia del Rocío Bermúdez Cevallos, Mgtr.

Decana



Lic. Alejandra Zambrano Vera. Mgtr

Tutora



Miembro del Tribunal.



Miembro del Tribunal.



Secretaria

Chone, abril de 2026

AGRADECIMIENTO

Agradezco primeramente a Dios, por iluminar mi camino y darme la fuerza necesaria para llegar hasta este momento tan especial.

A Él encomiendo cada paso de mi vida, porque en su amor encontré fortaleza, fe y esperanza en los días más difíciles.

Gracias por bendecirme con salud, sabiduría y perseverancia para culminar esta etapa académica con alegría y gratitud.

A mi familia, por su amor incondicional, sus consejos y el apoyo constante que me impulsó a no rendirme jamás.

A mis maestros, por compartir sus conocimientos y contribuir con paciencia y dedicación a mi formación profesional y personal.

A mis amigos y compañeros, por acompañarme en este proceso con palabras de aliento, amistad sincera y momentos inolvidables.

Este logro representa no solo el cierre de una meta, sino también el inicio de nuevos sueños guiados por la mano de Dios.

Hoy celebro con humildad este triunfo, que dedico con amor a quienes creyeron en mí y caminaron a mi lado.

Con profunda gratitud, presento este agradecimiento por la culminación de mi licenciatura y el camino hacia mi maestría.

Chone, 14 de marzo de 2026

DEDICATORIA

A Dios, mi faro y mi fuerza, por tu amor infinito que me sostiene y me guía en cada instante.

A mis amados padres, mi raíz y mi inspiración, gracias por su amor incondicional, sus sacrificios y por ser mi primer y eterno hogar.

A mi esposo, mi compañero de vida, mi apoyo incondicional y mi mayor cómplice en esta aventura. Te amo.

A mis hijos, el latido de mi corazón, mi mayor alegría y la razón por la que siempre lucho por un futuro mejor.

A mi familia, mi refugio seguro, mi ancla y mi fuente inagotable de amor y fortaleza.

A mis maestros, por su invaluable sabiduría, su paciencia y por inspirarme a alcanzar mis metas académicas y profesionales.

Y a mis amigos, por su lealtad, sus risas y por ser la familia que elegimos, haciendo este camino más ligero y feliz.

A todos ustedes, mi gratitud eterna por hacer posible la culminación de este proyecto de licenciatura.

Chone, 14 de marzo de 2026

ÍNDICE

Portada

1.	Introducción.....	9
2.	Descripción inicial de la experiencia.....	11
2.1	Contexto espacial y temporal.....	11
2.2	Actores involucrados.....	12
3.	RECUPERACIÓN DEL DESARROLLO DEL PROCESO.....	13
3.1.	MATRIZ 1. Matriz de consistencia de datos.....	13
3.2.	MATRIZ 2. Matriz de recogida de información.....	14
3.3.	MATRIZ 3. Matriz de vaciamiento de la información.....	15
3.4.	MATRIZ 4. Matriz de síntesis.....	16
4.	Análisis y reflexión de la experiencia.....	17
4.1.	Diagnóstico participativo.....	17
4.2	Transformaciones o mejoras producidas.....	19
4.3	Cambios producidos en los agentes comunitarios y educativos.....	20
5.	Lecciones Aprendidas.....	23
5.1.	Lecciones aprendidas desde la perspectiva de las familias.....	23
5.2.	Lecciones aprendidas desde la perspectiva del docente facilitador.....	24
5.3.	Lecciones aprendidas desde la perspectiva institucional.....	25
6.	Bibliografía.....	27
7.	Anexos.....	28
7.1.	Oficio a la autoridad.....	28
7.2.	Planificación del Taller.....	29
7.3.	Invitación del taller.....	30
7.4.	Registro de asistencia del taller.....	31
7.5.	Presentación o recursos utilizados.....	32
7.6.	Acta de compromisos de los padres.....	33

7.7. Acta de compromisos de los docentes.....	35
7.8. Testimonio	36
7.9. Registro Fotográfico.....	37
7.10. Cuestionario de evaluación Para Padres y Representantes	38
7.11. Tabulación de resultados	40

1. Introducción

El presente informe corresponde a la sistematización de una experiencia educativa desarrollada como parte del Trabajo de Titulación del Programa de Validación por Ejercicio Profesional del Campo Amplio de Educación de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM) extensión Chone. Este proceso formativo permite a los docentes en servicio reflexionar sobre su práctica profesional mediante la reconstrucción, análisis y evaluación de experiencias pedagógicas y comunitarias significativas, con el fin de fortalecer sus competencias profesionales y aportar al mejoramiento institucional.

La experiencia sistematizada se ejecutó en la Escuela General Básica UNE, ubicada en el cantón Tonsupa, provincia de Esmeraldas, en el marco del proyecto institucional de la ULEAM, Escuela para Padres, una iniciativa orientada a promover la participación familiar, fortalecer los vínculos entre las familias y sus roles en los diferentes ámbitos educativos, y generar espacios de formación dirigidos a padres, madres y representantes legales. Como parte de esta propuesta, el docente desarrolló en la institución cuatro talleres formativos: Roles de familia, Salud y estilo de vida, Escuela, familia y sociedad y Sexualidad Humana. Cada uno abordó dimensiones esenciales para el acompañamiento integral de los estudiantes y la corresponsabilidad de la comunidad educativa.

Para efectos del proceso de titulación, y de acuerdo con los lineamientos metodológicos de la ULEAM, se seleccionó para su sistematización el taller “Salud y Estilo de Vida”, por considerarse un tema clave para comprender cómo los hábitos diarios influyen en el rendimiento académico. Este taller estuvo inspirado en la conferencia impartida por el Dr. Billy, la cual enfatizó la importancia del compromiso familiar en la alimentación saludable, el descanso y la actividad física, buscando que los padres asuman su papel como modelos de estilos de vida sanos.

La sistematización se plantea como un ejercicio investigativo y reflexivo que permite reconstruir el proceso vivido, identificar hitos relevantes, analizar dificultades, reconocer aprendizajes y proponer mejoras. Para ello, se adopta la estructura metodológica propuesta por Mendoza y Sacotto (2020), que organiza la experiencia en etapas analíticas: descripción inicial del contexto, recuperación del proceso mediante matrices de análisis, interpretación crítica, lecciones aprendidas².

El fortalecimiento del vínculo entre salud y educación se reconoce hoy como una condición indispensable para el desarrollo integral, entendiendo que el hogar debe proveer el "alimento" adecuado para que el cerebro de los niños rinda académicamente. En este sentido, el objetivo general de esta propuesta es fortalecer la participación activa de los padres en la educación y bienestar de sus hijos, promoviendo estilos de vida saludables y una conciencia clara sobre su rol dentro de la familia. De manera complementaria, se plantearon objetivos específicos orientados a identificar hábitos de salud positivos y áreas de mejora en el entorno familiar; fomentar la reflexión profunda sobre la trascendencia del papel de los padres como agentes formativos; y promover la ejecución de cambios prácticos en la rutina diaria que aseguren un desempeño escolar óptimo

En el marco del desarrollo del taller, se consolidaron hitos que guiaron una ruta de corresponsabilidad. Primero, la convocatoria inicial evidenció tanto el interés como las barreras laborales de los padres; posteriormente, se aplicó la dinámica "Tejiendo vínculos" para crear un clima de confianza. La exposición central sobre nutrición y salud motivó una reflexión profunda, seguida del trabajo grupal donde se establecieron acuerdos y compromisos familiares realistas. Finalmente, la firma de actas de compromiso y la evaluación permitieron valorar la experiencia y recuperar evidencias para mejorar acciones futuras.

Este informe no solo documenta el desarrollo del taller, sino que también evidencia su aporte a la formación docente, al fortalecimiento de la promoción de la salud integral. Asimismo, constituye un insumo valioso para la toma de decisiones institucionales, permitiendo que la Escuela para Padres se consolide como un espacio estratégico para la transformación colectiva y el éxito académico de los estudiantes

2. Descripción inicial de la experiencia

2.1 Contexto espacial y temporal

El proyecto que origina la presente sistematización se enmarca en el fortalecimiento del vínculo escuela–familia–sociedad, a través del Proyecto Escuela para Padres, mediante el Taller “Salud y Estilo de Vida”, pensado como un espacio formativo y de participación orientado a promover hábitos saludables en las familias desde edades tempranas. Esta iniciativa surge ante la necesidad de fortalecer la corresponsabilidad entre la institución educativa y las familias en el cuidado de la salud física y emocional de los estudiantes, favoreciendo su desarrollo integral y bienestar en el entorno escolar y familiar.

El taller se implementó en la Escuela General Básica UNE, ubicada en la parroquia Tonsupa, provincia de Esmeraldas, durante el año lectivo 2025–2026, con la participación de padres, madres y representantes legales de estudiantes de Inicial 1 e Inicial 2. El contexto institucional se caracteriza por una población infantil en etapa inicial, con familias diversas en condiciones socioeconómicas, niveles de información y prácticas relacionadas con la salud y el estilo de vida, lo que incide directamente en el acompañamiento que reciben los estudiantes desde el hogar. Las estrategias consideradas contemplaron actividades participativas, diálogo de saberes, compromisos familiares y seguimiento mediante instrumentos de evaluación. Respecto al financiamiento, se priorizó el uso de recursos institucionales disponibles y el apoyo de la gestión educativa, con un alcance dirigido principalmente a las familias del nivel inicial y con proyección a la comunidad educativa.

El contexto de la institución o comunidad se caracteriza por una dinámica escolar que requiere fortalecer la educación para la salud como base del desarrollo integral en la primera infancia. La institución, orientada por su misión de formar estudiantes con valores, hábitos saludables y responsabilidad social, y por su visión de consolidarse como una comunidad educativa comprometida con el bienestar, cuenta con una organización que articula a directivos, docentes y familias. Entre los datos relevantes se consideran las características socioculturales del entorno, la disponibilidad de tiempo de las familias y la necesidad de establecer canales estables de comunicación y orientación para reforzar prácticas saludables desde el hogar.

La justificación del periodo de tiempo seleccionado responde a que el año lectivo 2025–2026 permite observar el ciclo completo de la experiencia: diagnóstico, planificación, convocatoria, ejecución del taller, evaluación y sistematización. Además, el periodo elegido coincide con etapas clave del proceso educativo en el nivel inicial, en las que se incrementa la necesidad de orientación familiar en hábitos de salud, higiene y alimentación, lo que facilita valorar la participación, pertinencia y efectividad de las estrategias implementadas. De este modo, el tiempo definido aporta evidencia suficiente para comprender logros, dificultades y aprendizajes transferibles a futuras acciones del Proyecto Escuela para Padres.

2.2 Actores involucrados

En el proceso de fortalecimiento del vínculo escuela–familia, a través del Taller “Salud y Estilo de Vida”, participaron actores clave con roles complementarios. Los padres, madres y representantes legales de los estudiantes de Inicial 1 e Inicial 2 asumieron un rol protagónico como participantes activos, aportando sus experiencias, necesidades y compromisos para promover hábitos saludables desde el hogar. Como docentes facilitadores del Programa de Validación por Ejercicio Profesional de la ULEAM, se planificaron y desarrollaron las actividades del taller, promoviendo el diálogo, la reflexión y la construcción de acuerdos con las familias.

Por su parte, las autoridades de la Escuela General Básica UNE respaldaron la iniciativa, facilitaron la logística y fortalecieron la convocatoria, garantizando condiciones adecuadas para la ejecución del proceso. Los estudiantes, como beneficiarios indirectos, se favorecieron de un mayor acompañamiento familiar y de prácticas coherentes entre lo trabajado en la institución y lo reforzado en el hogar, consolidando una experiencia participativa orientada al bienestar y la salud integral.

3. RECUPERACIÓN DEL DESARROLLO DEL PROCESO

3.1. MATRIZ 1. Matriz de consistencia de datos

Hito de la experiencia	Testimonios	Registros	Apreciaciones
Convocatoria inicial a padres de familia para el taller “Escuela, Familia y Sociedad”.	Padres mencionan que recibieron la invitación con interés, pero algunos señalaron dificultades laborales para asistir.	Convocatoria escrita, cronograma del proyecto, lista de curso y listado de padres convocados.	Se evidencia disposición inicial, pero también barreras laborales estructurales que afectan la participación.
Inicio del taller y dinámica integradora “Tejiendo vínculos”.	Padres destacan que la dinámica les permitió “romper el hielo” y sentirse escuchados.	Fotografías del momento, guía metodológica, hojas de trabajo.	Actividad efectiva para crear clima de confianza y participación activa.
Exposición central basada en la conferencia “Escuela, familia y sociedad”.	Representantes indican que comprendieron mejor su rol formativo; algunos expresan culpa por la poca atención en casa.	Presentación digital, notas del facilitador, contenido de la conferencia.	El discurso generó reflexión emocional profunda, motivando la corresponsabilidad.
Trabajo grupal sobre compromisos familiares.	Los padres manifestaron que la actividad les ayudó a identificar prácticas familiares que requieren mejorar.	Productos escritos, compromisos individuales y grupales.	El trabajo colaborativo permitió construir acuerdos realistas y contextualizados.
Socialización, acuerdos institucionales y cierre.	Comentarios positivos sobre la importancia del taller y la valoración de	Acta de compromisos firmada, registro	Se fortalece la salud y el estilo de vida, aunque se

Hito de la experiencia	Testimonios	Registros	Apreciaciones
	la escuela hacia las familias.	fotográfico, lista de asistencia.	identifica la necesidad de seguimiento permanente.

Fuente: Elaboración propia

3.2. MATRIZ 2. Matriz de recogida de información

Dimensiones / Elementos	Producto	Medios de verificación	Fuentes
Participación familiar	Diagnóstico sobre la asistencia y nivel de involucramiento.	Listas de asistencia, testimonios de padres.	Padres, docentes, directivos.
Metodología del taller	Análisis de actividades aplicadas y su pertinencia.	Planificación, guía metodológica, fotografías, observaciones.	Facilitador y observadores.
Comunicación escuela-familia	Identificación de barreras y facilitadores comunicacionales.	Entrevistas informales, registro de diálogos, acta de acuerdos.	Padres, docentes, equipo de apoyo institucional.
Cambios percibidos tras el taller	Informe de transformaciones actitudinales y prácticas familiares.	Testimonio escrito, reflexión colectiva.	Padres y docente facilitador.
Aprendizajes del facilitador	Registro reflexivo y análisis crítico.	Bitácora del docente.	Docente del programa de validación.

Fuente: Elaboración propia

3.3. MATRIZ 3. Matriz de vaciamiento de la información

Variables / Preguntas orientadoras	Datos relevantes	Puntos de reflexión	Otros temas planteados
¿Cuál es el nivel de corresponsabilidad de los padres?	Baja participación inicial; reconocimiento del rol educativo durante el taller.	La corresponsabilidad requiere acompañamiento continuo y estrategias institucionales.	Falta de rutinas familiares de la salud y alimentación.
¿Cuáles son las principales dificultades de comunicación?	Horarios laborales, desconocimiento de canales institucionales, barreras emocionales.	Es necesario construir canales empáticos más allá de lo administrativo.	Necesidad de fortalecer comunicación digital y reuniones sectorizadas.
¿Cómo impactó la metodología del taller en los padres?	La dinámica implementada facilitó la integración y la exposición sensibilizó, logrando la generación de compromisos	La metodología participativa es clave para hacer conciencia de la correcta alimentación.	Diferencias en niveles de conocimientos afectan la comprensión.
¿Qué aprendizajes significativos emergieron?	Padres reconocen que la alimentación es un compromiso.	El cambio en el proceso de alimentación es posible, pero requiere seguimiento.	Interés en talleres sobre alimentación y salud

Fuente: (Basada en Sacoto y Mendoza, 2018)

3.4. MATRIZ 4. Matriz de síntesis

Variables	Aspectos coincidentes	Aspectos no coincidentes	Aspectos aislados	Reflexiones y observaciones
Corresponsabilidad alimentaria	Padres reconocen su rol formativo; docentes valoran participación.	Algunos padres no perciben la necesidad de asistir.	Representantes con doble jornada laboral.	Requiere estrategias flexibles e inclusivas.
Comunicación escuela-familia	Todos reconocen su importancia.	Docentes consideran que informan suficiente; familias no siempre lo sienten.	Falta de uso activo de medios digitales.	Se obliga fortalecer el conocimiento de la alimentación y la salud.
Metodología del taller	Dinámicas y exposición fueron útiles y motivadoras.	Un grupo pequeño prefirió actividades más cortas.	Padres con dificultades de comprensión lectora.	Debe adaptarse a diversidad cultural y educativa.
Cambios tras el taller	Mayor conciencia y mejores actitudes hacia la alimentación.	Cambios sostenidos aún no evidentes.	Padres que pidieron más talleres.	Indica necesidad de continuidad institucional.

Fuente: (Sacoto y Mendoza, 2018)

4. Análisis y reflexión de la experiencia

4.1. Diagnóstico participativo

El diagnóstico desarrollado de manera participativa en el taller “Salud y Estilo de Vida” permitió tener la opción de comprender, desde la perspectiva de los distintos actores educativos, y también, la relación entre la comunidad familiar y la Escuela General Básica UNE, destacándose como un proceso clave al integrar diferentes perspectivas, emociones, necesidades y expectativas de padres y docentes, más allá de una observación externa. En la fase inicial del taller se realizó la aplicación de dinámicas de sensibilización, preguntas generadoras, lluvia de ideas y espacios de diálogo abierto, junto con las estrategias metodológicas del Proyecto Escuela para Padres, ayudó a tener un intercambio espontáneo que permitió a las familias expresar las diversas dificultades que limitan su participación activa en la vida escolar. Este proceso de escucha activa y construcción conjunta reveló tres problemáticas estructurales clave:

1. Barreras socioeconómicas y laborales en la adopción de hábitos saludables

Se identificó que los horarios laborales extensos, la informalidad en el empleo o las jornadas rotativas dificultan la asistencia a talleres y comprometen el acompañamiento para establecer rutinas de alimentación matutina. Esta situación es crucial, ya que impacta la posibilidad de consolidar el desayuno escolar como una práctica indispensable.

2. Percepción restringida de la corresponsabilidad familiar en la promoción de la salud

Un grupo significativo de padres manifestó que, si bien reconocen la importancia de la educación, no tenían claridad sobre su papel específico en la formación de hábitos de vida saludables y la promoción de la nutrición consciente. Esta percepción se abordó para comprender que la familia es un agente educativo permanente cuya influencia en los hábitos alimenticios repercute directamente en la calidad y el rendimiento académico.

3. Déficit de Comunicación Bidireccional para el Fomento de Vínculos de Colaboración

Los padres percibieron una comunicación institucional unilateral, lo cual generaba distanciamiento. El taller fue instrumental para reconstruir esta relación mediante un diálogo honesto, vital para asegurar la colaboración en la mejora del bienestar estudiantil y el cambio de hábitos de consumo.

El diagnóstico participativo no se concibió como una evaluación técnica, sino como una construcción conjunta. Por ello se utilizaron:

- Dinámicas grupales para identificar percepciones comunes.
- Mapas sociales para explorar realidades familiares.
- Conversación estructurada para contrastar experiencias.
- Registro sistematizado de testimonios.

Esta metodología permitió que los padres percibieran una comunicación institucional unilateral, lo cual generaba distanciamiento. El taller fue instrumental para reconstruir esta relación mediante un diálogo honesto, vital para asegurar la colaboración en la mejora del bienestar estudiantil y el cambio de hábitos de consumo.

Resultados del diagnóstico participativo

Como producto del proceso emergieron tres conclusiones centrales:

Este proceso colectivo se consolidó como el punto de partida crítico-reflexivo para orientar la experiencia. De él emergieron tres conclusiones fundamentales:

1. La corresponsabilidad requiere ser fortalecida mediante la formación continua para que los padres asuman activamente su papel promotor de la salud y el bienestar.
2. La comunicación debe transformarse en un proceso bidireccional basado en la confianza y escucha activa, esencial para involucrar activamente a la comunidad.
3. La Escuela para Padres: Es una necesidad institucional permanente para generar espacios de diálogo y transformación colectiva orientados a la mejora de la salud escolar.

Valor del diagnóstico para la sistematización

Más que una recolección de datos, el diagnóstico participativo en el taller “Salud y Estilo de Vida” funcionó como un espejo crítico para la comunidad de la Escuela General Básica UNE. Este ejercicio de escucha activa permitió:

- Sincronizar la teoría con el plato de comida.
- Identificar el rol del representante.
- Humanizar la planificación pedagógica.
- Convalecer el canal de comunicación.

En conclusión, este proceso no se limitó a un reporte de deficiencias, sino que se convirtió en el motor de una corresponsabilidad real. Al identificar que la falta de hábitos no es solo desinterés, sino un cruce de barreras laborales y falta de guía, el diagnóstico sentó las bases para que la Escuela para Padres sea un espacio de transformación constante en la salud escolar.

4.2 Transformaciones o mejoras producidas

La implementación del taller “Salud y Estilo de Vida” dio lugar a transformaciones importantes en los ámbitos institucional, pedagógico y comunitario, especialmente en el fortalecimiento de la relación entre la comunidad escolar y las familias. A través de este espacio, los padres, familiares y representantes percibieron una comunicación más cercana y efectiva con la institución educativa, sintiéndose escuchados, incluidos y reconocidos como participantes activos en la promoción de hábitos saludables.

Asimismo, se evidenció un incremento significativo en la participación de los padres en las actividades institucionales, manifestado en una mayor asistencia a reuniones y espacios de orientación familiar. Esta transformación estuvo vinculada al proceso reflexivo generado durante el taller, el cual permitió comprender la importancia del acompañamiento familiar en la consolidación del desayuno escolar y el desarrollo integral, físico y cognitivo de los estudiantes.

En el contexto familiar se evidenciaron varios avances significativos en las prácticas de la crianza y el acompañamiento, especialmente en lo relacionado con los hábitos de vida saludables dentro del hogar. Los testimonios recopilados reflejan una mejora en la comunicación intrafamiliar, caracterizada por enfoques más positivos, así como una mayor conciencia por parte de los padres sobre su función afectiva y formativa en el contexto de los

estilos de vida saludables. Estas transformaciones tuvieron un impacto positivo en la conducta, la motivación y el rendimiento académico de los estudiantes.

En el plano profesional, la experiencia produjo una transformación en la práctica pedagógica del docente facilitador, quien desarrolló mayores competencias para el trabajo con adultos, fortaleciendo su sensibilidad social, su capacidad de mediación y su habilidad para diseñar estrategias metodológicas participativas y contextualizadas. Esto permitió una intervención más efectiva y coherente con la realidad socioeconómica y cultural de las familias, contribuyendo a afianzar el rol del docente como agente promotor de la salud integral.

Finalmente, a nivel institucional se consolidó el taller como un espacio formativo estratégico, promoviendo una cultura de corresponsabilidad educativa en temas de salud y sembrando las bases para la continuidad del Programa Escuela para Padres. La experiencia evidenció que estos espacios contribuyen al mejoramiento del clima escolar y a la construcción de una comunidad educativa más articulada, participativa y comprometida con el bienestar estudiantil.

4.3 Cambios producidos en los agentes comunitarios y educativos

La intervención derivada del taller “Salud y Estilo de Vida” produjo transformaciones observables y potencialmente sostenibles en distintos agentes de la comunidad educativa: padres de familia, cuerpo docente, directivo, estudiantes, y la propia institucionalidad escolar. Estas transformaciones se pueden agrupar en tres categorías clave: actitudinales, procedimentales y estructurales.

a) Cambios Actitudinales

- En Padres y Madres de Familia se identificó una notable reconfiguración de actitudes hacia su rol formador. Donde antes predominaba una postura pasiva, emergió una más proactiva y reflexiva respecto a su influencia cotidiana en la salud de sus hijos. Los padres comenzaron a reconocer que su rol a través de la comunicación afectiva, el establecimiento de rutinas y el acompañamiento incide directamente en el rendimiento y el bienestar emocional. Este cambio se manifestó en la disposición a asumir compromisos concretos enfocados en la nutrición consciente.

- En el personal docente se detectó un desplazamiento hacia una práctica más empática y mediadora. Los docentes pasaron de un enfoque centrado en lo académico a uno que incorpora el diálogo y el trabajo conjunto con las familias, reconociendo explícitamente las limitaciones contextuales (horarios, trabajo informal) y mostrando una mayor disponibilidad para flexibilizar canales y horarios de comunicación.

b) Cambios Procedimentales (Operativos)

A nivel operativo, emergieron procedimientos nuevos o reforzados que evidencian la implementación de lo acordado en el taller Salud y estilo de vida, favoreciendo la sostenibilidad de los cambios de hábitos:

- Formalización de acuerdos y actas de compromisos entre padres y escuela, que permiten registrar responsabilidades y pasos de seguimiento específicos para la mejora de hábitos alimenticios.
- Implementación de canales de comunicación más frecuentes y bidireccionales (grupos institucionales, reuniones focalizadas), con protocolos para retroalimentación positiva y no solo sancionatoria.
- Ajustes metodológicos en la práctica docente para incorporar dinámicas familiares y actividades de acompañamiento en casa (pautas sobre el desayuno escolar, micro tareas guiadas relacionadas con la nutrición).

Estos procedimientos facilitan la continuidad de las acciones y contribuyen a que los cambios queden institucionalizados.

c) Cambios Estructurales e Institucionales

La experiencia impulsó propuestas concretas de institucionalización que buscan la sostenibilidad del proceso, tales como:

- La inclusión de la Escuela para Padres en la planificación anual (POA).
- La planificación de un ciclo semestral de talleres. Estos cambios, aunque incipientes, señalan una orientación clara hacia la sostenibilidad del proceso y la posibilidad de incorporar recursos humanos y temporales para la consolidación de la cultura de salud escolar.

d) Cambios en los Estudiantes

Aunque el taller estuvo dirigido a las familias, se observaron efectos indirectos en el estudiantado: mejoría en la disposición a participar en clase, cambios en la ingesta del desayuno y en la convivencia escolar. Estos cambios son consistentes con el fortalecimiento del acompañamiento familiar y la mejora del clima relacional en el hogar.

e) Evidencias y Límites

Las evidencias recabadas (actas de compromiso, registros de asistencia, testimonios de participantes, observaciones docentes) sostienen la presencia de estos cambios. No obstante, se reconoce que algunos efectos son incipientes y heterogéneos: no todos los hogares mostraron transformaciones iguales y la continuidad de los compromisos depende de mecanismos de seguimiento institucional que actualmente están en diseño o en etapa inicial.

f) Recomendaciones para Consolidación y Seguimiento

Para garantizar la sostenibilidad de los cambios y consolidar el desayuno escolar como práctica indispensable, se recomienda instrumentar un sistema de monitoreo con indicadores claros:

- Asistencia de representantes a actividades familiares (%).
- Índice de cumplimiento de compromisos firmados (actas cumplidas/actas totales).
- Frecuencia de comunicación bidireccional docente-familia (número de contactos por mes).
- Mejoras en indicadores escolares de los estudiantes vinculados (promedio de notas, asistencia).
- Percepción de padres y docentes sobre la relación escuela-familia (encuestas semestrales Likert).

La recolección periódica de estos indicadores permitirá evaluar el impacto real y orientar ajustes, garantizando que las transformaciones observadas se conviertan en prácticas institucionales estables.

5. Lecciones Aprendidas

La implementación del taller “Salud y Estilo de Vida”, enmarcada dentro del Proyecto Escuela para Padres de la Unidad Educativa "UNE" y como componente esencial del proceso de titulación en el Programa de Validación por Ejercicio Profesional de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí (ULEAM), permitió identificar aprendizajes significativos derivados de la interacción entre los distintos actores educativos y del análisis crítico-reflexivo del proceso vivido. Estas lecciones constituyen insumos de valor estratégico para la mejora continua de la gestión educativa, la consolidación de prácticas institucionales orientadas a la corresponsabilidad y el afianzamiento del rol del docente como agente promotor de la salud integral.

5.1. Lecciones aprendidas desde la perspectiva de las familias

La cooperación en conjunto a la participación familiar requiere acompañamiento, orientación en un escenario de confianza.

Se evidenció que los padres de familia optan por una postura más activa cuando perciben un ambiente respetuoso, cercano y libre de juicios. La generación de un ambiente de empatía permitió disminuir las resistencias iniciales y propició una mayor apertura al diálogo en torno a la salud y los estilos de vida. A partir de esta experiencia, se evidencia que la participación y la adopción de hábitos saludables no se producen de manera espontánea, sino que se construyen progresivamente mediante procesos sostenidos de acompañamiento, orientación y comunicación.

Se evidencia que la corresponsabilidad educativa no es inmediata, sino que se construye de manera progresiva en el tiempo.

En un inicio, varios padres demostraron desconocimiento sobre la influencia que ejercen en el proceso educativo y del estilo de vida de sus hijos; sin embargo, las actividades desarrolladas permitieron fortalecer la conciencia sobre el rol formativo del hogar. Como resultado, los representantes asumieron la importancia de brindar acompañamiento, seguimiento y apoyo continuo al proceso educativo desde el ámbito familiar.

El diálogo reflexivo transforma percepciones y reconstruye la relación escuela–familia.

Las dinámicas participativas permitieron que las familias resignificaran la función de la escuela, pasando de una visión sancionadora o meramente administrativa a una percepción más humana y cooperativa. Los representantes experimentaron la importancia de expresar inquietudes, escuchar otras experiencias y reconocer que los desafíos educativos son compartidos.

El fortalecimiento de las relaciones afectivas dentro del hogar se reflejó en mejoras significativas en el bienestar integral y el desempeño escolar de los estudiantes.

Los testimonios evidenciaron que una comunicación familiar más abierta y cercana, promovida a partir de los aprendizajes del taller sobre salud y estilo de vida, influyó positivamente en la conducta, la motivación y la estabilidad emocional de los niños y niñas. Esto reafirma que el acompañamiento afectivo y la promoción de hábitos saludables en el entorno familiar constituyen factores clave para el desarrollo y rendimiento académico.

5.2. Lecciones aprendidas desde la perspectiva del docente facilitador

Se identificó que la participación familiar requiere acompañamiento, orientación y un clima de confianza.

Se evidenció que los padres de familia se involucran de manera más activa en la promoción de hábitos saludables cuando perciben un ambiente respetuoso, cercano y libre de juicios por parte de la institución. La facilitación empática contribuyó a disminuir la resistencia inicial y a promover una apertura al diálogo sobre temas sensibles como la nutrición. Esta experiencia reafirma que la participación en la salud escolar no surge espontáneamente, sino que se construye mediante prácticas institucionales sostenidas de comunicación y acogida.

Asimismo, se constató que la corresponsabilidad educativa en la promoción de la salud se consolida como un proceso progresivo y continuo. Aunque muchos representantes manifestaron inicialmente desconocimiento sobre su rol en la formación de hábitos

alimenticios, el taller favoreció la construcción de una comprensión más amplia del papel formador de la familia. Este aprendizaje permitió que los padres reconocieran la necesidad de acompañar, supervisar y apoyar el proceso de cambio hacia un estilo de vida más saludable desde el hogar.

Un tercer aprendizaje crucial es que el diálogo reflexivo transforma percepciones y reconstruye la relación escuela-familia.

Las dinámicas participativas permitieron que las familias resignificaran la función de la escuela, pasando de una visión sancionadora o meramente administrativa a una percepción más humana y cooperativa en el desafío de la salud escolar. Los representantes experimentaron la importancia de expresar inquietudes sobre nutrición, escuchar otras experiencias y reconocer que los desafíos para la consolidación del desayuno escolar son compartidos.

Finalmente, se determinó que el fortalecimiento del vínculo emocional en el hogar impacta positivamente en el rendimiento y bienestar estudiantil.

Los testimonios reflejaron que la mejora en el diálogo intrafamiliar y el mayor acompañamiento afectivo generaron cambios positivos en la conducta, motivación y seguridad emocional de los estudiantes. Esto confirma que el apoyo emocional del hogar es un componente esencial para el desempeño escolar y para afianzar los nuevos hábitos de vida adquiridos.

5.3. Lecciones aprendidas desde la perspectiva institucional

Se recomienda que la institución educativa fortalezca canales de comunicación accesibles, oportunos y empáticos. La experiencia reveló que la comunicación insuficiente o ineficiente contribuye a la distancia entre la escuela y las familias, obstaculizando el seguimiento de los compromisos de salud. La implementación de estrategias informativas claras sobre nutrición y la apertura de espacios de diálogo permanente son esenciales para mejorar la interacción.

Es fundamental mantener y expandir la colaboración entre la universidad (ULEAM) y la escuela, ya que genera aprendizajes mutuos y aporta valor al proceso formativo. La

intervención de los docentes del Programa de Validación por Ejercicio Profesional enriqueció la práctica institucional, aportó herramientas académicas actualizadas y promovió una visión pedagógica centrada en la comunidad y la salud integral.

Finalmente, se debe priorizar el fortalecimiento del vínculo escuela-familia, puesto que contribuye directamente al cumplimiento de la misión institucional y al desarrollo integral del estudiantado. Los logros del taller demuestran que la corresponsabilidad repercute directamente en la convivencia, el clima escolar y el éxito académico, reafirmando su importancia como estrategia central en la gestión educativa.

6. Bibliografía

Padre Fabricio Alaña S. J. conferencista, Escuela, familia y sociedad. Conferencia impartida el 10 de agosto de 2025.

Freire, P. (2000). Pedagogía del oprimido. Siglo XXI.

Tedesco, J. (2003). La escuela y la comunidad. UNESCO.

Bronfenbrenner, U. (1987). La ecología del desarrollo humano: Experimentos en entornos naturales y diseñados. Recuperado de URI: <https://hdl.handle.net/20.500.12365/18032>

Educación para la salud. (s. f.). UNICEF España. <https://www.unicef.es/educa/salud>

Hernández-Sarmiento, J. M., Jaramillo-Jaramillo, L. I., Villegas-Alzate, J. D., Álvarez-Hernández, L. F., Roldan-Tabares, M. D., Ruiz-Mejía, C., Calle-Estrada, M. C., Ospina-Jiménez, M. C., & Martínez-Sánchez, L. M. (2020). La educación en salud como una importante estrategia de promoción y prevención. <https://www.redalyc.org/journal/2738/273863770021/html/>

OMS. Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud, 2004. (s. f.). OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud. <https://www.paho.org/es/documentos/oms-estrategia-mundial-sobre-regimen-alimentario-actividad-fisica-salud-2004>

Salud y educación. (2025, 18 noviembre). UNESCO. <https://www.unesco.org/es/health-education>

Bandura, A. (1977). Social Learning Theory. Englewood Cliffs: Prentice Hall.

Organización Mundial de la Salud. (2021). Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. OMS. <https://www.who.int/dietphysicalactivity>

Organización Panamericana de la Salud. (2018). La salud en las Américas: Panorama regional y perfiles de país. OPS. <https://www.paho.org>

7. Anexos

7.1. Oficio a la autoridad



VALIDACIÓN POR EJERCICIO PROFESIONAL
CAMPO AMPLIO DE EDUCACIÓN

Chone, julio 28 del 2025.

Lcdo. Darwin Ramírez
DIRECTOR DE LA ESCUELA GENERAL BASICA "UNE".
Presente.

Estimado director:

Quien suscribe la presente, estudiante del Programa de Profesionalización, en la zona norte de Manabí: Validación por Ejercicio Profesional - Campo Amplio de Educación de la ULEAM – Extensión Chone, me dirijo a usted para compartirle que por iniciativa del señor Rector, **Doctor Marcos Tulio Zambrano Zambrano**, el proceso de titulación de este grupo de docentes se hará mediante el "Proyecto Escuela para Padres", que se ejecutará en cuatro módulos, presenciales, con sus respectivos talleres; a partir de los cuales los docentes en proceso de titulación, replicaremos los talleres con los padres de familia de sus unidades educativas respectivas. Con esos insumos elaboraremos un informe que se equipara como trabajo de titulación.

Los módulos a tratarse son:


1. Roles de la familia
2. Escuela, familia y sociedad
3. Salud y Estilo de Vida
4. Sexualidad humana.


El objetivo de este programa es fortalecer las capacidades de madres, padres y representantes legales a través de un proceso formativo que promueva la reflexión sobre los roles familiares, la corresponsabilidad entre escuela, familia y sociedad, la adopción de estilos de vida saludables y la educación integral en sexualidad, con el fin de contribuir al desarrollo armónico, seguro y afectivo de niñas, niños y adolescentes.

Ante lo expuesto, le solicito a su autoridad se me otorgue el espacio para realizar el taller en el Inicial de la institución.

Por la atención favorable a la presente, brindo mi gratitud.

Cordialmente,


DIANA ESTEFANÍA ZAMBRANO MARCILLO
DOCENTE PROGRAMA DE VALIDACIÓN
POR EL EJERCICIO PROFESIONAL
marcillodiana1990@outlook.es
0991799306

RECIBIDO
29-07-2025


7.2. Planificación del Taller



VALIDACIÓN POR EJERCICIO PROFESIONAL
CAMPO AMPLIO DE EDUCACIÓN

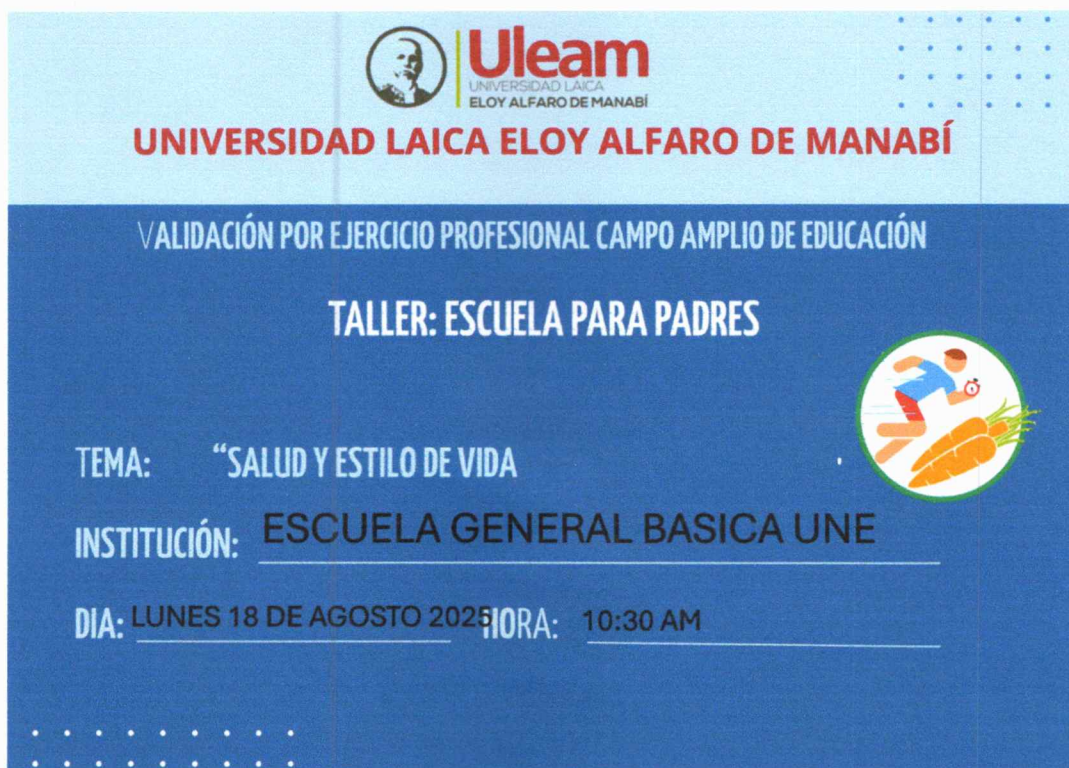
**TERCER MÓDULO:
INTEGRACIÓN CURRICULAR: FASE DE DISEÑO
TALLER PARA DOCENTES DE EDUCACIÓN BÁSICA
TEMÁTICA: SALUD Y ESTILO DE VIDA**


Objetivo general	Objetivos específicos	Actividad	Desarrollo	Recursos	Responsable
Promover la reflexión y adquisición de hábitos saludables en los docentes, fortaleciendo su bienestar físico, emocional y social, con impacto positivo en su práctica educativa.	Sensibilizar a los docentes sobre la importancia del autocuidado y la salud integral.	Bienvenida e introducción	Dinámica de "El ovillo de lana" para determinar las expectativas del taller y conectarse con el tema. Establecer un resumen: Salud y Estilo de vida, de acuerdo a la conferencia recibida y, determinar la importancia del autocuidado y la salud integral.	Ovillo de lana (pasarle a cada participante para presentarse y decir lo que espera del taller)	Docente Estudiantes
	Identificar factores que afectan el bienestar de los docentes	Dinámica "Mi termómetro bienestar"	"Mi del Los docentes identifican los factores que afectan el bienestar en: - Alimentación - Descanso y sueño - Actividad física	Papelógrafo. Marcadores.	Docente Estudiantes

			- Tiempo de recreación - Salud emocional - Manejo del estrés Y los colocan en el papelógrafo. Se puntualizan soluciones a cada problemática. Además, se autoevalúan con tarjetas de colores (rojo, amarillo y verde) según sus hábitos cada uno de los factores.	Tarjetas de colores (rojo, amarillo, verde) Rojo = bajo bienestar Amarillo = intermedio Verde = alto bienestar	
	Proponer estrategias para fomentar un estilo de vida saludable desde lo físico, emocional y relacional.	Reflexión individual y voluntaria (5 minutos): Se les invita a pensar y reflexionar	Responder a las siguientes preguntas: ¿Qué área tengo más fortalecida? ¿En cuál área debo trabajar con urgencia? ¿Qué pequeña acción puedo hacer esta semana para mejorar? ¿Qué estrategias puedo aplicar para mejorar mi estilo	Tarjetas con las preguntas Marcadores.	Docente Estudiantes

		Compromiso y cierre	de vida saludable desde lo físico, emocional y social? Preparación del batido nutritivo: Leche, guineo... Cada docente establecer compromisos para fomentar un estilo de vida saludable desde lo físico, emocional y social.		
--	--	---------------------	--	--	--

7.3. Invitación del taller




**Uleam**
UNIVERSIDAD LAICA
ELOY ALFARO DE MANABÍ

UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ

VALIDACIÓN POR EJERCICIO PROFESIONAL CAMPO AMPLIO DE EDUCACIÓN

TALLER: ESCUELA PARA PADRES

TEMA: "SALUD Y ESTILO DE VIDA" 

INSTITUCIÓN: ESCUELA GENERAL BASICA UNE

DIA: LUNES 18 DE AGOSTO 2025 HORA: 10:30 AM

7.4. Registro de asistencia del taller



VALIDACIÓN POR EJERCICIO PROFESIONAL
CAMPO AMPLIO DE EDUCACIÓN

UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ
FACULTAD: EXTENSIÓN CHONE

INTEGRACIÓN CURRICULAR: FASE DE DISEÑO
TALLER PARA PADRES DE FAMILIA
TEMÁTICA: SALUD Y ESTILO DE VIDA.

REGISTRO DE ASISTENCIA DE LOS PARTICIPANTES

Institución Educativa: "UNE"

Fecha: 18 de agosto 2025

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO CÉDULA	FIRMA
1	BEATRIZ VITA MARQUEZ	131741702	BEATRIZ
29	Ruber Enrique Bravo Pantoja	080345902-2	Ruber
3	DIANA MARIEN OBRERA	085041691-8	MARIEN O.
4	Edwin Arboleda Cabezas	080351214-4	Edwin AB
5	Garmon Mulla	235107544-7	Garmon Mulla
6	Donni Calderon	080425244-3	Donni
7	Siney Amaranta Mina	0803911742	Siney
8	x Santiago Gomez		Santiago
9	x Miriam Ortiz Chichande	080320453-6	Miriam
10	Lucibel Joma	0805050766	Lucibel
11	Maria Tufiño	0802340547	Maria Tufiño
12	Joel Guisano		Joel Guisano

7.5. Presentación o recursos utilizados

<p>1</p> 	<p>2</p> <p>SALUD y ESTILO de VIDA</p> <p>¿Qué es salud?</p>	<p>3</p> <p>¿Qué es salud?</p> <p>(OMS) Define a la salud como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades, según su constitución, (1948) bienestar integral.</p>
<p>4</p> <p>¿PARA QUÉ NACEMOS?</p>	<p>5</p> <p>PARA SER</p> 	<p>6</p> <p>¿LO SOMOS?</p>
<p>10</p> <p>¿QUÉ FACTORES INFLUYEN EN EL ESTILO VIDA?</p>	<p>11</p> 	<p>12</p> <p>HIGIENE - SALUD</p> <p>Y APRENDIZAJE</p>
<p>13</p> <p>RESPIRACIÓN - SALUD</p> <p>Y APRENDIZAJE</p>	<p>14</p> <p>HÁBITOS ALIMENTICIOS</p> <p>Y APRENDIZAJE</p>	<p>15</p> 
<p>16</p> <p>DESAYUNO- LONCHERA</p> <p>Y APRENDIZAJE</p>	<p>17</p> <p>FRUTAS - JUGOS</p> <p>Y APRENDIZAJE</p>	<p>18</p> <p>DESAYUNO ESCOLAR</p> <p>PROTEÍNAS Y APRENDIZAJE</p>
<p>19</p> <p>¿ QUÉ ALIMENTOS SE VENDEN EN LOS BARES?</p>	<p>20</p> <p>EJERCICIO- SALUD</p> <p>Y APRENDIZAJE</p>	<p>21</p> <p>¿HORARIO DE CULTURA FÍSICA?</p>

7.6. Acta de compromisos de los padres



INTEGRACIÓN CURRICULAR:
FASE DE DISEÑO / EDUCACIÓN BÁSICA 2025 - CHONE-20251-1

BNESCUELA PARA PADRES RÉPLICA DEL TALLER

Nombre del taller: SALUD Y ESTILO DE VIDA

Fecha de ejecución: 18 de agosto 2025

Institución donde se replicó: ESCUELA GENERAL BÁSICA "UNE"

Compromiso de los padres o miembros de la comunidad asistentes al taller:

NOMBRES Y APELLIDOS DEL PARTICIPANTE	COMPROMISOS ESTABLECIDOS
Beatriz Uite Maarquez	Asegurarse que los niños desayunen todos los días.
Ruder Enrique Bravo Ramirez	Preparar comidas familiares en casa y fomentar una dieta rica en fibra y calcio.
Diana Moreira Obando	Enseñar a los niños a tomar decisiones saludables sobre que comer.
Evelin Arboleda Lacayo	Realizar actividades físicas en familia, como caminar, montar.



Carmen Mulla	Limitar el tiempo en portales.
Denni Calderon	Crear horarios regulares para las comidas
Sney Amarañta Molina	Limitar el tiempo en portales
Santiago Gómez	Crear horario regulares para las comidas, sueño.
Miriam Ortiz Chichuande.	Brindar un ambiente afectuoso e incondicional
Lucibel Poma.	Enseñar a los niños a identificar y expresar sus emociones

7.7. Acta de compromisos de los docentes



INTEGRACIÓN CURRICULAR:
FASE DE DISEÑO / EDUCACIÓN BÁSICA 2025 - CHONE-20251-1

ESCUELA PARA PADRES RÉPLICA DEL TALLER

Nombre del taller: Salud y Estilo de Vida
Nombre del conferencista: Diana Zambrano Marcillo
Nombre del docente: Diana Zambrano Marcillo
Fecha de ejecución: 18 de agosto del 2025

Compromiso de los docentes posterior a la charla del conferencista:

NOMBRES Y APELLIDOS DEL DOCENTE	COMPROMISOS ESTABLECIDOS
Diana Estefania Zambrano Marcillo	Promover hábitos de higiene, alimentación equilibrada física dentro de las actividades Escolares. Motivar a los niños a participar activamente en juegos y dinámicas que fortalezcan su desarrollo físico social. Orientar a los Padres sobre la importancia de un estilo de vida saludable.

Lcda. Alejandra Zambrano Vera. Mgtr

7.8. Testimonio

“Mi nombre es Beatriz Vite. Soy padre y representante legal en la Unidad Educativa "UNE". Honestamente, cuando supe que el taller se centraba en ‘Salud y Estilo de Vida’, pensé: ¿Qué tiene que ver esto con las notas? Siempre creí que mi única responsabilidad era asegurar que mi hijo tuviera útiles y estudiara en las noches.

Pero el taller fue revelador. El facilitador usó ejemplos muy claros sobre cómo la falta de desayuno o el exceso de azúcar afecta directamente la capacidad de concentración y el nivel de energía en el aula. Nos mostró estudios y nos hizo reflexionar: ¿Cómo podemos exigir un buen rendimiento si el cerebro de nuestros hijos no tiene el ‘combustible’ adecuado en la mañana?

Compartir con otros padres me hizo darme cuenta de que el problema no era solo falta de tiempo, sino la facilidad de acceso a productos ultra procesados y un desconocimiento real de lo que es nutritivo. Salí de ese taller con un compromiso práctico. Reorganicé mi rutina para poder sentarme cinco minutos con mi hijo a desayunar.

7.9. Registro Fotográfico

FOTOGRAFIAS



**Docente impartiendo charla,
previa al taller**



**Padres y madres de familia
participando del taller**

7.10. Cuestionario de evaluación Para Padres y Representantes

Taller: "Salud y Estilo de Vida"

Proyecto: Escuela para Padres

Institución: Escuela General Básica UNE

Fecha:

Facilitador:

Instrucciones:

Marque con una X la opción que mejor exprese su opinión.

(Si el cuestionario se aplica oralmente, el facilitador puede leer las preguntas y anotar la respuesta).

1. ¿Cómo se enteró del taller?

- Por el docente de mi hijo/a
- Por otro padre o madre
- Por carteles o invitación escrita
- No recuerdo

2. ¿Cómo califica la organización del taller?

- Muy buena
- Buena
- Regular
- Mala

3. ¿Los temas tratados fueron fáciles de entender?

- Sí, totalmente
- En parte
- No mucho
- No entendí

4. ¿Cree que los temas del taller son importantes para la familia?

- Sí, muy importantes
- Algo importantes
- Poco importantes
- No son importantes

5. ¿Participó activamente durante el taller?

- Sí, participé en las actividades
- Escuché, pero no hablé mucho
- Solo observé
- No participé

6. ¿El facilitador explicó con claridad los temas?

- Sí, con claridad
- Más o menos
- No mucho
- No entendí su explicación

7. ¿Qué aprendió principalmente en este taller?

- La importancia de comunicarse con los hijos
- Que la familia debe apoyar a la escuela
- Que la educación se forma entre todos
- Otro: _____

8. ¿Después del taller, piensa involucrarse más en la educación de su hijo/a?

- Sí, definitivamente
- Tal vez
- No estoy seguro/a
- No

9. ¿Recomendaría que se sigan realizando talleres como este?

- Sí
- No
- No sé

10. ¿Cómo se sintió durante el taller?

- A gusto y escuchado/a
- Interesado/a
- Indiferente
- Incómodo/a

11. ¿Qué tema le gustaría para el próximo taller?

- Comunicación familiar
- Uso responsable de la tecnología
- Normas y límites en el hogar
- Salud emocional y convivencia

12. ¿Qué tan útil considera el taller para mejorar la relación entre escuela y familia?

- Muy útil
- Algo útil
- Poco útil
- Nada útil

7.11. Tabulación de resultados

Taller: “Salud y Estilo de Vida”

Proyecto: Escuela para Padres

Institución: Escuela General Básica UNE

Participantes: 10

Nro	Ítem	Opción	#	%	Obs.
1	¿Cómo se enteró del taller?	Docente	7	50%	
		Padre	2	20%	
		Cartel	2	20%	
		No recuerda	1	10%	
2	Organización del taller	Muy buena	6	40%	
		Buena	4	40%	
		Regular	2	20%	
		Mala	0	0%	
3	Facilidad de comprensión	Sí	7	50%	
		En parte	3	30%	
		No mucho	2	20%	
		No entendió	0	0%	
4	Importancia de los temas	Muy importantes	8	60%	
		Algo	3	30%	
		Poco	1	10%	
		Nada	0	0%	
5	Participación	Activa	6	40%	
		Escucha	3	30%	
		Observa	2	20%	
		No participa	1	10%	
6	Claridad del facilitador	Clara	8	60%	
		Regular	3	30%	
		Poca	1	10%	
		Nula	0	0%	

7	Aprendizaje principal	Comunicación	6	40%	
		Apoyo escuela	3	30%	
		Educación conjunta	2	20%	
		Otro	1	10%	
8	Involucramiento futuro	Sí	7	50%	
		Tal vez	3	30%	
		No seguro	1	10%	
		No	1	10%	
9	Recomendación	Sí	10	80%	
		No	1	10%	
		No sabe	1	10%	
10	Percepción del taller	A gusto	7	50%	
		Interesado	3	30%	
		Indiferente	1	10%	
		Incómodo	1	10%	
11	Tema futuro	Comunicación	5	30%	
		Tecnología	3	30%	
		Normas	2	20%	
		Salud emocional	2	20%	
12	Utilidad del taller	Muy útil	7	50%	
		Algo útil	3	30%	
		Poco útil	2	20%	
		Nada útil	0	0%	