



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI – MANTA

“Acciones preventivas de enfermería relacionado con salud escolar”

Ximena Lizbeth Bermúdez Bermúdez

Facultad de Enfermería

Manta, 15 de mayo del 2018

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

Lcda. Magali Sabando Mera, Mg.

Tutora del proyecto de investigación

En legal uso de mis funciones y atribuciones, en calidad de docente tutor del programa: **Responsabilidad Social en la práctica de investigación y acciones primarias con organizaciones comunitarias de la facultad de enfermería de la Uleam certifico:**

Haber dirigido y revisado el trabajo de titulación cumpliendo el total de 80 horas, bajo la modalidad de tesis cuyo tema de titulación es:

“ACCIONES PREVENTIVAS DE ENFERMERIA RELACIONADO CON SALUD ESCOLAR”

El mismo que ha sido desarrollado de acuerdo a los lineamientos y requisitos exigidos por el reglamento de Régimen académico. Por tal motivo

CERTIFICO

Que el mencionado proyecto reúne los méritos académicos, científicos y formales, y la autoría del tema desarrollado corresponde a la Srta. Ximena Lizbeth Bermúdez Bermúdez, estudiante de la carrera de enfermería periodo académico para optar el título de Lcda. En enfermería quien se encuentra apto para la sustentación de su trabajo de titulación.

El trabajo investigativo es propiedad intelectual de la autora en conjunto con su tutor, por lo que a mi corresponde, autorizo a la interesada la presentación ante el tribunal correspondiente.

Manta, 27 de junio del 2018

Lcda. Magali Sabando. Mg.

Docente Líder del Programa y Tutor.

CI: 1302565997



UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO” DE MANABÍ
Facultad de Enfermería

Programa Responsabilidad Social en la práctica de investigación y acciones primarias con organizaciones comunitarias

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA MADRES DE NIÑOS ENCUESTADOS EN LAS UNIDAD EDUCATIVA JUAN MONTALVO Y UNIDAD EJECUTIVA PARTICULAR SAN JOSE DE LA CIUDAD DE MANTA

Estimada usuaria, soy la Srta. Ximena Lizbeth Bermúdez Bermúdez (estudiante de enfermería ULEAM) que el presente periodo me encuentro realizando un trabajo de investigación-acción en coordinación con el centro de salud Manta Tipo C con la finalidad de obtener información sobre **“ACCIONES PREVENTIVAS DE ENFERMERIA RELACIONADO CON SALUD ESCOLAR”**, el cual permitirá realizar implementar estrategias educativas, que servirá de gran ayuda de su participación en la siguiente prueba objetiva, la información que nos brinde es totalmente confidencial y no está obligada a participar si no lo desea. Su participación en la siguiente encuesta no tiene ningún riesgo para usted ni para su bebé. Si usted autoriza su participación de manera voluntaria, se le solicita que firme el presente consentimiento y responda con sinceridad las preguntas que a continuación se presentan.

Agradecemos anticipadamente su colaboración.

FIRMA

DEDICATORIA

Este trabajo de investigación se lo dedico a mis padres Nexar Eladio y Delsy María, por todo el amor, apoyo incondicional, comprensión, por estar siempre conmigo, porque creyeron en mí y nunca dudaron que cumpliría este gran sueño ustedes son mi motivación y el motor para seguir adelante.

A mis hermanos por estar conmigo y apoyarme siempre.

XIMENA LIZBETH BERMÚDEZ BERMÚDEZ

RECONOCIMIENTO

A Dios, por bendecirme día a día con la oportunidad de vivir y darme las fuerzas necesarias para alcanzar satisfactoriamente la meta de esta etapa.

A mi familia, por su comprensión y estímulo constante, además de su apoyo incondicional a lo largo de mis estudios.

A mi tutora: Mg. Magali Victoria Sabando Mera, quien me brindó su valiosa y desinteresada orientación y guía en la elaboración del presente trabajo de investigación.

Y a todas las personas que de una u otra forma me apoyaron en la realización de este trabajo.

XIMENA LIZBETH BERMÚDEZ BERMÚDEZ

TEMA

“ACCIONES PREVENTIVAS DE ENFERMERIA RELACIONADO CON SALUD ESCOLAR”

RESUMEN

Esta investigación tiene el propósito de mejorar la salud y nutrición de los niños y adolescentes de la Unidad Educativa Fiscal Juan Montalvo y la Unidad Educativa Particular San José a través de la organización y capacitación de la comunidad educativa y así lograr cambios de actitudes y prácticas responsables tendientes a disminuir riesgos asociados a la mala nutrición y lograr el desarrollo integral de los educandos. La metodología aplicada es de carácter lógico-inductivo, ya que permite conocer sobre el tipo de alimentos que se expenden en el bar, detectándose problemas aislados de alimentación poco nutritiva para los estudiantes y fomentando el consumo de comida chatarra, que en algunos casos afecta la salud física y psicológica de los alumnos por ende no beneficia la calidad de la enseñanza – aprendizaje, ocasionando problemas como falta de atención, entre otros que provocan bajo rendimiento. La propuesta en su contenido tiene una guía de los alimentos nutritivos, para fomentar el consumo de productos de calidad, utilizando alimentos ricos en vitaminas, proteínas y minerales que son fuente de energía para el ser humano y de vital importancia para los estudiantes.

PALABRAS CLAVES: *Programa Salud Escolar – Nutrición – Vigilancia alimentaria –Estrategia educativa.*

ABSTRACT

This research has the purpose of improving the health and nutrition of children and adolescents of the Public Education Unit Juan Montalvo and the San José Individual Educational Unit through the organization and training of the educational community and thus achieve changes in attitudes and responsible practices tending to diminish risks associated with poor nutrition and achieve the integral development of the students. The applied methodology is of a logical-inductive nature, since it allows to know about the type of food that is sold in the bar, detecting isolated problems of poor nutrition for the students and encouraging the consumption of junk food, which in some cases affects the Physical and psychological health of the students therefore does not benefit the quality of teaching and learning, causing problems such as lack of attention, among others that cause low performance. The proposal in its content has a guide to nutritious foods, to encourage the consumption of quality products, using foods rich in vitamins, proteins and minerals that are a source of energy for the human being and of vital importance for students.

KEYWORDS: *School Health Program - Nutrition - Food surveillance - Educational strategy*

INDICE

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I	7
1.1 Diagnóstico Situacional Alimentario en los Escolares.....	7
1.2 Métodos para evaluar la Situación Alimentaria en los Escolares. ..	7
1.3 Teorías de Enfermería.	9
1.4 Obesidad en Escolares.	10
1.5 Tipos de Alimentación.....	10
1.6 Diferencia entre un Alimento y un Nutriente.	11
1.7 Generalidades de la Reforma de los Bares Escolares.	12
1.8 Alimentos Permitidos En La Reforma	13
1.9 Correctas Prácticas de Higiene y Manipulación de Alimentos.....	21
1.10 Equipos y Utensilios.....	23
1.11 Infraestructura de los Bares Escolares.....	24
1.12 Barreras en el Cumplimiento de la Reforma a Bares Escolares...	25
1.13 Cambios en el Estilo de Vida.	26
1.14 Factores Económicos.....	28
1.15 Factores Sociales.....	29
1.16 Factores Geográficos.	30
1.17 Factores Religiosos.....	30
1.18 Factores Educativos.....	30
1.19 Factores Psicológicos.....	31
1.20 Función de los diferentes actores frente a la Reforma de los Bares Escolares.....	31

1.2.1	Rol del Ministerio De Educación.....	31
1.2.2	Rol de la Institución Educativa.	33
1.2.3	Rol de los Administradores de los Bares Escolares.....	34
1.2.4	Rol de Docentes de las Instituciones Educativas.	35
1.2.5	Rol de los Padres De Familia	36
1.2.6	Rol de los Estudiantes.....	37
1.21	Hipótesis.....	37
CAPITULO II		38
MATERIALES Y METODOS DEL DIAGNOSTICO SITUACIONAL ALIMENTARIO EN SALUD ESCOLAR		38
2.1	Ubicación Geográfica	38
2.1	Métodos de la Investigación	38
2.2	Tipo de Investigación	38
2.3	Universo y Muestra.....	38
2.4	Plan de Análisis de los resultados	40
2.5	Fuente, Técnicas e Instrumentos.	41
2.6	Resultados y Discusión.....	42
2.6.1	Análisis de resultados obtenidos por parte de los estudiantes en las Instituciones Educativas.....	42
2.6.2	Análisis de resultados obtenidos por parte de los docentes en las Instituciones Educativas.....	48
2.6.3	Análisis de resultados obtenidos por parte de los padres de familia de los estudiantes en las Instituciones Educativas.....	49
2.6.3	Análisis de resultados obtenidos en las entrevistas por parte de los rectores de las Instituciones Educativas.	51

2.6.4 Análisis de resultados obtenidos en la entrevista por parte de los administradores de los bares escolares de las Instituciones Educativas.....	53
2.6.5 Análisis de resultados obtenidos en las observaciones directas en cuanto a higiene alimentaria, higiene personal, higiene del local y cumplimiento de requisitos de los bares escolares de las Instituciones Educativas.....	54
CAPITULO III MARCO PROPOSITIVO	56
3.1 Propuesta	56
3.2 Localización de la Propuesta.....	56
3.3 Institución Ejecutora:	56
3.4 Beneficiarios:	56
3.5 Tiempo estimado para la Ejecución:	56
3.6 Equipo Técnico Responsable:.....	56
3.7 Desarrollo de la Propuesta.....	56
3.8 Objetivos: General y Específicos	57
3.9 Análisis de Factibilidad	58
CONCLUSIONES.....	59
RECOMENDACIONES.....	61
BIBLIOGRAFÍA.....	62
ANEXOS.....	66
6.1 Anexo 1. Matriz de Operacionalización de las Variables.....	66
6.2 Anexo 2. Matriz del Plan Operativo de la Propuesta.....	69
6.3 Anexo 3 Entrevistas.....	70
6.4 Anexo 4 Check List.....	72
6.5 Anexo 5 Encuestas.	74

6.5	Anexo 5 Pirámide Nutricional de la OMS.....	80
6.6	Anexo 6 Cronograma.....	81

INTRODUCCIÓN

El proceso de globalización ha cambiado en forma importante e impactante los hábitos y costumbres de vida en los que se incluyen los de alimentación, nutrición y salud. Producto de ellos, los niños y niñas, así como los adolescentes escolares presentan problemas nutricionales entre los que se destacan el bajo peso y la anemia, sobrepeso y obesidad.

El Estado Ecuatoriano consciente de esta realidad ha delineado dentro del plan Nacional de Desarrollo, una de las estrategias la lucha contra el hambre y la mal nutrición; denominándola.

El Ministerio de Salud Publica organismo rector de la salud, a través de la Dirección Nacional de Nutrición y en coordinación con el Ministerio de Educación, ha elaborado un material educativo específico para los bares y kioscos escolares, con el propósito de orientar, capacitar y estimular a los dueños y a los administradores de los mismos, a brindar una alimentación de calidad que contribuya en los escolares a tener una vigilancia alimentaria en la salud.

Para que esta guía de bares y kioscos cumpla con su objetivo y se modifiquen las practicas alimentarias inadecuadas, debe ser parte de una intervención integral en las que participen todos los involucrados de la comunidad educativa, es decir; los padres y madres de familia, los maestros, los alumnos, convirtiendo la educación en alimentación, nutrición y entorno ambiental en una estrategia básica y prioritaria para fomentar estilos de vida saludables: entre ellos aspectos culturales, interculturales, creencias y prácticas higiénicas sanitarias que aseguren una niñez, juventud saludable y productiva, que estarán en capacidad de desarrollar conocimientos, habilidades y destrezas de auto cuidado en salud, alimentación, medio ambiente.

El objetivo de este trabajo es determinar los principales factores que influyen en el cumplimiento de normas técnicas y administrativas de los bares escolares a fin de mejorar acciones de fomento del autocuidado, vigilancia

alimentaria en la salud escolar en la UEF Juan Montalvo nivel básico superior y bachillerato y la UEP San José, ambas de la ciudad de Manta.

La iniciativa de los bares escolares generada por la MSP, representa para el Ecuador una estrategia valiosa que facilita el que las poblaciones adquieran desde lo individual habilidades para una vida mejor, un ejercicio de sus derechos y desde lo colectivo propicia un conjunto de intervenciones que posibilita mejorar los ambientes escolares y de manera general donde los ecuatorianos estudian, trabajan y viven, sobre la base de políticas públicas que favorezcan el compromiso y una amplia participación intersectorial y comunitaria, en particular en alianza estratégica entre el Ministerio de Educación y el Ministerio de Salud.

Esto constituye un esfuerzo colectivo y consensuado y es el resultado de la experiencia desarrollada por diferentes instituciones, durante más de una década y llena un vacío, en el sentido de integrar las diversas modalidades de promoción de la salud en la escuela, poniendo énfasis en la salud como un derecho, la importancia de la participación de los niños y niñas y de la comunidad, en el fomento de su salud, como un proceso integrado de construcción de su ciudadanía.

Este es un tema polémico en nuestros centros educativos, la búsqueda de vías y métodos para contribuir a la formación y orientación sobre los alimentos adecuados que se deben de ofertar en los bares escolares y la práctica de la salud comunitaria en los centros de salud.

En muchos casos se plantea que la alimentación no ha tenido un seguimiento adecuado por esta razón en la actualidad hay tantas enfermedades en los escolares. Sin embargo, debe considerarse que en dicho proceso todas las enseñanzas tienen sus incidencias a partir de los objetivos que a cada una le corresponde consolidar en el estudiantado. De una u otra forma a la educación para formar niños y niñas que tengan una alimentación adecuada y que evitemos problemas en su nutrición.

El Ministerio de Educación, a través del Programa Nacional de Educación para la Democracia, y el Ministerio de Salud Pública, mediante

Acuerdo Interministerial firmado el pasado 15 de octubre de 2010, emitieron el Reglamento para el funcionamiento de bares escolares del Sistema Nacional de Educación, cuyos objetivos son, establecer requisitos para su funcionamiento, administración y control; promover hábitos alimenticios saludables y controlar los parámetros de higiene. El presente Reglamento es de aplicación obligatoria en todos los bares escolares de los establecimientos educativos del país: oficiales, públicos, fisco misionales y particulares, en los diferentes niveles y modalidades: hispana y bilingüe, del sistema educativo nacional.

Los administradores de los bares, mantienen cierto conflicto de intereses, ya que, la alimentación anteriormente ofertada, daba un ingreso económico elevado, debido a la masiva producción y adquisición de los productos por parte de los estudiantes. Ahora con la Reforma se establece una nueva línea de productos que vayan acorde a cada región y por ende, los administradores manifiestan que no se puede obtener grandes ganancias, ya que la falta de costumbre de niños y adolescentes por consumir alimentos autóctonos en sus refrigerios genera pérdidas económicas, de igual forma no se puede mantener alimentos perecederos (frutas, verduras) mayor a su tiempo de descomposición, produciendo desconformidad en los administradores que tienen como negocio autónomo el bar escolar. Mohína (2012), vicerrectora del plantel Ismael Pérez Pazmiño, indicó que “El señor me enseñó las frutas dañadas y eso significa pérdida para su negocio. Se necesita mucho la colaboración de los padres de familia para que desde el hogar se les enseñe a los niños y jóvenes buenos hábitos alimenticios. Son pocos los alumnos que gustan de consumir productos nutritivos”

La modificación de los entornos en los cuales rigen estos establecimientos, también produce descontento, ya que no todas las instituciones pueden modificar el lugar de acuerdo a los parámetros establecidos. La rectora del Colegio Montufar Fanny Rodríguez (2012) manifestó que “Estamos conscientes de que necesitamos colocar estanterías en el bar, pero por el tema presupuesto no lo ejecutamos, sin embargo, haremos lo necesario para cubrir estas falencias, ya que, al mejorar el entorno

a uno más saludable y seguro, es un factor que influye en el consumo de alimentos.

Cambios en el patrón de consumo de alimentos en escolares chilenos con la implementación de un kiosco saludable

En las escuelas públicas de Chile existe un kiosco que vende una gran cantidad de alimentos altos en calorías. El objetivo de este estudio fue determinar las barreras que los niños tienen para comprar alimentos saludables y evaluar el cambio en el patrón de compra durante el año escolar al implementar un "Espacio Saludable" que incluía un kiosco (que ofertaba alimentos saludables), juegos, mesas y sillas. El personal del kiosco fue capacitado y se generaron estrategias de marketing para promocionar el consumo de alimentos. Se seleccionó una escuela control y una intervenida donde se aplicó una encuesta para determinar la compra de alimentos a niños de 9 a 12 años de edad al inicio del estudio y durante el seguimiento. El número total de escolares fue de 477 (291 de la intervención y 115 de la escuela de control). No hubo diferencias significativas en la cantidad de dinero disponible para comprar alimentos entre los niños de ambas escuelas.

Las barreras identificadas para la compra de alimentos sanos fueron el aroma, sabor, baja disponibilidad y alto precio. Hubo un aumento significativo en la compra de frutas, leche, yogur, refrescos y jugos light, frutos secos, sándwiches saludables y helados sin grasa ($p < 0,05$) de los escolares de la escuela intervenida. En la escuela control, no se observaron cambios en el consumo. El aumento en la oferta de alimentos saludables, junto a las estrategias de marketing, aumentan significativamente el consumo de estos alimentos en la población escolar.

Dueñas (2010 ¶ 4) Las principales críticas al Reglamento, apuntan a una inobservancia por parte del Estado sobre el potencial impacto negativo que estas políticas públicas suponen:

Dada la presencia de diversos factores como la falta de educación en nutrición, promoción, capacitación, acreditación a personal autorizado, entre otros, son los inconvenientes más expuestos por los involucrados en esta

nueva reforma obligatoria a las instituciones educativas, que están impidiendo un acatamiento total a esta Reforma. Por cuanto es importante reconocer la complejidad de los cambios de actitudes y comportamientos que motivan la reflexión sobre esta disciplina para contribuir a su perfeccionamiento, haciendo necesaria la intervención de todos y cada uno de los agentes que integran el hecho alimentario y elevándose a factores económicos y políticos, que, por otro lado, son los más difíciles de modificar debido a los intereses.

Ley de Educación (2010 ¶ 5) con esta ley que se “fomente y contribuya a garantizar una conducta alimentaria saludable, previniendo el apareamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles de origen alimentario nutricional y de enfermedades transmitidas por alimentos.”

El Problema de la investigación radica en el insuficiente conocimiento sobre, oferta de alimento saludable que desarrollan los escolares, por ende, se busca analizar diversos factores de los bares escolares relacionados con aspectos culturales, cumplimiento de normas higiénicas sanitarias, entre otras, que nos permita medir el nivel de educación nutricional que poseen profesores, padres, escolares, y administradores de bares escolares de la Unidad Educativa Fiscal Juan Montalvo nivel Básico Superior – Bachillerato y Unidad Educativa Particular San José.

La presente investigación proveerá resultados de las vivencias de los bares escolares en los diferentes estratos económicos, se evidenciará las formas y estrategias de las Instituciones Educativas para promover el consumo de alimentos saludables y buscar la acogida de los estudiantes, que son los principales involucrados en este cambio gubernamental.

OBJETIVO GENERAL

- Determinar los principales factores que influyen en el cumplimiento de normas técnicas y administrativas de los bares escolares a fin de mejorar acciones de fomento del autocuidado, vigilancia alimentaria en la salud escolar en los Centros educativos seleccionados para esta investigación.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar los principales factores sociodemográficos y epidemiológicos en los escolares, relacionados con la intervención de enfermería en la vigilancia y oferta de alimentos en bares escolares a fin de mejorar estilos de vida
- Diagnosticar la situación alimentaria relacionado con indicadores de estilos de vida: grado de conocimientos, creencias y hábitos higiénicos sanitarios;
- Desarrollar una estrategia educativa dirigida a estudiantes, administradores, padres de familia, escolares, para lograr cambios de actitudes de participación y compromiso ciudadano en el fomento del autocuidado
- Monitorear el cumplimiento de normas técnicas administrativas y de cambios de comportamiento y actitudes en los involucrados.
- Valorar los resultados de la propuesta y educación estratégica sobre salud preventiva con organizaciones del Centro de Salud Manta.

Los resultados beneficiarán a los directivos de las Instituciones Educativas para poder promover este tipo de alimentación saludable una vez establecido las condiciones correctas para hacerlo y evitando recaer en falencias pasadas. Los padres serán beneficiados de igual manera en cuanto a obtener de los resultados un amplio conocimiento de aquellos alimentos que se permiten consumir en la hora del refrigerio por parte de las instituciones educativas. Administradores y estudiantes darán a conocer sus posturas frente a este cambio, dando así las principales limitaciones para poder adaptarse al cambio

CAPÍTULO I

1.1 Diagnóstico Situacional Alimentario en los Escolares.

La nutrición se dedica a investigar las necesidades nutricionales del ser humano, y por ende de los niños, tanto como sus hábitos y consumo de alimentos, la composición y valor nutricional de esos alimentos. La nutrición como un conjunto de procesos se dirige hacia el estudio de la ingestión, digestión, absorción, metabolismo y excreción de las sustancias alimenticias (nutrientes/nutrimientos) por medio de los cuales se produce energía para que ese organismo vivo puede sostenerse, crecer, desarrollarse y en la mayoría de los casos reproducirse. (Delgado H. Palma 2006).

1.2 Métodos para evaluar la Situación Alimentaria en los Escolares.

Las mediciones antropométricas únicas representan sólo una instantánea y pueden inducir a errores en el diagnóstico, especialmente en lactantes; las mediciones seriadas son una de las mejores guías del estado nutricional del niño. Deben ser efectuadas por personal calificado, usando instrumentos adecuados y ser interpretadas comparándolas con estándares de referencia. Es la técnica más usada en la evaluación nutricional, ya que proporciona información fundamentalmente acerca de la suficiencia del aporte de macro nutrientes. Las mediciones más utilizadas son el peso y la talla.

La antropometría.

Es el método más utilizado para evaluar el estado nutricional. Las mediciones antropométricas incluyen peso y talla estas medidas se utilizan en combinación con la edad (Ej. peso/edad, talla/edad) y en combinación con ellas mismas (Ej. Peso/talla). A estas combinaciones se le han denominado índices, e indicadores a la aplicación o uso de estos índices. (De Onís, M. (ClinNutr.2006).

El peso.

Como parámetro aislado no tiene validez y debe expresarse en función de la edad o de la talla.

La talla.

También debe expresarse en función de la edad. El crecimiento lineal continuo es el mejor indicador de dieta adecuada y de estado nutricional a largo plazo. Es importante considerar que es un parámetro muy susceptible a errores de medición, y que, por lo tanto, debe ser repetida, aceptándose una diferencia inferior a 5 mm entre ambas mediciones.

Talla para la Edad.

Muestra el crecimiento lineal alcanzado. Este índice refleja la historia nutricional del escolar, siendo entonces un indicador de malnutrición pasada. Un niño con desnutrición aguda puede perder peso, pero no talla, para que la talla se afecte es necesario que la causa haya actuado en un tiempo prolongado. Mide la desnutrición crónica. Este indicador refleja una prolongada pérdida de peso, como consecuencia de ello, el organismo para sobrevivir disminuye requerimientos y deja de crecer, es decir mantiene una talla baja para su edad. Este indicador refleja la historia nutricional de un niño, por ello se considera el más importante para la toma de decisiones en nutrición pública.

Peso para la Edad.

Este índice refleja el estado nutricional actual o pasado del niño, por lo que se le identifica como un índice de estado nutricional global, pero no permite diferenciar entre casos de desnutrición crónica y desnutrición aguda.

Peso para la Talla.

Este índice refleja el estado nutricional actual y permite hacer un diagnóstico de desnutrición o sobrepeso al momento de efectuar la medición. Mide la desnutrición aguda.

1.3 Teorías de Enfermería.

Teoría de Virginia Henderson.

La teoría de Virginia Henderson la escogimos por sus catorce necesidades y engloba todo lo que necesita un niño para que tenga una buena salud. La enfermera asiste a los pacientes en las actividades esenciales para mantener la salud, recuperarse de la enfermedad, o alcanzar la muerte en paz.

Identifica 14 necesidades humanas básicas que componen "los cuidados enfermeros", esferas en las que se desarrollan los cuidados.

Se observa una similitud entre las necesidades y la escala de necesidades de Maslow, las 7 necesidades primeras están relacionadas con la Fisiología, de la 8ª a la 9ª relacionadas con la seguridad, la 10ª relacionada con la propia estima, la 11ª relacionada con la pertenencia y desde la 12ª a la 14ª relacionadas con la auto-actualización.

Las necesidades humanas básicas según Henderson, son:

- 1) Respirar con normalidad.
- 2) Comer y beber adecuadamente.
- 3) Eliminar los desechos del organismo.
- 4) Movimiento y mantenimiento de una postura adecuada.
- 5) Descansar y dormir.
- 6) Seleccionar vestimenta adecuada.
- 7) Mantener la temperatura corporal.
- 8) Mantener la higiene corporal.
- 9) Evitar los peligros del entorno.
- 10) Comunicarse con otros, expresar emociones, necesidades, miedos u opiniones.
- 11) Ejercer culto a Dios, acorde con la religión.

12) Trabajar de forma que permita sentirse realizado.

13) Participar en todas las formas de recreación y ocio.

14) Estudiar, descubrir o satisfacer la curiosidad que conduce a un desarrollo normal de la salud.

Partiendo de la teoría de las necesidades humanas básicas, la autora identifica 14 necesidades básicas y fundamentales que comporten todos los seres humanos, que pueden no satisfacerse por causa de una enfermedad o en determinadas etapas del ciclo vital, incidiendo en ellas factores físicos, psicológicos o sociales. Describe la relación enfermera - paciente, destacando tres niveles de intervención: como sustituta, como ayuda o como compañera. Nuestro trabajo de investigación se basa con la teoría de Virginia Henderson con las necesidades básicas, pero principalmente con la segunda necesidad que es **comer y beber adecuadamente** ya que depende si se cumple esta necesidad el niño preescolar va a tener una buena nutrición y va a gozar plenamente de buena salud.

1.4 Obesidad en Escolares.

Se puede definir la obesidad como: “un incremento en el porcentaje del tejido adiposo corporal, frecuentemente acompañado de aumento de peso, cuya magnitud y distribución condicionan la salud del individuo” (Braguinsky, J.). En cuanto a la obesidad infantil, se la caracteriza como: “el aumento del peso corporal a expensas de la masa grasa” (O’Donnell, A., 2006), “asociado al aumento de factores de morbimortalidad” (Reilly, J. y Wilson, D.). La Organización Mundial de la Salud OMS (2008) considera a la obesidad como “una epidemia global que constituye un importante problema de salud pública, tanto en los países desarrollados como en aquellos en vías de desarrollo”.

1.5 Tipos de Alimentación

Que incluya todos los nutrientes (carbohidratos, lípidos, proteínas, Vitaminas y minerales).

Equilibrada. Que los alimentos que se consuman contengan los nutrimentos en una proporción adecuada.

Inocua. Que su consumo habitual no implique riesgos para la salud porque está exenta de microorganismos patógenos, toxinas y contaminantes, y se consume con moderación.

Suficiente. Que cubra las necesidades nutricionales.

Variada. Que contenga diferentes alimentos de cada grupo en cada comida.

Adecuada. Que sea acorde a los gustos, costumbres y recursos económicos sin sacrificar las otras características. Para tener una alimentación correcta que aporte los nutrimentos que el cuerpo necesita (energía, proteínas, vitaminas y minerales) para crecer, desarrollarse y mantenerse sano, es necesario incluir en las tres comidas principales del día (desayuno, comida y cena) por lo menos un alimento de cada grupo estipulado en el Plato del Bien Comer. Asimismo, en el transcurso del día se requiere consumir refrigerios o colaciones, a fin de facilitar que la dieta o alimentación sea correcta. El refrigerio o las colaciones son una porción de alimento más pequeña que las comidas principales y deben aportar los nutrimentos necesarios entre comidas, cuando el lapso entre éstas es de cinco o más horas. (Fernández G Director General de Promoción de la Salud 2007).

1.6 Diferencia entre un Alimento y un Nutriente.

Los nutrientes son elementos necesarios para realizar las funciones vitales de la célula a través de un proceso metabólico. En el caso de las plantas, los nutrientes esenciales son el agua y el dióxido de carbono, aunque no son los únicos.

Las biomoléculas, que componen a los seres vivos están conformadas por átomos, llamados bioelementos, que son entre otros, el carbono, el hidrógeno, el oxígeno, el nitrógeno, el magnesio, el hierro, el potasio, el boro, el fósforo y el sodio. Estos nutrientes ingresan a la planta a través de sus raíces que cumplen la función de absorber el agua y las sales minerales en ella

disueltas; y por las estomas de las hojas, que se encargan de incorporar el dióxido de carbono.

Los organismos heterótrofos, entre ellos los animales y el hombre, necesitan de nutrientes para obtener energía, crecer y reparar sus tejidos, por lo cual deben incorporar nutrientes a través del proceso alimenticio. Una vez que los alimentos se hayan digerido y absorbido en el organismo, las sustancias químicas contenidas en ellos, llamadas nutrientes, podrán cumplir sus funciones específicas.

Los alimentos son sustancias necesarias para el mantenimiento de los fenómenos que ocurren en el organismo sano y para la reparación de las pérdidas que constantemente se producen en él. No existe ningún alimento completo, en nuestra dieta debemos incluir una diversidad de alimentos que hagan que ésta sea lo suficientemente rica como para poder mantener funcionando de manera correcta nuestro organismo.

1.7 Generalidades de la Reforma de los Bares Escolares.

El Ministerio de Educación, a través del Programa Nacional de Educación para la Democracia, y el Ministerio de Salud Pública, mediante Acuerdo Interministerial firmado el pasado 15 de octubre de 2010, establecen varios aspectos a considerarse ante la aplicación de dicha ley de conformidad obligatoria a nivel nacional como:

Ley Orgánica de Educación (2010 ¶ 3), en el artículo 16 manda: "El Estado establecerá una política intersectorial de seguridad alimentaria y nutricional, que propenda a eliminar los malos hábitos alimenticios, respete y fomente los conocimientos y prácticas alimentarias tradicionales, así como el uso y consumo de productos y alimentos propios de cada región y garantizará a las personas, el acceso permanente a alimentos sanos, variados, nutritivos, inocuos y suficientes".

Ley de Soberanía Alimentaria (2010 ¶ 3), dispone en el artículo 26: "Con el fin de disminuir y erradicar la desnutrición y malnutrición, el Estado incentivará el consumo de alimentos nutritivos preferentemente de origen

agroecológico y orgánico, mediante el apoyo a su comercialización, la realización de programas de promoción y educación nutricional para el consumo sano, la identificación y el etiquetado de los contenidos nutricionales de los alimentos; y la coordinación de las políticas públicas".

Art.1. OBJETO. El presente reglamento tiene por objeto establecer requisitos para el funcionamiento de los bares escolares, su administración y control, así como fomentar y promover hábitos alimentarios saludables en las niñas, niños y adolescentes, que están inmersos en el sistema educativo nacional.

Art.2. APLICACIÓN. El presente Reglamento es de aplicación obligatoria en todos los bares escolares de los establecimientos educativos del país: oficiales, públicos, fisco misionales y particulares, en los diferentes niveles y modalidades: hispana y bilingüe, del sistema educativo nacional.

1.8 Alimentos Permitidos En La Reforma

Art.30. Con el propósito de promover el consumo de alimentos tradicionales, respetando hábitos y costumbres de la población por regiones, se sugiere las siguientes preparaciones locales:

REGIÓN SIERRA	REGIÓN COSTA	REGIÓN AMAZÓNICA
<p>LÁCTEOS Y SUS DERIVADOS Helados de Leche Avena con leche Arroz con leche Batido de frutas</p> <p>CEREALES Y SUS DERIVADOS Maíz enconfitado Arroz con carne y ensalada Arroz con Pollo y ensalada Arroz con pescado y ensalada Arroz con fréjol y ensalada Arroz con bistec de hígado y ensalada Arroz con lenteja y ensalada Arroz con arveja y ensalada Empanadas de viento Refresco de avena con fruta Sánduches de queso Sánduches de mortadela Sánduches de pernil Tamales Humitas Mote pillo Choclo con queso Mote con queso Canguil con panela (chispiolas) Tostado con chochos Tortillas de maíz</p>	<p>LÁCTEOS Y SUS DERIVADOS Helados de Leche Avena con leche Arroz con leche Batido de frutas</p> <p>CEREALES Y SUS DERIVADOS Maíz enconfitado Arroz con carne y ensalada Arroz con pollo y ensalada Arroz con pescado y ensalada Arroz con fréjol y ensalada Arroz con bistec de hígado y ensalada Arroz con lenteja y ensalada Arroz con arveja y ensalada Empanadas de viento Refresco de avena con fruta Sánduches de queso Sánduches de mortadela Sánduches de pernil Tamales Humitas Mote pillo Choclo con queso Arroz con guanta</p>	<p>LÁCTEOS Y SUS DERIVADOS Helados de Leche Avena con leche Arroz con leche Batido de frutas</p> <p>CEREALES Y SUS DERIVADOS Maíz enconfitado Arroz con carne y ensalada Arroz con Pollo y ensalada Arroz con pescado y ensalada Arroz con fréjol y ensalada Arroz con bistec de hígado y ensalada Arroz con lenteja y ensalada Arroz con arveja y ensalada Empanadas de viento Refresco de avena con fruta Sánduches de queso Sánduches de mortadela Sánduches de pernil Tamales Humitas Mote pillo Choclo con queso Arroz con guanta</p>

Tabla 1. Alimentos Permitidos

<p>Guiso de mote Pinol Pan de quinua Torta de quinua refresco de quinua Chicha de máchica</p> <p>TUBÉRCULOS Y SUS DERIVADOS</p> <p>Tortilla de yuca Pan de almidón Papa chaucha con pepa de sambo Tortilla de papa con chorizo Papas cocidas con queso</p> <p>LEGUMINOSAS</p> <p>Tostado de soya Hamburguesa de lenteja Habas fritas Habas tostadas Habas cocinadas con queso Pan integral de chocho Ceviche de chocho</p> <p>OLEAGINOSAS</p> <p>Maní frito Maní enconfitado</p> <p>FRUTA</p> <p>Ensalada de fruta con yogurt Pincho de frutas Ensalada de frutas Pastel de manzana Maduro con queso bebida de maracuyá Helado de fruta (taxo, mora, tomate) Banana con chocolate Torta de maduro Frutas de temporada</p>	<p>TUBÉRCULOS Y SUS DERIVADOS</p> <p>Tortilla de yuca Pan de almidón Torrejas de yuca horneadas Torta de yuca Muchin de yuca horneado</p> <p>LEGUMINOSAS</p> <p>Tostado de soya Hamburguesa de lenteja Habas fritas</p> <p>OLEAGINOSAS</p> <p>Maní frito Maní enconfitado</p> <p>FRUTA</p> <p>Ensalada de fruta con yogurt Pincho de frutas Ensalada de frutas Pastel de manzana Maduro con queso Bebida de maracuyá Helado de fruta (taxo, mora, tomate) Banana con chocolate Torta de maduro Frutas de temporada</p>	<p>TUBÉRCULOS Y SUS DERIVADOS</p> <p>Tortilla de yuca Pan de almidón Torrejas de yuca horneadas Torta de yuca Muchin de yuca horneado</p> <p>LEGUMINOSAS</p> <p>Tostado de soya Hamburguesa de lenteja Habas fritas</p> <p>OLEAGINOSAS</p> <p>Maní frito Maní enconfitado</p> <p>FRUTA</p> <p>Ensalada de fruta con yogurt Pincho de frutas Ensalada de frutas Pastel de manzana Maduro con queso bebida de maracuyá Helado de fruta (taxo, mora, tomate) Banana con chocolate Torta de maduro Frutas de temporada</p>
---	--	--

<p>(Manzana, granadilla, sandía, melón, papaya, pera, claudias, manzana, naranja, mango y otras)</p> <p>PLÁTANOS</p> <p>Tortilla de verde al horno</p> <p>Bolón de verde</p> <p>Chucula</p> <p>Panqueque de maduro</p> <p>Emborrajado de plátano al horno</p> <p>Tortillas de plátanos rellenas de pollo</p> <p>HORTALIZAS</p> <p>Torta de zanahoria</p> <p>Ensaladas de hortalizas frías y calientes</p> <p>HUEVO</p> <p>Torti nutri (tortilla de huevo con hortalizas de hoja)</p> <p>Espumilla de frutas</p> <p>Huevo duro</p> <p>AZUCARES</p> <p>Dulce de chocho</p> <p>Dulce de guayaba</p> <p>Dulce de Zanahoria con pan</p> <p>Mermelada de frutas</p> <p>Mermelada de sandía y limón</p> <p>PESCADO</p> <p>Ceviche de pescado</p> <p>Encebollado</p>	<p>(Manzana, granadilla, sandía, melón, papaya, pera, claudias, manzana, naranja, mango y otras)</p> <p>PLÁTANOS</p> <p>Tortilla de verde al horno</p> <p>Bolón de verde</p> <p>Chucula</p> <p>Panqueque de maduro</p> <p>Emborrajado de plátano al horno (gato encerrado)</p> <p>Tortillas de plátano rellenas de pollo</p> <p>Corviche</p> <p>HORTALIZAS</p> <p>Torta de zanahoria</p> <p>Ensaladas de hortalizas frías y calientes</p> <p>HUEVO</p> <p>Espumilla de frutas</p> <p>Huevo duro</p> <p>AZUCARES</p> <p>Dulce de leche</p> <p>Dulce de fruta</p> <p>Dulce de Zanahoria con pan</p> <p>Mermelada de frutas</p> <p>PESCADO</p> <p>Ceviche de pescado</p> <p>Encebollado</p>	<p>(Manzana, granadilla, sandía, melón, papaya, pera, claudias, manzana, naranja, mango y otras)</p> <p>PLÁTANOS</p> <p>Tortilla de verde al horno</p> <p>Bolón de verde</p> <p>Chucula</p> <p>Panqueque de maduro</p> <p>Emborrajado de plátano al horno</p> <p>Tortillas de plátano rellenas de pollo</p> <p>Corviche</p> <p>HORTALIZAS</p> <p>Torta de zanahoria</p> <p>Ensaladas de hortalizas frías y calientes</p> <p>HUEVO</p> <p>Espumilla de frutas</p> <p>Huevo duro</p> <p>AZUCARES</p> <p>Mermelada de frutas</p> <p>Dulce de pomarrosa</p> <p>Dulce de Zanahoria con pan</p> <p>Mermelada de frutas</p> <p>PESCADO</p> <p>Ceviche de pescado</p> <p>Encebollado</p>
---	---	---

Elaborado por: Ministerio de Educación y Ministerio de Salud Pública

Fuente: Ley de Educación 2010

Art.47. Se prohíbe ofertar o publicitar, alimentos calificados de alto contenido de nutrientes que son indicadores de exceso a menores de edad, en los establecimientos educativos, según se detalla en el siguiente cuadro:

Tabla 2. Indicadores de Exceso

Nutrientes Indicadores	Bajo Contenido 	Mediano Contenido 	Alto Contenido 
Grasas	≤ 3 gramos En 100 gramos ≤ 1,5 gramos En 100 mililitros.	>3 y < a 20 g. En 100 gramos >1,5 y < 10 g. En 100 mililitros	≥ 20 gramos En 100gramos ≥ 10 gramos En 100 mililitros
Grasas Saturadas	≤ 1,5 gramos En 100 gramos ≤ 0,75 gramos En 100 mililitros.	>1,5 y < a 5 g. En 100 gramos >0,75 y <2,5 g En 100 mililitros	≥ 5 gramos En 100 gramos ≥ 2,5 gramos En 100 mililitros
Azúcares adicionados (incluye monosacáridos + disacáridos)	≤ 5 gramos En 100 gramos ≤ 2,5 gramos En 100 mililitros	>5 y <15 g. En 100 gramos >2,5 y < 7,5 g. En 100 mililitros	≥ 15 gramos. En 100 gramos ≥ 7,5 gramos En 100 mililitros
Sal	≤ 0,3 gramos En 100 gramos v 0,3 gramos En 100 mililitros (equivale a 120 mg de sodio)	> 0,3 y < 1,5 En 100 gramos > 0,3 y < 1,5 g. 100 mililitros. (equivales a entre 120 a 600 mg de sodio)	≥1,5 gramos En 100 gramos ≥1,5 gramos En 100 mililitros (equivale a más de 600 mg de sodio)

Elaborado por: Ministerio de Educación y Ministerio de Salud Pública

Fuente: Ley de Educación 2010

A continuación, se presenta el listado de los alimentos procesados que contienen alto contenido de nutrientes indicadores de exceso de energía que no se podrán expendir en el bar, sin perjuicio de otros que se puedan incluir.

Tabla 3. Contenido Nutricional del Producto

Producto procesado	Cantidad porción	Contenido nutricional del producto			Nutrientes indicadores
		Grasas gramos	Sodio miligramos	Azúcares gramos	
Plátanos	45	16	115	0	● Alto
Chicharrón	15	5	210	0	● Alto
Extruidos de Maíz	38	10	270	9	● Alto
Habas procesadas	100	30	30	0	● Alto
Papas fritas	29	10	170	0	● Alto
Maduros	45	14	300	0	● Alto
Yuca frita	30	7	210	0	● Alto
Papas con cuero	100	33.77	1380	0	● Alto
Papas con queso	30	33.7	1.38	0	● Alto
Snack mix	50	13	390	0	● Alto
Bebidas hidratantes	240	0	0	23	● Alto
Jugos procesados y envasados	240	0	0	24	● Alto

Gaseosa/soda	240	0	0	28	 Alto
Caramelos	2	0	0	1.99	 Alto
Chicles	5	0	0	14.29	 Alto

Elaborado por: Ministerio de Educación y Ministerio de Salud Pública

Fuente: Ley de Educación 2010

Tabla 4. Cantidad de Nutrientes en Relación a las Porciones de Alimentos

Ofertados en los Bares Escolares

Productos procesados	Porción (gramos)	Nutriente	Menor de	
Productos procesados industriales	15	Grasa	3,00	Gramos
		Grasa saturada	0,75	Gramos
		Azúcares	2,25	Gramos
		Sal	90,00	Miligramos
	25	Grasa	5,00	Gramos
		Grasa saturada	1,25	Gramos
		Azúcares	3,75	Gramos
		Sal	150,00	Miligramos
	29	Grasa	5,80	Gramos
		Grasa saturada	1,45	Gramos
		Azúcares	4,35	Gramos
		Sal	150,00	Miligramos
	30	Grasa	6,00	Gramos
		Grasa saturada	1,50	Gramos
		Azúcares	4,50	Gramos
		Sal	180,00	Miligramos
45	Grasa	9,00	Gramos	
	Grasa saturada	2,25	Gramos	

	50	Azúcares	6,75	Gramos
		Sal	270,00	Miligramos
		Grasa	10,00	Gramos
		Grasa saturada	2,50	Gramos
		Azúcares	7,50	Gramos
		Sal	300,00	Miligramos
Bebidas	240	Azúcares	18,00	Gramos
Caramelos	2	Azúcares	0,40	Gramos
Chicles	15	Azúcares	3	Gramos

Elaborado por: Ministerio de Educación y Ministerio de Salud Pública

Fuente: Ley de Educación 2010

1.9 Correctas Prácticas de Higiene y Manipulación de Alimentos.

Higiene del Personal

(Ley de Educación 2010) En cuanto a la higiene que el personal que labore en los bares escolares deberá cumplir con ciertas características, como:

- Tener un buen estado de salud, el cual estará certificado anualmente por el ministerio de salud pública.
- No deberá padecer ningún tipo de enfermedad, que pudiera causar contaminación en caso de manipulación de alimentos.
- No debe permitir el acceso a personas ajenas al bar, especialmente en las áreas de manipulación y preparación de los alimentos
- Usar el delantal de color blanco y en buen estado
- Manos limpias, uñas cortas sin pintar y sin usar joyas
- El cabello debe estar en todo momento recogido, usando el gorro protector para evitar algún tipo de contaminación
- No debe servir los alimentos y a la vez cobrar por los mismos

- Lavarse las manos en todo momento, al ingresar al área asignada de manipulación de alimentos, usando los implementos de desinfección y jabón

Conservación de los Alimentos

(Ley de Educación, 2010) Los administradores de los bares escolares, deberán vender los alimentos, bajo normas de higiene y de seguridad que garanticen la salud de sus consumidores (estudiantes)

Todos los alimentos que son procesados, deberán contar con su registro sanitario vigente, con el etiquetado correspondiente a la declaración nutricional, especialmente de las grasas totales, grasas saturadas, grasas trans, carbohidratos y sodio.

Se prohíbe que los administradores u encargados de los bares escolares, adulteren los productos, agregando algún aditivo que pueda ser perjudicial para la salud. No se podrán ofertar aquellos alimentos que estén considerados en la tabla de indicadores de excesos, debido a que su consumo frecuente contribuirá al sobrepeso y obesidad.

Anualmente se tomarán muestras aleatorias de diversos alimentos para una identificación de nutrientes mediante pruebas bromatológicas, con el fin de conocer si se están cumpliendo los límites de nutrientes por productos.

Los alimentos deberán ser conservados de acuerdo a si son alimentos perecederos o no, en envolturas que permitan su mejor conservación, ya sea en refrigeración (perecederos) o en vitrinas acorde a las características del producto (no perecedero)

Evitar contaminación cruzada, los alimentos crudos deberán colocarse debajo de los alimentos que ya están preparados o listos para consumirse y colocados en recipientes plásticos individuales.

Las temperaturas que debe tener el refrigerador son: interna de 5°C a 8°C, y la parte del congelador de 0°C a — 5°C, el mismo debe tener un limitado contenido de productos, con el fin de evitar saturaciones que impidan circular el aire y mantener la temperatura.

Se aplicará el método PEPS1 con el fin de evitar que los productos de expendio se caduquen antes de venderse.

Todos los alimentos antes de ser servidos, deben hacerlo mediante el uso de instrumentos como: pinzas, espátulas. Deben contar con las cantidades necesarias de: azúcar, café, sal, otros, en empaques cerrados y con cantidades moderadas para evitar contaminación.

Ley de Educación, Art. 28 (2010). “Las comidas una vez preparadas deberán:

Ser consumidas dentro del tiempo establecido por la autoridad sanitaria según su composición y forma de preparación.

Mantenerse bajo refrigeración las comidas semi-elaboradas y consumirse dentro de las 24 horas de preparación.

Se prohíbe el uso de residuos de comidas para la preparación de nuevas raciones.”

1.10 Equipos y Utensilios.

(Ley de Educación, 2010) Los equipos y utensilios que se destinen para la preparación y comercialización de los productos, deben ser de materiales de acero inoxidable y de alta resistencia, no deben desprenderse sus materiales en contacto con la comida, de fácil limpieza y desinfección. De no disponer de agua potable o entubada, los bares deben utilizar material descartable y la vajilla guardada en vitrinas.

En el manejo de los utensilios, estos no deberán ser tocados con los dedos del encargado, por ejemplo:

- Los platos deben ser manipulados por debajo.
- Los vasos por la base o por el cuerpo.
- Los cubiertos por sus mangos.
- Las tazas por debajo o por las asas

¹ PEPS: lo que primero entra, primero sale

1.11 Infraestructura de los Bares Escolares.

Art.10. Los bares deberán ser construidos adecuados o readecuados de conformidad con las normas vigentes.

Deben ubicarse en un lugar accesible a todos los estudiantes, (incluidos discapacitados o con capacidades diferentes) y alejados de las baterías sanitarias y/o instalaciones de aguas servidas, así como, de cualquier otro foco de contaminación y de malos olores.

Los locales deberán mantener buenas condiciones higiénico - sanitarias.

Art.11. Los bares se construirán con materiales resistentes, anti inflamables, anticorrosivos, fáciles de limpiar y desinfectar y deben conservarse en buen estado. El diseño debe ser tal, que permita el desplazamiento interior del personal, la ubicación de los equipos y una superficie adecuada para la preparación de alimentos, la exhibición y expendio de los mismos.

Además, debe contar con:

- Iluminación suficiente, por medios naturales y/ o artificiales.
- Agua potable entubada con sistema de agua circulante en estado satisfactorio.
- Fregaderos en buen estado.
- Alcantarillado: conectado a red pública o a pozo séptico.
- Recipientes externos con tapas para la disposición de desechos en el exterior del local clasificados por tipos: orgánicos e inorgánicos.
- Las paredes deben ser de material resistente, de fácil limpieza y recubiertas hasta el techo.
- Los colores de pisos, paredes y techo deben ser claros por razones de higiene y luminosidad.
- Las ventanas estarán protegidas por malla fina contra insectos.
- Las instalaciones de gas y vapor se mantendrán debidamente protegidas y fuera del local.
- Los desagües y las alcantarillas deben ser suficientes, estar debidamente protegidos con rejillas y trampa de grasas.

- El área de cocción tendrá campanas de absorción de humo con sus correspondientes extractores de olores, vapor y filtros.
- Disyuntor cortacorrientes, extintor contra incendios, botiquín de primeros auxilios, entre otros.

1.12 Barreras en el Cumplimiento de la Reforma a Bares Escolares.

La Nueva Reforma de los Bares Escolares, se encuentra en auge actualmente a nivel nacional en todos los establecimientos escolares sin excepción alguna, con el único fin de promover una alimentación saludable a los estudiantes, para disminuir la aparición de enfermedades como el sobrepeso, la obesidad, que son las causas principales de morbi-mortalidad actualmente en nuestra sociedad.

La Nueva Ley trajo consigo un sin número de interrogantes, expectativas e incertidumbres en quienes se encuentran alrededor de este pequeño espacio, entre ellos están: los estudiantes, docentes, rectores, padres de familia y los administradores de los bares en cuestión. La interrogante radica en ¿Cuan factible resultó imponer una ley de la noche a la mañana, sin previos estudios de aceptación y percepción por parte de todos los involucrados?

Para la implementación de este Acuerdo es fundamental que se cumpla con una serie de actividades, como socializar el documento, efectuar un diagnóstico para conocer la situación actual de los bares escolares, capacitar a la comunidad educativa sobre salud, alimentación, nutrición y otros temas vinculados con estilos de vida saludables.

Pero es por ello, que ante esta situación que se vive actualmente en las instituciones educativas, se debe buscar ciertos antecedentes que definan la manera por la cual los estudiantes, pilares fundamentales en todo el proceso de decisión referente a su alimentación dentro de sus establecimientos educativos preferían un suministro alimentario basada en “comida chatarra”, el cual siempre estuvo afectado por factores externos e internos que impulsaban a la selección de este tipo de comidas y por la cual la Nueva Reforma de los

Bares Escolares, se encuentra tan obstaculizada en conseguir una aceptación masiva.

1.13 Cambios en el Estilo de Vida.

La calidad de vida depende directamente del medio natural y su calidad. La valoración sobre la salud no solo depende de las necesidades y los conocimientos del individuo, sino también de las condiciones de vida y trabajo. Los consumidores van modificando sus estilos de vida a la par que hay cambios socioeconómicos, políticos y culturales.

OPS. La Salud de las Américas. (1998, ¶ 1) El estilo de vida ha sido afectado de diferentes formas según la problemática de cada sociedad, pero en casi todas ha repercutido sobre la salud. En las grandes ciudades desarrolladas son comunes algunos problemas: la violencia, la pornografía, las drogas o el alcoholismo, los cuales afectan el modo de vida y repercuten sobre la salud, a la vez que favorecen un alto nivel de estrés y de enfermedades crónicas degenerativas.

Núñez de Villavicencio F. Modo de vida, psiquis y salud. Psicología y es Salud. (2000 ¶ 113-34). En los países subdesarrollados se manifiestan otros problemas, tales como los efectos del endeudamiento, el desempleo, el aniquilamiento de la escasa seguridad social, la reducción de los presupuestos para la educación y la salud, un retraso educacional, la malnutrición, la falta de higiene, las enfermedades profesionales por falta de protección al obrero, el incremento de la mortalidad infantil y una baja esperanza de vida.

Los niños y preadolescentes entre los 6 y los 12 años han sufrido importantes cambios dentro de sus estructuras familiares y sociales en los últimos años (Matte-Langlois, 2005). Los altos índices de divorcios, de madres solteras o la incorporación de la mujer al trabajo han modificado también sus hábitos de consumo y su postura ante los medios de comunicación. Los preadolescentes, inician una etapa de pre-adolescencia en la que se evidencia una temprana búsqueda de la independencia respecto a sus padres y hermanos mayores a quienes, a pesar de ello, en el fondo buscan imitar de alguna manera.

Los adolescentes, entre los 13 y 19 años, son los miembros de la generación del milenio o generación Y (Alcázar, 2003). Muestran mayor tolerancia al cambio cultural y a las diferencias entre grupos, por lo tanto, son más abiertos a experiencias nuevas, pero también buscan marcar su individualismo frente a los padres y autoridades. Como consumidores son exigentes de productos que satisfagan sus necesidades y su fidelidad a las marcas está en relación con la capacidad del producto de expresar su individualidad de manera notoria, ya sea a través del peinado, vestimenta o música (Cervera, 2008).

Ejemplos de tribus urbanas son los skates, los reggaetoneros, los emos, los darketos. La vinculación de los adolescentes a la tecnología los hace responder mejor ante las estrategias de mercadotecnia a través del Internet, pero al mismo tiempo los hace más críticos y consumidores exigentes ya que cuentan con información ilimitada.

Estos fenómenos han transformado el modo de vida de muchas naciones con independencia de los deseos y necesidades de sus pueblos. El modo de vida de una comunidad rural en un país subdesarrollado, condiciona un cuadro de morbilidad específico, caracterizado por enfermedades parasitarias e infectocontagiosas, pues las actividades del modo de vida, la pobreza, la malnutrición y la escasez de cuidados médicos, acercan y exponen a dicha comunidad a los agentes biológicos y la hacen más vulnerable.

El mismo mecanismo de determinación de la enfermedad, pero mediante actividades y contenidos diferentes, se puede observar en una ciudad numerosa de un país con alto desarrollo, donde el modo de vida también condiciona un cuadro de morbilidad específico, caracterizado por enfermedades no transmisibles, pues el estrés, la vida contra reloj, el sedentarismo, la contaminación, la inseguridad y otros males, inciden sobre las personas, alteran su regulación psiconeuroinmunológica y facilitan alteraciones funcionales que tienden a degenerar y a transformarse en crónicas (enfermedades crónico-degenerativas).

Se puede decir que la alta escolaridad protege al sujeto de riesgos específicos para su salud. Le permite una vida más higiénica, disciplinada y sistemática, favorecida por su asistencia a la escuela durante un período de tiempo largo, con su efecto socializador, le facilita un círculo de amistades con quienes retroalimentar la educación adquirida, el uso del tiempo libre y la recreación. Una alta escolaridad amplía los aspectos cognoscitivos de la salud y de la enfermedad, lo cual favorece las actividades de promoción de salud.

La labor educativa para formar o modificar el modo de vida para proteger la salud hay que desarrollarla con la familia, para lo cual hay que cuidar y fortalecer la unidad, la permanencia, la autoridad y el prestigio de esta. Al mejorar el modo de vida de las personas, mejoran algunos aspectos importantes como es el nivel educacional, que permiten realizar de forma más factible, las labores de promoción de salud y prevención de enfermedades generales como la hipertensión arterial, cardiopatía isquémica, infarto del miocardio, pues el individuo actúa sobre los factores causantes de dichas enfermedades.

La promoción de salud interviene en la dimensión social de los determinantes de salud de la población, que es una categoría integradora esencialmente intersectorial y de participación social. Es importante no reducir la promoción de salud en acciones dirigidas a lograr cambios en los estilos de vida individual; es de interés que los individuos asuman estilos de vida sanos, pero eso solo se logra cambiando las condiciones de vida de los grupos humanos. El fomento de la salud consistente hacia la calidad de vida y consecuentemente de la salud, conlleva a mejorar el bienestar del individuo y comunidades, a reducir riesgos y tratar enfermedades. Para esto se hace necesario identificar el estado de salud de las poblaciones y los factores que lo condicionan y determinan, para poder intervenir sobre estos y obtener incrementos de sus niveles de satisfacción.

1.14 Factores Económicos.

El alza del costo y la escasez de víveres han hecho sentir su impacto en las comunidades y los hábitos de numerosas familias a nivel mundial. La

diferencia entre pobres y ricos se ha acentuado aún más, ya que para los primeros las limitaciones para adquirir comidas diferentes y de origen animal son cada día mayor. Es también importante mencionar que muchas amas de casa seleccionan los alimentos en el mercado basándose únicamente en el precio y en las preferencias culturales y familiares, sin tomar en cuenta el valor nutritivo de los mismos (Behar e Icaza, 1972; Burgess y Dean, 1963; Flores et al., 1973; Hurtado, 1990).

1.15 Factores Sociales.

Una de las características fundamentales de los hábitos alimentarios es su estabilidad, es decir, su resistencia al cambio. La mayoría de los hábitos alimentarios del adulto son costumbres que se han formado muchos años antes, motivo por el que son difíciles de cambiar. Está demostrado que, aunque se produzcan cambios en las actitudes e intenciones no por ello se cambian. La resistencia es más fuerte en las sociedades opulentas de Occidente, en las que se exalta la autonomía y la libertad individual. Los conceptos de independencia y autonomía personal inexorablemente están unidos al de actividades de la vida diaria.

Pero los hábitos alimentarios no son inmutables ya que son también esquemas de comportamiento modificables, abiertos al cambio a través de todas las potencialidades que ofrece la vida cotidiana. El contexto social es determinante en la medida que puede desencadenar una evolución notable en los hábitos alimentarios de los ciudadanos (Delormier et alii 2009: 218; Sebastián 2009: 285)

El individuo pertenece a diversos grupos sociales, por lo cual no puede prescindirse del efecto que tenga la conducta colectiva sobre sus creencias y hábitos alimenticios. En los grupos sociales a que se está adscrito (iglesia, colegio, trabajo, club, sindicato y otros) a menudo se sirven comidas y los menús tienden a reflejar los gustos del grupo. El prestigio social es también uno de los factores sociales que determinan las creencias y hábitos alimentarios, pues existen algunos alimentos que gozan de significado social (Behar e Icaza, 1972; Burgess y Dean, 1963).

1.16 Factores Geográficos.

Las sociedades viven casi completamente de los alimentos que producen y la naturaleza de sus dietas está determinada por la calidad de la tierra, el clima, el suministro de agua, la capacidad de producción en materia de agricultura, la caza, la pesca y la ubicación geográfica. Esto se debe a que en las montañas o en el mar, cerca de los ríos y lagos, en el trópico o en zonas templadas, la tierra y el agua les ofrecen diferentes alimentos (Behar e Icaza, 1972; Burgess y Dean, 1963; Flores et al., 1973).

1.17 Factores Religiosos.

La alimentación se ve condicionada por muchas creencias religiosas. Las restricciones impuestas por la religión influyen en los hábitos alimentarios de muchos pueblos. Por ejemplo, la mayoría de hindúes no come carne de res y algunos de ellos jamás prueban alimento alguno de origen animal, excepto la leche y productos lácteos, pues su religión les prohíbe quitar la vida a un animal. Así también, la religión católica limita el consumo de carnes rojas durante el tiempo de cuaresma. Los protestantes no ingieren bebidas alcohólicas de ninguna clase. Los mormones no consumen café ni bebidas alcohólicas o con cola. A través de los siglos algunas de estas limitaciones de carácter religioso han ido privando a algunos pueblos de ciertos alimentos dando lugar a diferencias nutricionales generalizadas. Por otra parte, en muchos países las festividades religiosas contribuyen de modo importante a compensar la pobreza de la alimentación, pues para estas ocasiones se acostumbra el realizar comidas especiales (Behar e Icaza, 1972; Flores et al., 1973).

1.18 Factores Educativos.

El nivel educativo ha influenciado el patrón alimentario el cual se ha observado que varía según el grado de escolaridad de las personas y familias. Así lo muestran algunos estudios realizados sobre el tema, en diferentes partes del mundo. No han sido únicamente los patrones alimentarios que cambian según la escolaridad, sino que también el horario de las comidas, los métodos

de preparación, almacenamiento y otros de alguna u otra manera han variado (Flores et al., 1973).

1.19 Factores Psicológicos.

Las creencias y hábitos alimentarios son parte importante de la conducta humana. Por ello es que durante los últimos años se le ha dado un mayor énfasis a la alimentación y nutrición desde el punto de vista psicológico-social. La alimentación no se reduce exclusivamente al campo puramente fisiológico sino también comprende el campo psicológico social (Behar e Icaza, 1972; Burgess y Dean, 1963; Hurtado, 1990).

Suponiendo que el individuo haya sido motivado a través de diferentes medios para cambiar su conducta en cuanto a sus creencias y hábitos alimentarios, éstos quedarán afectados por el conocimiento adquirido. En este caso el individuo necesita información para elegir los tipos y las cantidades apropiadas de alimento. Así pues, aunque saber algo de nutrición es indispensable para realizar el cambio deseado, la información es inútil si el individuo no ha aceptado la necesidad de cambiar y no está motivado para hacerlo.

De esto se deduce que los factores psicológicos son muy importantes en cualquier modificación que pretenda hacerse de las creencias y hábitos alimentarios, ya que son tantos los factores que intervienen en la adquisición de ellos, que resultaría difícil el poder cambiarlos; aunque éstos no necesariamente son estadísticos ya que cambian según evolucionan los pueblos (Behar e Icaza, 1972; Burgess y Deán, 1963; Hurtado, 1990).

1.2 Función de los diferentes actores frente a la Reforma de los Bares Escolares.

1.2.1 Rol del Ministerio De Educación.

Ley Orgánica de Educación (2010 ¶ 1), Constitución Política del Estado, referente a los derechos del Buen Vivir, sección primera, Art. 13 dice: "las personas y colectividades tienen derecho al acceso seguro y permanente a alimentos sanos, suficientes y nutritivos; preferentemente producidos a nivel

local y en correspondencia con sus diversas identidades y tradiciones culturales".

Ley Orgánica de Educación (2010 ¶ 2), El Plan Nacional del Buen Vivir, objetivo 2, expresa que es responsabilidad del Estado "Mejorar las capacidades y potencialidades de la población" y, específicamente en el objetivo 2.1 Asegurar una alimentación sana, nutritiva, natural y con productos del medio para disminuir drásticamente las deficiencias nutricionales"

Los organizadores manifiestan que, con las acciones de la Nueva Reforma, se pretende aumentar la oferta y disponibilidad de alimentos saludables dentro de los establecimientos educativos y así aumentar el consumo de productos con seguridad higiénica y cantidad de nutrientes que el escolar requiere, lo que contribuirá a mejorar la efectividad de las acciones de prevención y control de la obesidad infantil dentro de los planteles educativos.

Ley Orgánica de Educación (2010 ¶ 4), El Estado incentivará el consumo de alimentos nutritivos preferentemente de origen agroecológico y orgánico, mediante el apoyo a su comercialización, la realización de programas de promoción y educación nutricional para el consumo sano, la identificación y el etiquetado de los contenidos nutricionales de los alimentos; y la coordinación de las políticas públicas".

Ley Orgánica de Educación (2010 ¶ 5), Los Ministerios de Salud y Educación desde el ámbito de sus competencias consideran la obligatoriedad y necesidad impostergable de plantear, un marco regulatorio especial dirigido a la comunidad educativa y administradores de los bares estudiantiles, que fomente y contribuya a garantizar una conducta alimentaria saludable, previniendo el apareamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles de origen alimentario nutricional y de enfermedades transmitidas por alimentos.

Es responsabilidad de los Ministerios de Salud Pública y Educación, controlar que se brinden servicios de calidad con calidez a niñas, niños y adolescentes que están dentro del sistema educativo nacional.

Art. 5. Funciones: Son funciones del Comité Nacional:

- Elaborar el Plan Nacional de alimentación, nutrición y control epidemiológico y sanitario de bares escolares de los establecimientos educativos.
- Mantener una base de datos nacional actualizada, sobre la situación de bares escolares.
- Establecer los lineamientos generales para el levantamiento provincial de un diagnóstico situacional de bares escolares.
- Socializar políticas, acuerdos y reglamentos a las direcciones provinciales a nivel nacional.
- Realizar el monitoreo, seguimiento y evaluación de los planes provinciales.
- Mantener una agenda permanente de coordinación interinstitucional.

1.2.2 Rol de la Institución Educativa.

Art. 8. El Comité Local del Establecimiento Educativo, estará integrado por:

- Rector/a, Director/a de la institución educativa, quien lo presidirá:
- Un profesional de la salud representante del Departamento de Bienestar Estudiantil, y en los establecimientos que no existiere este departamento, participará un delegado de área de salud (o distrito cuando se creare) en el que esté ubicado el establecimiento educativo.
- Médico escolar, donde existiere.
- Presidente del Comité Central de Padres de Familia, o su delegado.
- Representante del gobierno estudiantil.
- El Comité Institucional, se reunirá con carácter obligatorio, de manera ordinaria dos veces en el año escolar, al inicio y final; y extraordinariamente cuando se requiera.

Art. 9. Funciones. Son funciones del Comité Local del Establecimiento Educativo:

- Establecer un cronograma de coordinación institucional para ejecutar acciones relacionadas a la salud y nutrición.

- Aplicar el plan local de alimentación, nutrición y control de bares escolares.
- Proporcionar la información necesaria al Comité Provincial sobre la situación del bar escolar de su establecimiento.
- Monitorear en su establecimiento, el cumplimiento de la aplicación de contenidos curriculares sobre alimentación y nutrición saludable.
- Coordinar con las unidades del MSP para realizar capacitaciones a los miembros de la institución y administradores de bares, en temas relacionados con alimentación y nutrición.
- Llevar a cabo acciones de seguimiento y control del plan en coordinación interinstitucional.
- Informar trimestralmente a los directores provinciales de educación y salud, y a las autoridades locales respectivas de los avances en la ejecución del plan.
- Vigilar el cumplimiento de las actividades regulares para eliminación y control de fauna nociva en los bares escolares de su institución.
- Vigilar el cumplimiento de las normas higiénicas y sanitarias en la manipulación, elaboración y expendio de los alimentos en los bares escolares de su institución.
- Velar por el fiel cumplimiento de este Reglamento
- El rector/a o director/a del establecimiento educativo reportará al personal de salud del área (o distrito) o médico escolar los posibles casos de enfermedades transmitidas por alimentos (ETA).

1.2.3 Rol de los Administradores de los Bares Escolares.

Art.31. Los procedimientos de contratación de servicios para la administración de los bares escolares a seguirse por parte de los establecimientos educativos oficiales (públicos, fisco misionales y privados), se aplicarán de conformidad con lo establecido en la Ley Orgánica del Sistema Nacional de Contratación Pública y su Reglamento General de aplicación.

Art.35. El contrato para la administración de bares escolares durará dos años lectivos, pudiendo renovarse si las partes lo estiman conveniente.

Art.40. El proveedor adjudicado para la administración de los bares escolares deberá presentar los siguientes documentos, en copias debidamente certificadas:

- Registro Único de Proveedores;
- Permiso de funcionamiento otorgado por la Dirección Provincial de Salud correspondiente;
- Certificado ocupacional de salud otorgado por la Dirección Provincial de Salud correspondiente a su jurisdicción, para el administrador y el personal que va a laborar en cada bar;
- Permiso otorgado por el Cuerpo de Bomberos;
- Certificado de capacitación en manipulación de alimentos, alimentación y nutrición, otorgado por el MSP a través de la Dirección Provincial de Salud correspondiente.

Art.41. El administrador del bar deberá presentar trimestralmente el listado de alimentos y preparaciones, a la Comisión Local del establecimiento, el listado debe ser detallado y con los precios individualizados, por lo menos con una semana de anticipación al trimestre para el que se oferta.

1.2.4 Rol de Docentes de las Instituciones Educativas.

Art. 9. -10: Organizar diversas acciones educativas y pedagógicas de formación a los estudiantes, en coordinación con los padres de familia y gobiernos estudiantiles, tales como:

- Carteleras informativas (en cada curso o grado).
- Redacciones y ensayos sobre la temática de alimentación y nutrición.
- Crear o fortalecer los clubes de periodismo, para tratar las temáticas de salud, alimentación y nutrición.
- Ejecutar procesos de reflexión sobre la problemática en minutos cívicos, horas de asociación de clase y clases regulares.
- Desarrollar la creatividad de los estudiantes, para aportar en temas de educación saludable y nutrición, a través de acciones como el teatro, danza, canto, poesía, socio drama, psicodrama, dibujos, entre otros.

- Aplicar diversas técnicas de aprendizaje sobre las temáticas de salud, alimentación, nutrición y medio ambiente que propicien el acceso al conocimiento de estos temas.
- Ferias, casas abiertas, concursos: afiches, slogans, poesía, oratoria, pintura, dibujo, redacción, mesas redondas, ensayos, entre otras.
- Otras acciones de carácter educativo y formativo.

1.2.5 Rol de los Padres De Familia

La formación de hábitos alimentarios saludables debe comenzar desde los primeros años porque los hábitos instalados tempranamente tienden a perdurar a lo largo de la vida. El rol de los padres en el desarrollo de hábitos saludables es fundamental ya que no sólo enseñan con el ejemplo, sino que los padres también son quienes pueden orientar qué y cómo comen los niños.

Muchas investigaciones demuestran la importancia del papel que los padres podrían cumplir al transmitir a sus hijos sus hábitos alimentarios. Estudios recientes demuestran que en niños preescolares existe esta tendencia. De hecho, numerosas niñas con problemas de peso tienen madres con exceso de peso. Parece evidente que las obsesiones con la comida y dietas se transmiten de una generación a otra sobre todo en entre madres e hijas.

Muchos de estos hábitos se transmiten de una manera inconsciente mediante comentarios acerca de algún alimento que no nos gusta porque engorda, o por el hecho de seguir una dieta poco fundamentada. Los comentarios negativos que a priori parecen inofensivos acerca de nuestro aspecto corporal también son absorbidos por nuestros hijos pasivamente y a lo largo del tiempo.

Los niños aprenden lo que ven e intentan imitar los comportamientos de los adultos y amigos que les rodean. Si la familia y la escuela cuida que estos hábitos sean los adecuados se puede conseguir que los niños también los adquieran. Si se busca que los niños mejoren sus hábitos de alimentación y de vida, todos deben cambiar con ellos: padres, hermanos, amigos, etc. Los

consejos sin implicación no funcionan. El niño escucha, pero sobre todo observa y esto influye mucho más en sus hábitos alimentarios.

En ocasiones las patologías cardiovasculares, obesidad, hipertensión, etc. afectan a varios miembros de la unidad familiar y se plantea como imposible luchar contra una tendencia que parece totalmente genética. Sin embargo, muchos de los anteriores trastornos y/o patologías, aunque tienen una base genética, también están condicionados por influencias ambientales, que se aprenden en el entorno familiar. El modo de alimentarse, las pautas de actividad y diversos aspectos del estilo de vida, suelen ser comunes para todos los miembros de la familia y pueden contribuir a la aparición del exceso de peso y de diversas patologías.

Por este motivo es muy importante que la educación alimentaria de los niños se realice dentro del propio hogar, siendo los padres el espejo en el que los niños se van a mirar, y el modelo que van a imitar a la hora de adquirir una serie de hábitos alimenticios que les acompañará a lo largo de su vida.

1.2.6 Rol de los Estudiantes

La principal función que radica en los estudiantes, es exigir su derecho a una alimentación saludable dentro de las instituciones educativas. Es decir, el derecho a la alimentación es un derecho incluyente. No es simplemente un derecho a una ración mínima de calorías, proteínas y otros elementos nutritivos concretos. Es un derecho a todos los elementos nutritivos que una persona necesita para vivir una vida sana y activa, y a los medios para tener acceso a ellos.

1.21 Hipótesis

La falta de educación y vigilancia nutricional en los bares escolares influyen en la alimentación saludable en los escolares.

CAPITULO II

MATERIALES Y METODOS DEL DIAGNOSTICO SITUACIONAL ALIMENTARIO EN SALUD ESCOLAR

2.1 Ubicación Geográfica

El presente estudio fue realizado en la Unidad Educativa Fiscal Juan Montalvo ubicada en la ULEAM Avda. Universitaria 4 – Calle Universitaria 5 y la Unidad Educativa Particular San José localizado en la Calle 108 Avda. 108 de la ciudad de Manta.

2.1 Métodos de la Investigación

El presente estudio es deductivo con un modelo y enfoque lógico-inductivo, a través de metodologías participativas e identificando los indicadores demográfico y estilos de vida relacionados con el incumplimiento de las normas vigentes de bares escolares. Permitiendo así determinar la percepción, el conocimiento u opinión de los administradores de bares, estudiantes, docentes, administrativos y padres de familia.

2.2 Tipo de Investigación

El tipo de investigación es observacional, su nivel de investigación es Descriptivo y de tipo Analítico, ya que las unidades de análisis se encuentran delimitas por 3 instituciones educativas de diferentes estratos sociales, permitiendo conocer las diferentes realidades de los diversos grupos.

Es de tipo Transversal, ya que se va a realizar en un periodo de tiempo determinado para poder establecer los factores que inciden más en el cumplimiento de dicha Reforma en las distintas instituciones educativas.

2.3 Universo y Muestra

UNIVERSO:

El universo fue constituido por la población estudiantil, padres/madres de familia, autoridades, docentes y administradores de bares escolares de la Unidad Educativa Juan Montalvo (Nivel Básico Superior y Bachillerato

respectivamente) y la Unidad Educativa Particular San José de la ciudad de Manta, en el periodo mayo – junio 2018.

MUESTRA

1. Unidad Educativa Fiscal Juan Montalvo Nivel Básico Superior

Estudiantes: 100 - Padres de Familia: 10 - Docentes: 20

Administradores de Bares Escolares: 1

2. Unidad Educativa Fiscal Juan Montalvo Nivel Bachillerato

Estudiantes: 100 - Padres de Familia: 10 - Docentes: 20

Administradores de Bares Escolares: 1

3. UEP San José

Estudiantes: 100 - Padres de Familia: 20 - Docentes: 40

Administradores de Bares Escolares: 2

a) Factores de Inclusión

- Ser el/la rector(a) de la Institución Educativa
- Ser estudiante de la Institución Educativa
- Ser docente de la Institución Educativa
- Ser padre/madre de familia del estudiante perteneciente a la Institución Educativa
- Ser administrador del bar escolar de la Institución Educativa

Tamaño de la muestra

Para determinar el tamaño de los estudiantes, se aplicará la siguiente fórmula estadística:

$$n = \frac{N}{1 + \frac{e^2 (N - 1)}{z^2 pq}}$$

Dónde:

n= tamaño de la muestra que deseamos conocer, N= tamaño conocido de la población z= nivel de confianza (95% o 1,96) e= porcentaje de error (5%) pq= porcentaje de varianzas (0.5%)

Entonces:

$$n = \frac{1288}{1 + \frac{(.05)^2 (2477 - 1)}{(1.96)^2 (.25)}}$$

$$n = 100$$

Estudiantes en cada institución respectivamente

Diseño de la Muestra

El diseño para la selección de muestra será de tipo mixto, ya que será por conglomerados con una asignación proporcional de los participantes de una manera aleatoria, para esto se tomará estudiantes indistintamente que pertenezcan a diversos cursos o paralelos que abarque toda la institución educativa. Los padres de familia serán por muestreo no probabilístico, ya que serán aquellos pertenecientes al Comité Central de Padres de Familia sugerido por cada institución. Los docentes serán todos los pertenecientes a la institución educativa.

2.4 Plan de Análisis de los resultados

El plan de análisis de la información, se lo realizó mediante análisis, comparativo de la principal variable: estrato económico, evaluarla conjuntamente con al efecto de las otras variables, entre las que se encuentran: el bar escolar, la oferta de alimentos, frecuencia de ventas, régimen de ganancia, rentabilidad del negocio, conocimientos sobre nutrición en docentes, estudiantes, características de infraestructura, actitudes de estudiantes (aceptan o rechazan el cambio de alimentos), docentes, administradores de bares, prácticas alimentarias en estudiantes, horario laboral

de los padres y prácticas de higiene en los administradores de los bares. Para los resultados obtenidos de las entrevistas aplicadas serán de acuerdo a percepciones cualitativas de los actores de las instituciones educativas. Para conocer el efecto que existe entre ellas y cómo actúan sobre el mismo desenlace que son los bares escolares.

2.5 Fuente, Técnicas e Instrumentos.

a) Fuentes

Primarias: Se utilizó recolección de información mediante datos obtenidos de todos los involucrados: rector, docentes, estudiantes, padres de familia y administradores de bares de las diferentes instituciones.

Secundarias: Se utilizó la revisión de material bibliográfico como: libros, artículos científicos, ley de educación 2010.

b) Técnica e Instrumentos:

Para determinar las áreas en los cuales trabaja la nueva reforma se utilizó revisión documental, observación como técnicas para la verificación en el cumplimiento de las normas de higiene tanto del personal, de alimentos y del establecimiento, mediante el instrumento check list que se aplicará por observación directa. Este instrumento estará basado en los requisitos que el gobierno exige cumplir en el actual acuerdo.

Establecer los criterios emitidos por las autoridades, docentes y padres de familia frente a la implementación de la nueva reforma a los bares escolares, se utilizó como técnica cualitativa la entrevista, mediante la aplicación del instrumento guía de la entrevista.

Identificar las actividades que realizaron las autoridades, docentes y padres de familia de las instituciones educativas, frente a lo que exige la nueva reforma para los bares saludables, se utilizó como técnica cuantitativa una encuesta, mediante la aplicación del instrumento de un cuestionario. Este instrumento estará basado en los requisitos que el gobierno exige cumplir en el actual acuerdo.

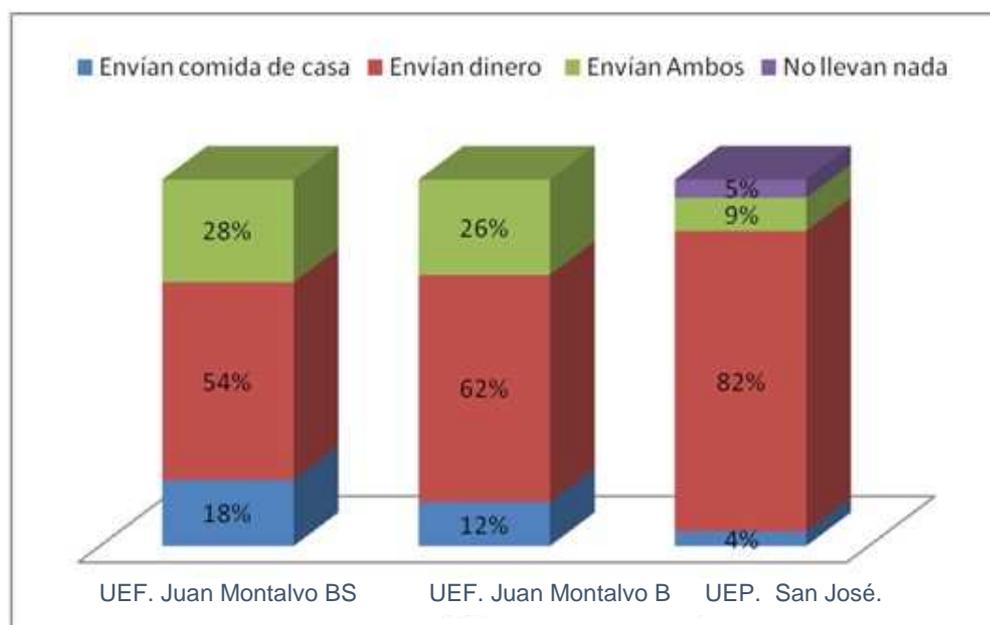
Para distinguir las principales conductas adoptadas por los estudiantes frente a la nueva reforma, se utilizó como técnica cuantitativa una encuesta, mediante la aplicación del instrumento de un cuestionario.

2.6 Resultados y Discusión.

2.6.1 Análisis de resultados obtenidos por parte de los estudiantes en las Instituciones Educativas.

Gráfico N. 1

TIPO DE REFRIGERIO DE ESTUDIANTES DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS SEGÚN PADRES DE FAMILIA. MAYO – JUNIO 2018



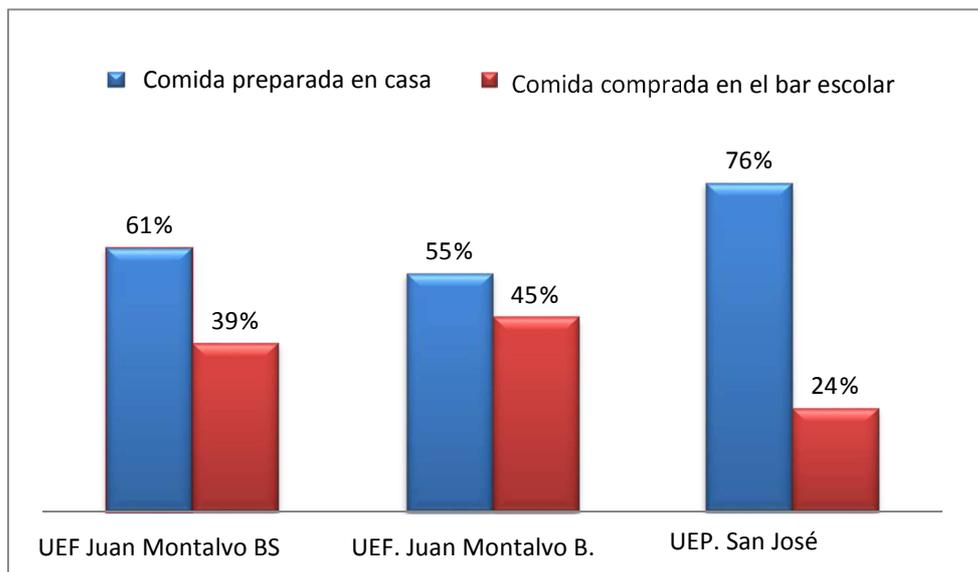
Fuente: Encuesta.

Elaborado por: Ximena Bermúdez

La grafitable demuestra que el 82% de los padres de la Unidad Educativa Particular San José, refieren que el tipo de refrigerio lo adquieren con el dinero que dan a sus hijos, el estudio demuestra preferencias en el consumo de alimentos de alto contenido calórico. Siguiendo en su orden la escuela Juan Montalvo con un 62% y el 54% comportamiento similar el colegio Juan Montalvo.

Gráfico N. 2

PREFERENCIA DE CONSUMO DE ALIMENTOS EN LOS ESTUDIANTES DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS. MAYO-JUNIO 2018



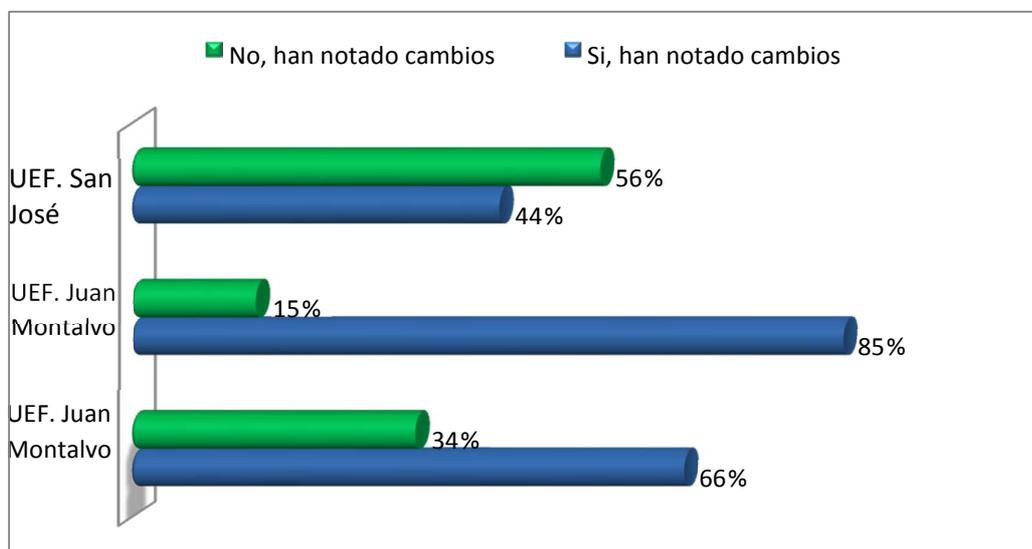
Fuente: Encuesta.

Elaborado por: Ximena Bermúdez

El gráfico 2 demuestra que la mayoría de la población encuestada en las tres Instituciones hace referencia a preferir los alimentos caseros, siendo la Unidad Particular San José la que presenta mayor porcentaje en esta opción, comprobando que son los bares escolares donde se puede acceder a los alimentos chatarra. Por otra parte, existe un 45% de la población correspondiente a la Unidad Educativa Juan Montalvo que elige la comida procesada en el bar, ya que, la costumbre de consumir comida sana está muy influenciada desde el hogar por los estilos de vida saludables..

Gráfico N. 3

PERCEPCIÓN DEL CAMBIO DE ALIMENTOS QUE VENDEN EN EL BAR ESCOLAR SEGÚN LOS ESTUDIANTES. MAYO – JUNIO 2018



Fuente: Encuesta.

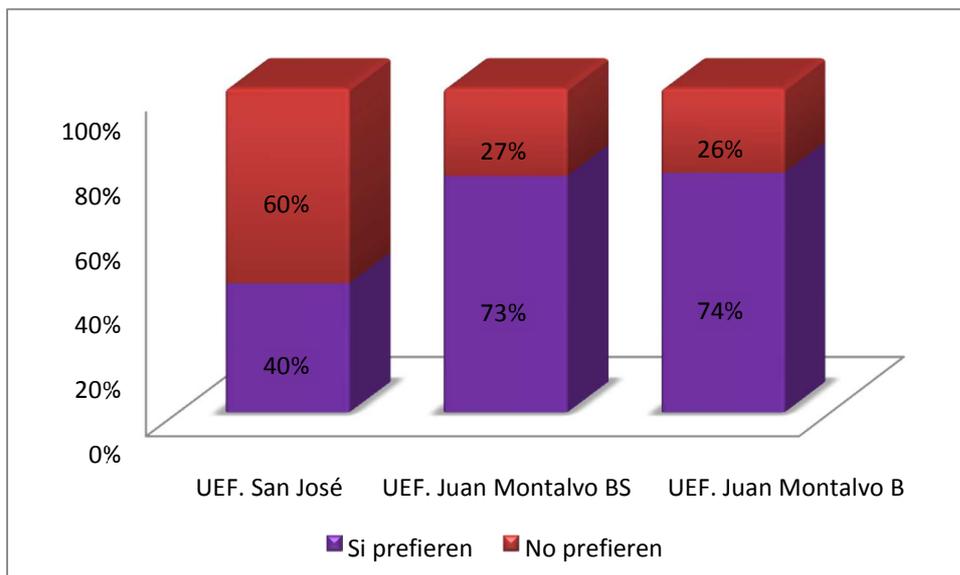
Elaborado por: Ximena Bermúdez

En esta gráfica se demuestra que el 56% de los estudiantes no consideran que hayan cambiado las opciones que oferta el bar, pero al realizar una visita al establecimiento se observó el cambio de alimentos, esto se debe a que los estudiantes no acceden de manera periódica al bar, prefiriendo llevar o consumir alimentos desde sus hogares.

Mientras tanto en la unidad educativa Juan Montalvo un 86% de sus educandos consideran que si existe un notorio cambio en la nueva oferta de alimentos que expende el bar.

Gráfico N. 4

PREFERENCIA DE REFRIGERIOS EN BARES ESCOLARES POR ESTUDIANTES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS MAYO - JUNIO 2018.



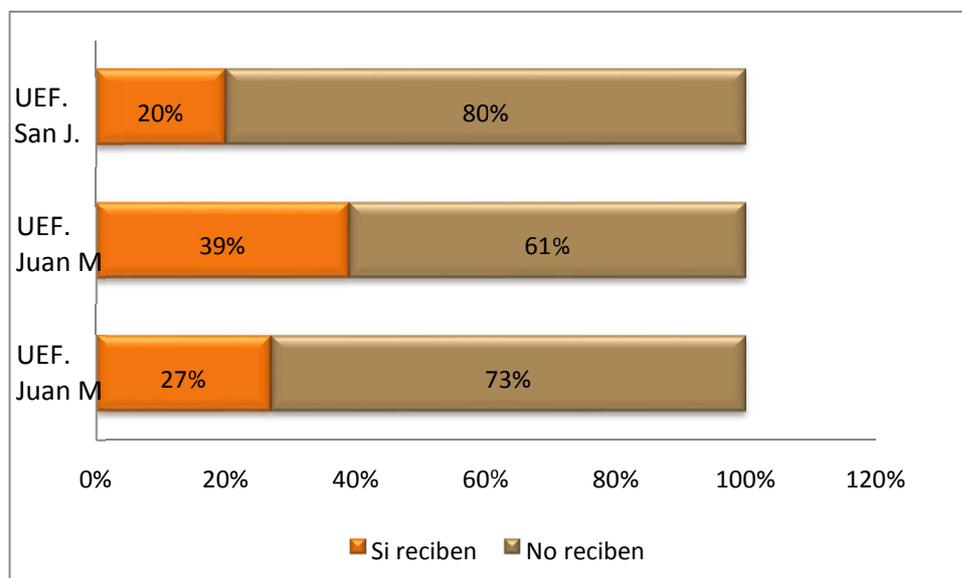
Fuente: Encuesta.

Elaborado por: Ximena Bermúdez

En la Unidad Educativa Fiscal Juan Montalvo el 73% si prefieren consumir estos alimentos ofertados, ya que en ambos bares existe una gran diversidad de productos y de la mano están precios acordes y accesibles para los estudiantes, principalmente en la Unidad Particular San José con un 60%, de acuerdo a una visita al bar de la institución y por opiniones propiamente de los estudiantes, manifiestan no tener variedad de productos, precios exagerados, mala atención.

Gráfico N. 5

**PORCENTAJE DE ESTUDIANTES QUE CONSIDERAN RECIBIR
CONSEJERÍA ALIMENTARIA POR PARTE DE LOS MAESTROS MAYO –
JUNIO 2018.**



Fuente:

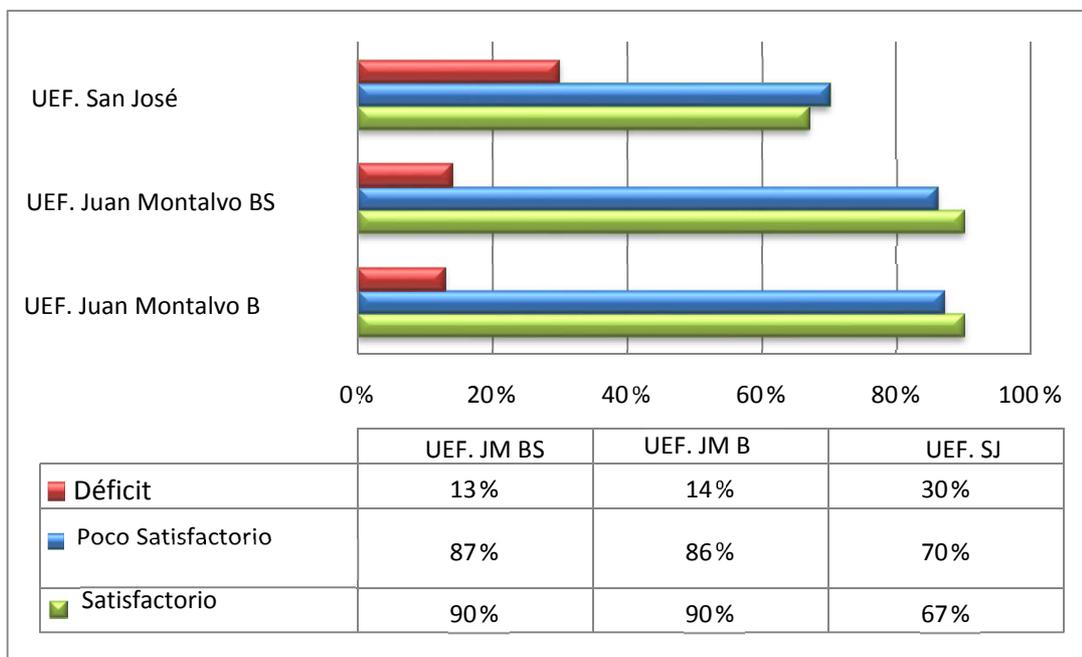
Encuesta.

Elaborado por: Ximena Bermúdez

En la gráfica número 5 se puede observar un promedio alarmante del 80% de alumnos de la Unidad Educativa Particular San José que consideran no recibir una oportuna educación alimentaria, esto se debe a varios factores como son; el débil conocimiento y aplicación de educación en salud para el fomento del autocuidado de su cuerpo, y por no tener establecido en el esquema escolar una materia o tópicos relacionados a la nutrición.

Gráfico N. 6

CONOCIMIENTO EN ALIMENTACIÓN SALUDABLE SEGÚN PERCEPCIONES DE LOS ESTUDIANTES DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS. MAYO – JUNIO 2018



Fuente: Encuesta.

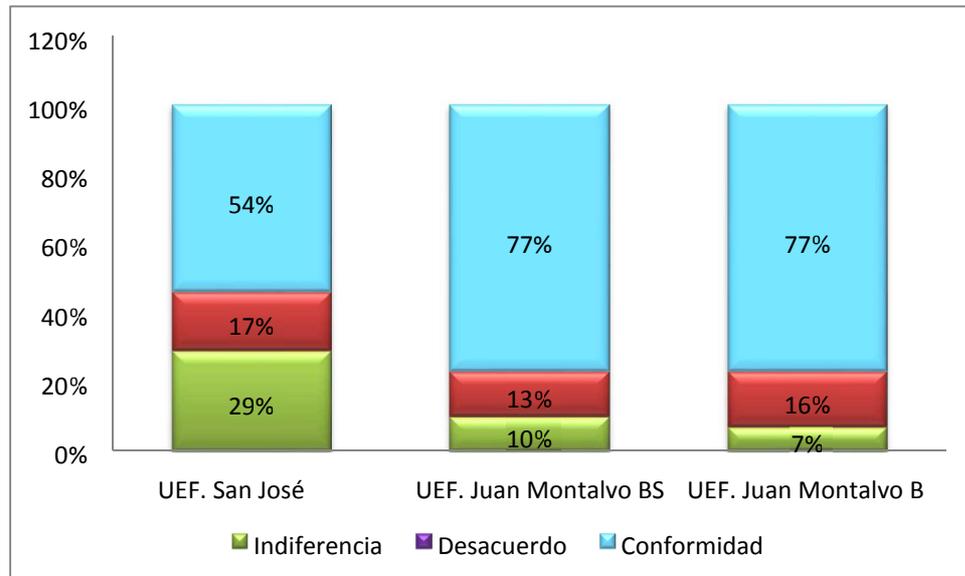
Elaborado por: Ximena Bermúdez

En la investigación se logró obtener un satisfactorio resultado en ambas instituciones educativas con el 90% en cuanto al conocimiento de los estudiantes sobre alimentación saludable, en relación al grado de conocimiento poco satisfactorio 86 y 87 % se demuestra similares comportamientos en la escuela y colegio Juan Montalvo a diferencia del San José que tiene 70% siendo los que tienen mayor riesgo de enfermar por mal nutrición y practica de estilos de vida saludables.

2.6.2 Análisis de resultados obtenidos por parte de los docentes en las Instituciones Educativas.

Gráfico N. 7

PERCEPCIÓN DE LOS PROFESORES ANTE LA APLICACIÓN DE LA NUEVA REFORMA EN LOS BARES ESCOLARES. MAYO – JUNIO 2018



Fuente:

e: Encuesta.

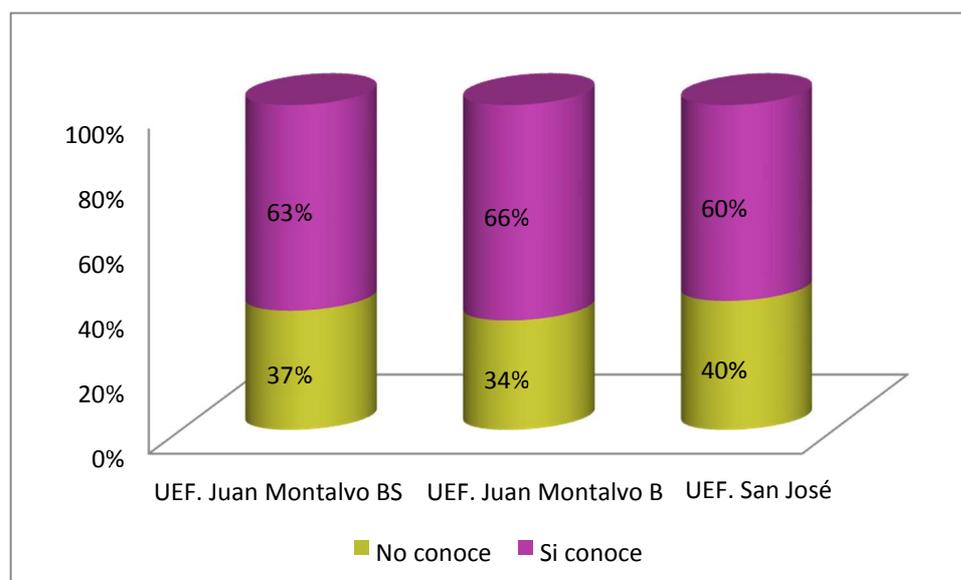
Elaborado por: Ximena Bermúdez

Haciendo un análisis general de los porcentajes de las dos instituciones Juan Montalvo BS y Juan Montalvo B, se demuestra con un 77% la actitud de conformidad que tienen los profesores ante el cambio de alimentos saludables en los bares escolares de acuerdo a estándares y normas. el 29% son indiferentes y 17 % se muestran desacuerdo lo cual repercute en el cumplimiento y corresponsabilidad de toda la comunidad educativa, estar al tanto de los cambios que están vigentes sobre la alimentación dentro de los bares escolares.

2.6.3 Análisis de resultados obtenidos por parte de los padres de familia de los estudiantes en las Instituciones Educativas.

Gráfico N. 8

GRADO DE CONOCIMIENTO SOBRE ALIMENTACION DE SUS HIJOS EN EL REFRIGERIO EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS. MANTA, PERÍODO MAYO – JUNIO 2018



Fuente: Encuesta.

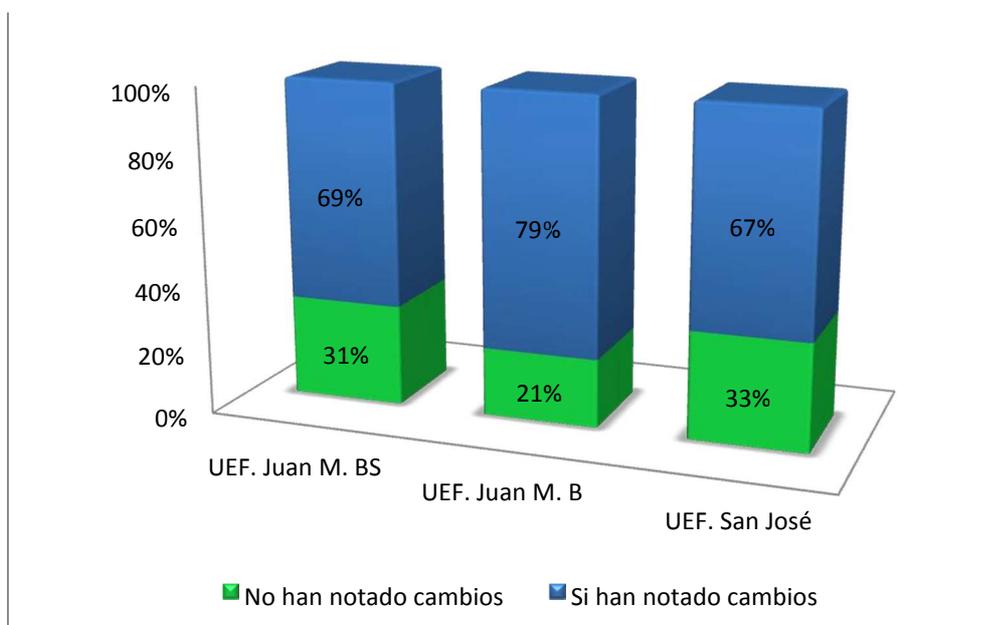
Elaborado por: Ximena Bermúdez

El 66% de los padres de familia conoce sobre los alimentos que ingieren sus hijos. Entre los principales alimentos que los padres identifican acerca de la alimentación de sus hijos e hijas están: los combos de arroz, jugos y snack. Siendo el combo de arroz el principal alimento que gusta a sus hijos por las diferentes combinaciones que ofertan con este ingrediente; Sin embargo, el 34% de padres manifiestan no saber que consumen sus hijos por no considerar importante hablar del tema

Po otro lado, en la Unidad Educativa Particular San José el 60% de padres conocen lo que sus hijos consumen y el 40% lo desconocen.

Gráfico N. 9

PERCEPCIÓN DE LOS CAMBIOS EN LOS ALIMENTOS QUE EXPENDEN EN EL BAR ESCOLAR SEGÚN LOS PADRES DE FAMILIA DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS. MANTA, PERÍODO MAYO - JUNIO 2018.



Fuente: Encuesta.

Elaborado por: Ximena Bermúdez

En la presente gráfitable, se puede observar que en las Instituciones los padres si han notado cambios en su mayoría en relación a los alimentos que expenden los bares escolares, pero en la Unidad Educativa Juan Montalvo es importante resaltar que existe un promedio mayor del 79% de padres de familia encuestados, que si conocen acerca de los nuevos cambios en la reforma a los bares escolares y ellos están de acuerdo en que se realicen estos cambios, ya que manifestaron que, si ellos dejan de enviar comida de casa, sus hijos estarán accediendo a productos sanos y caseros; que van a garantizar un aporte nutritivo para su desarrollo tanto físico como cognitivo.

De igual modo un promedio minoritario del 21% de padres desconoce que exista un cambio en la venta de los bares escolares, revelando que sus hijos o maestros de la institución no les han hecho llegar algún comunicado del mismo o la falta de socialización en medios de comunicación.

2.6.3 Análisis de resultados obtenidos en las entrevistas por parte de los rectores de las Instituciones Educativas.

Tabla 5. Entrevista a las Autoridades de las Instituciones Educativas

INDICADOR	RECTOR/A DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS		
	UEF. Juan Montalvo BS	UEF. Juan Montalvo B.	UEF. San José
¿Qué opina usted sobre la Nueva Reforma de los barens escolares a nivel institucional?	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
¿Ha tomado usted las medidas adecuadas para evaluar el cumplimiento de los barens escolares?	Totalmente cumplido	Totalmente cumplido	Medianamente cumplido
¿El bar escolar forma parte de la institución o es un negocio aparte?	Negocio aparte	Negocio aparte	Negocio aparte
¿Cuenta la institución con los recursos económicos para modificar los barens escolares de acuerdo a las reformas que obliga la nueva ley?	Si	Si	No

¿Antes de dar información nutricional a los estudiantes, cumplen con mandar la información a los comités encargados de los Bares Escolares?	Si	Si	Si
--	----	----	----

Fuente: Entrevista.

Elaborado por: Ximena Bermúdez

Los rectores de las instituciones educativas: Juan Montalvo Nivel Básico Superior – Bachillerato y Unidad Educativa Particular San José; involucrados en la investigación consideran positivo y están de acuerdo con la aplicación de la nueva reforma a los bares escolares, ya que al ser una ley política se debe aplicar con sus regulaciones de forma clara y lógicas, y de acuerdo a los contratos seleccionados, se controla el menú, precios, higiene y limpieza en todo lo que abarca el bar. Y conjuntamente con el departamento médico, bienestar estudiantil y un comité de padres de familia, realizan visitas y seguimientos a los bares para que las cláusulas de los contratos se cumplan y ofrezcan un servicio acorde y garantice buenos productos de consumo.

Todos los bares que se encuentran dentro de las instituciones educativas corresponden a negocios tercerizados, pagan arriendos y son escogidos por concurso de acuerdo a quien tenga la mejor oferta. En la Unidad Educativa Particular San José cuentan con los recursos económicos para cambiar tanto la infraestructura como los requerimientos que exige la ley a los bares, pudiéndose observar establecimientos aptos para la elaboración de alimentos y expendio de los mismos. No es el caso de la Unidad Educativa Fiscal Juan Montalvo, en la cual la autoridad manifestó que no cuentan con los recursos económicos para poder accionar dichos cambios, ya que es un

establecimiento fiscal y sus prioridades abarca a la mejora de infraestructura como aulas, otros.

2.6.4 Análisis de resultados obtenidos en la entrevista por parte de los administradores de los bares escolares de las Instituciones Educativas.

Tabla 6. Entrevista a los Administradores de los Bares Escolares de las Instituciones Educativas.

INDICADOR	ADMINISTRADORES DE LOS BARES ESCOLARES		
	UEF. Juan Montalvo BS	UEF. Juan Montalvo B.	UEF. San José
¿Por qué usted maneja el bar escolar?	Negocio familiar	Negocio familiar	Negocio familiar
¿Qué opina usted de la aplicación de la Reforma a los Bares Escolares?	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
¿Considera rentable el negocio luego de los cambios en el bar escolar?	Si	Si	Si
¿Qué alimentos vende usted en el bar?	80% Caseros 20% Procesados	80% Caseros 20% Procesados	80% Caseros 20% Procesados
¿De los alimentos que usted oferta, cuales son los más vendidos?	Caseros	Caseros	Caseros/Procesados
¿Cuál es el margen de ganancia mensualmente que obtiene por la venta de	\$800	\$1200	Sin respuesta

productos en el bar escolar?			
-------------------------------------	--	--	--

Fuente: Entrevista.

Elaborado por: Ximena Bermúdez

En la Unidad Educativa Fiscal Juan Montalvo se encuentran dos bares escolares que se manejan con un administrador cada uno, en la Unidad Educativa Particular San José encontramos a una empresa de catering que ofrece este servicio con un solo administrador.

De forma general los administradores de los bares escolares manifestaron que el tener en vigencia el negocio de la comida en las instituciones, son el medio de sustento familiar y que siempre están tratando de innovar o mejorar para poder seguir en la institución, ya que es difícil encontrar o lograr obtener otro contrato, debido a la competencia que ahora generan los servicios de catering. En cuanto a la Unidad Educativa que maneja un servicio de catering este ha presentado una serie de falencias pero que paulatinamente están siendo corregidas para poder reafirmar su contrato con la institución.

Al pedir la opinión acerca de los cambios generados sobre la nueva reforma a la cual ellos deben estar regidos, su totalidad manifestó estar de acuerdo en mejorar la salud de los adolescentes por la malnutrición, ya sea en su exceso o por deficiencia cambiando la comida chatarra por alimentos más naturales y caseros.

2.6.5 Análisis de resultados obtenidos en las observaciones directas en cuanto a higiene alimentaria, higiene personal, higiene del local y cumplimiento de requisitos de los bares escolares de las Instituciones Educativas.

Siguiendo una ficha de check list se pudo observar que los bares escolares en donde se producen los alimentos y se ponen en venta, cumplen correctamente con una estimación aproximada de los mismos en un promedio

del 70%, de acuerdo a los artículos del acuerdo interministerial de bares saludables.

En la Unidad Educativa Particular San José al tener un servicio de catering, se puede deducir que cumplen satisfactoriamente normas básicas de higiene, limpieza, manipulación, conservación y venta de alimentos; tomando en cuenta que al inicio del funcionamiento del establecimiento, este era un bar que ofrecía un servicio lleno de falencias que no permitían considerarlo un servicio de calidad, sin embargo fueron cambiando paulatinamente sus normas y reglas de trabajo, permitiéndoles alcanzar mejores estándares en su servicio.

La Unidad Educativa Fiscal Juan Montalvo mantiene dos bares escolares, los mismos que son manejado con 2 personas extras al administrador, cumple las normas básicas, pero no en su totalidad de infraestructura, son organizados en cuanto al almacenamiento y conservación de sus productos, mantienen correctamente sus prácticas de higiene. Es el bar que más han perdurado en esta institución dado la buena atención y fiabilidad que ofrecen tanto a sus estudiantes y otros comensales.

En forma general los bares escolares poseen los permisos vigentes para su negocio, carnet de salud de su personal a cargo, proveedores directos de sus productos, mantiene la higiene del local en forma periódica, buscan la manera de seguir capacitándose para poder seguir al frente del bar dentro de la institución.

CAPITULO III

MARCO PROPOSITIVO

3.1 Propuesta

Plan de capacitación para la alimentación saludable y seguridad alimentaria en los escolares y adolescentes, utilizando la pirámide nutricional de la OMS. (Ver Anexo 6)

3.2 Localización de la Propuesta

Unidad Educativa Fiscal Juan Montalvo Nivel Básica Superior – Bachillerato y Unidad Educativa Particular San José de la ciudad de Manta.

3.3 Institución Ejecutora:

Facultad de Enfermería de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí.

3.4 Beneficiarios:

Estudiantes, docentes, padres/madres de familia y administradores de los bares escolares de la Unidad Educativa Juan Montalvo y la Unidad Educativa Particular San José.

3.5 Tiempo estimado para la Ejecución:

Junio – agosto 2018

3.6 Equipo Técnico Responsable:

Investigadora: Ximena Lizbeth Bermúdez Bermúdez

Tutora: Lcda. Magali Sabando. Mg

Autoridades de la Unidad Educativa Fiscal Juan Montalvo y Unidad Educativa Particular San José.

3.7 Desarrollo de la Propuesta.

El escolar en sus diferentes etapas, requiere de energía y nutrientes que deben proveer una alimentación variada; se requiere cinco comidas al día, de las cuales el refrigerio equivale al 15% de los requerimientos calóricos diarios.

Una adecuada nutrición para los escolares constituye un elemento indispensable para su crecimiento y desarrollo físico y mental, pues el tipo de nutrición y dieta alimentaria que se les otorgue será un factor determinante para su salud.

En el Ecuador, la malnutrición, se ha convertido en uno de los principales problemas de salud pública. Los niños y adolescentes sufren de diferentes problemas de salud como baja talla, desnutrición, falta de concentración mental, etc.

El interés por abordar la problemática relacionada con la importancia del expendio de alimentos en los bares escolares; es porque la alimentación constituye un elemento fundamental para el buen desarrollo somático y psicomotor, sobre todo en la etapa escolar, ya que los educandos pasan la mayoría de su tiempo en los centros educativos y los padres de familia difícilmente pueden controlar lo que sus hijos consumen.

Por lo que este plan de capacitación sobre alimentación saludable y seguridad alimentaria ayudará a los administradores de los bares escolares a brindar alimentos sanos y nutritivos; sobre todo alimentos que llamen la atención para que los consuman con agrado; y se brindará de manera didáctica una guía oportuna para que los consumidores directos, en este caso los alumnos puedan estar conscientes de cuáles son los alimentos que aporta a su salud y cuáles no. (Ver Anexo 2).

3.8 Objetivos: General y Específicos

Objetivo General

- Diseñar un plan de alimentación saludable y actividad física de acuerdo a los estándares de Salud Mundial, a los escolares y adolescentes de la “Unidad Educativa Fiscal Juan Montalvo” y “Unidad Educativa Particular San José” para reducir los riesgos de enfermedades en la población estudiantil.

Objetivos Específicos

- Mejorar la calidad de vida y aprendizaje de los estudiantes que se educan en la institución, mediante la aplicación de un plan educativo.
- Identificar los diferentes tipos de alimentos y su procedencia
- Vigilar conocimiento actitudes y prácticas sobre la frecuencia de consumo y riesgo higiénicos sanitarios en las acciones y competencia de la enfermera en salud escolar.

3.9 Análisis de Factibilidad

La presente propuesta, es factible, ya que existe en primer lugar la predisposición de los estudiantes y administradores de bares escolares para asistir a los talleres de capacitación y así mejorar el sistema de salud preventivo ante las complicaciones que podría ocasionar la mala alimentación, al igual que existe el espacio físico necesario en las Instituciones Educativas para llevar a cabo la propuesta.

CONCLUSIONES

El principal de los factores para la aplicación de las diferentes propuestas dadas por las nuevas leyes en el ámbito de los bares escolares, es la resistencia al cambio, ya que las personas involucradas como estudiantes, maestros, administradores, rectores y padres de familia, están de acuerdo en promover el cambio de alimentos chatarras a saludables, pero al no tener la suficiente claridad de lo que esto conlleva, se muestran agraviados a la misma y se presentan varios obstáculos como: la falta de socialización, pérdida en productos y dinero por la escasa adquisición, la presencia de vendedores ambulantes, el envío de comida chatarra por parte de los padres, el desconocimiento en materia de nutrición y alimentación saludable dirigido de manera oportuna hacia niños/as y adolescentes, la falta de espacio dentro de la comunidad educativa para la pertinente socialización de estos tópicos y la falta de recursos económicos, son los principales medios que no permiten una acogida favorable dentro las instituciones educativas y al no ser tratadas con sus diferentes actores, producirá una mayor intransigencia entre los mismos, aun cuando estos cambios van a favor de mejorar principalmente el ámbito en salud.

Los campos de acción a los cuales va dirigido la nueva reforma a los bares escolares, es principalmente el cambio de hábitos alimentarios en pro de disminuir las estadísticas en cuanto a la presencia de enfermedades no trasmisibles como el sobrepeso y la obesidad, de igual modo por la presencia de enfermedades por una malnutrición por deficiencia como es el caso de la anemia, en poblaciones de temprana edad como son los estudiantes de escuelas y colegios. Por otro lado, también se ve inmerso en el cambio en cuanto a la infraestructura y características en la producción, almacenamiento, higiene y venta de alimentos, para poder garantizar un producto con calidad y evitando la presencia de enfermedades de transmisión alimentaria.

De acuerdo al nuevo reglamento aplicado de manera obligatoria a todas las instituciones educativas a nivel nacional, existe un tópico en el cual se pide y se aconseja a los maestros que dentro de sus horas clase, se instruya a los

estudiantes acerca de mantener un estilo de vida saludable a base de una alimentación adecuada.

Los jóvenes estudiantes poseen distintas percepciones alrededor de los cambios generados en el bar escolar, siendo así que la mayor población de los investigados dio a conocer su descontento ante la eliminación total de la comida chatarra, ya que ellos consideran no haber sido parte del proceso para la selección de los nuevos alimentos que se están ofertando y la aplicación directa y repentina les genera un disgusto.

De acuerdo a las preguntas evaluadas de manera estadística y con referencia a las entrevistas realizadas tanto a los rectores de las instituciones, como a los administradores de los bares escolares, se puede determinar que la hipótesis se comprueba, ya que, es notoria la falta de educación nutricional para poder aplicar dichos cambios y dar una mejor información y capacitación a los involucrados, lo que no sucede en el colegio de mayor nivel socio-económico, ya que dicho establecimiento promueve campañas de alimentación saludable con toda su población estudiantil, desde el nivel básico al bachillerato, lo que facilita que se dé la importancia a los bares escolares y la aplicación de la nueva reforma, aun siendo esta de carácter obligatorio para todas las instituciones educativas.

RECOMENDACIONES

Se propone:

- La aplicación de temas relacionados con salud escolar en las mallas pedagógicas, con capacitación continua a maestros por parte de profesionales de salud, brindar capacitación a los administradores de los bares escolares en cuanto a higiene y manipulación de alimentos y a los padres de familia orientarlos sobre pautas básicas para mejorar hábitos alimenticios.
- Utilizar el recetario propuesto por el Ministerio de Salud junto al Ministerio de Educación para que los administradores de los bares escolares puedan ofertar alimentos saludables, sin pérdidas por costo y mejorar sus ventas.
- Siendo el factor económico el principal obstáculo para las escuelas con medianos y bajos recursos, se sugiere buscar el apoyo gubernamental, ya que permitirá que dichas instituciones mejoren en la aplicación de las estancias reglamentarias que exige la nueva reforma.
- Las instituciones educativas que han sido parte de la investigación cuentan con el espacio físico para la implementación de proyectos como son los huertos orgánicos, los cuales permitirán dar a conocer los procesos y cuidados que se deben tener para con los alimentos en todas sus etapas antes de ser consumidos, por lo cual proponer este plan despertará el interés y participación de los estudiantes en el ámbito alimenticio.

BIBLIOGRAFÍA

1. 4.075 bares escolares serán inspeccionados con nuevo reglamento. [En línea] Consultado: [2018/05/24]. Disponible en:
<<http://www.eluniverso.com/2010/10/29/1/1445/4075-bares-escolares-seraninspeccionados-nuevo-reglamento.html>>
2. Alimentación infantil, lo que coma hoy determinará su futuro. [En línea] Consultado: [2018/05/24]. Disponible en:
<http://www.infoalimentacion.com/documentos/alimentacion_infantil.htm>
3. Aplicación reglamento bares escolares. [En línea] Consultado: [2018/05/24]. Disponible en:
<http://edunapo.gob.ec/index.php?option=com_content&view=article&id=129:aplicacion-reglamento-bares-escolares&catid=15:educacion-para-lasalud&Itemid=3>
4. Bares escolares regidos por una nueva norma. [En línea] Consultado: [2018/05/24]. Disponible en: <<http://www.partealta.ec/noticias/se-destaca/12370-baresescolares-regidos-por-una-nueva-norma->>
5. Bares escolares sometidos a inspección higiénico-sanitaria. [En línea] Consultado: [2018/05/24]. Disponible en:
<http://www.ciudadaniainformada.com/noticiasciudadaniaecuador0/noticias-ciudadaniaecuador/browse/7/ir_a/regional/article//bares-escolares-sometidos-a-inspeccionhigienicosanitaria.html?tx_ttnews%5BcalendarYear%5D=2009&tx_ttnews%5BcalendarMonth%5D=5&tx_ttnews%5BstartingPoint%5D=42%2C197%2C265&tx_ttnews%5Brecursion%5D=250&cHash=5ab150ea7f>

6. Cambios del modo y estilo de vida; su influencia en el proceso salud-enfermedad [En línea] Consultado: [2018/05/24]. Disponible en: <http://www.bvs.sld.cu/revistas/est/vol41_3_04/est09304.htm>
7. Cambios en el patrón de consumo de alimentos en escolares chilenos con la implementación de un kiosco saludable. [En línea] Consultado: [2018/05/24]. Disponible en: <<http://www.alanrevista.org/ediciones/2011-3/art10.asp>>
8. Comida 'chatarra' sigue en los bares... [En línea] Consultado: [2018/05/24]. Disponible en: <<http://www.lahora.com.ec/index.php/noticias/show/1101272900#.UUpY9hxAT8m>>
9. Comida sana en bares escolares evita que alumnos padezcan enfermedades. [En línea] Consultado: [2018/05/24]. Disponible en: <<http://www.eldiario.com.ec/noticias-manabi-ecuador/157951-comida-sana-enbares-escolares-evita-que-alumnos-padezcan-enfermedades/>>
10. Estilos de vida y alimentación. Enfermedad [En línea] Consultado: [2018/05/24]. Disponible en: <http://www.ugr.es/~pwlac/G25_27Luis_AlvarezAmaia_Alvarez.html>
11. Factores que determinan los hábitos de alimentación. [En línea] Consultado: [2018/05/24]. Disponible en: <<http://www.deia.com/2011/03/19/ocio-ycultura/factores-que-determinan-los-habitos-de-alimentacion>>
12. Factores sociales y culturales en la nutrición. [En línea] Consultado: [2018/05/24]. Disponible en: <<http://www.fao.org/docrep/006/W0073S/w0073s08.htm>>

13. Factores sociales y culturales en la nutrición. Enfermedad [En línea]
Consultado: [2018/05/24]. Disponible en:
<<http://usienergiayconsumo.blogspot.com/2012/04/factores-sociales-y-culturales-en-la.html>>
14. Gestión de las políticas del acuerdo ministerial, 004-10 del proceso de implementación de bares, en la administración y control sanitario-nutricional de los alimentos, en el rendimiento escolar de los alumnos y alumnas del instituto superior Guaranda, de la ciudad de Guaranda, provincia de bolívar, en el primer semestre del año 2011. [En línea]
Consultado: [2018/05/24]. Disponible en:
<<http://www.biblioteca.ueb.edu.ec/bitstream/15001/921/1/106%20P...Pdf>>
15. Influencia de los Padres y el Entorno del Niño. [En línea] Consultado: [2018/05/24]. Disponible en:
<<http://nutricionusana.wordpress.com/influencia-de-los-padres-y-el-entorno-del-nino/>>
16. Los nuevos consumidores. Tendencias, valores y estilos de vida. Enfermedad. [En línea] Consultado: [2018/05/24]. Disponible en:
<<http://www.eumed.net/librosgratis/2010c/738/Los%20nuevos%20consumidores%20Tendencias%20valores%20y%20estilos%20de%20vida.htm>>
17. Núñez de Villavicencio F. Modo de vida, psiquis y salud. Psicología y es Salud. La Habana: Ed. Ciencias Médicas; 2000.p.113-34.
18. OPS. La Salud de las Américas. Washington: OPS; 1998.p.1:109.

19. Por qué comemos lo que comemos: obstáculos al cambio de hábitos alimentarios y de estilo de vida. [En línea] Consultado: [2018/05/24]. Disponible en: <<http://www.eufic.org/article/es/salud-estilo-de-vida/eleccion-alimento/artid/obstaculos-habitos-alimentarios-estilo-vida/>>
20. REGLAMENTO QUE REGULA EL FUNCIONAMIENTO DE BARES ESCOLARES DEL SISTEMA EDUCATIVO NACIONAL. 2010
21. Restricciones en bares escolares: Nuevo Reglamento. [En línea] Consultado: [2018/05/24]. Disponible en: <<http://poderes.com.ec/2010/restricciones-en-bares-escolares-nuevo-reglamento/>>
22. Socializarán reglamento que regula el funcionamiento de bares escolares. [En línea] Consultado: [2018/05/24]. Disponible en: <<http://www.partealta.ec/noticias/nacional/11712-socializaran-reglamento-que-regula-el-funcionamiento-de-bares-escolares->>

ANEXOS

6.1 Anexo 1. Matriz de Operacionalización de las Variables.

VARIABLE	CONCEPTO	DIMENSION	DEFINICION	INDICADOR
OFERTA DE ALIMENTOS	Diversidad de productos naturales o procesados que están a la venta en los bares escolares			% de alimentos naturales y procesados que están a la venta en el bar
FRECUENCIA DE VENTA DE PRODUCTOS	La periodicidad en la que un producto es vendido			% de alimentos vendidos tanto naturales y procesados (diario, semanal, mensual)
MARGEN DE GANANCIA	Es la diferencia positiva que espera obtener una empresa, obtenida al restar sus costes totales de sus ingresos totales calculados, en un cierto período.			Promedio semanal de ganancias de productos naturales promedio semanal de ganancias de productos procesados
RENTABILIDAD DEL NEGOCIO	Capacidad que tiene el bar escolar para generar suficiente utilidad o ganancia			% de rentabilidad
CARACTERÍSTICAS DE INFRAESTRUCTURA DEL BAR ESCOLAR	Parte esencial con la que cuenta el bar escolar para ejercer sus actividades con las características apropiadas a la preparación y manipulación de alimentos.			% del cumplimiento de las características requeridas por la reforma, con las que cuenta el bar escolar

ACTITUDES FRENTE A LA APLICACIÓN DE LA REFORMA	Forma de actuar de los estudiantes, docentes, administrativos y padres de familia, ya sea en conformidad, desacuerdo o aprobación ante la aplicación obligatoria de la Reforma a los Bares escolares			% de personas que adoptan una actitud frente a la aplicación de la Reforma
PRÁCTICAS DE HIGIENE	Conjunto de conocimientos y técnicas que deben aplicar los individuos para el control de los factores que ejercen o pueden ejercer efectos nocivos sobre su salud.	Higiene Personal	La higiene personal es el concepto básico del aseo, de la limpieza y del cuidado del cuerpo humano.	Distribución porcentual de las prácticas ejercidas de higiene personal
		Higiene de los Alimentos	Higiene alimentaria son las condiciones y medidas necesarias para garantizar la inocuidad y la aptitud de los alimentos en todas las fases de la cadena alimentaria	Distribución porcentual de las de prácticas ejercidas de higiene alimentaria
		Higiene del Local	Es el conjunto de procedimientos destinados a controlar los factores ambientales que pueden afectar la salud en el ámbito de trabajo.	Distribución porcentual de las de prácticas ejercidas de higiene alimentaria
CONOCIMIENTOS SOBRE ALIMENTACIÓN ESCOLAR	Son los conocimientos que los docentes poseen en cuanto a la transferencia de información sobre alimentación y nutrición			Promedio de docentes que imparten una correcta educación nutricional a los estudiantes
ACTIVIDADES REALIZADAS PARA PROMOVER LA REFORMA EN LAS UE	Son las diferentes estrategias que el gobierno exige a las instituciones educativas para fomentar y conocer acerca de los nuevos cambios en los bares			% de actividades realizadas en las instituciones educativas con los estudiantes

	escolares.			
--	------------	--	--	--

PRÁCTICAS ALIMENTARIAS	Ejercicio con continuidad o repetidamente de acciones a la hora de alimentarse de los padres de familia y estudiantes.	Intervención de los padres en la alimentación de los estudiantes para su refrigerio	Son las acciones ejercidas por los padres y que influyen en la elección o preparación de los refrigerios para sus hijos.	% de actividades realizadas por los padres en cuanto al refrigerio de sus hijos
HORARIO LABORAL	Se denomina así, al tiempo del día durante el cual el trabajador está en la empresa.			Promedio en cuanto a las horas en las que inicia la jornada de trabajo los padres de familia
ESTRATO ECONÓMICO DE LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS	Jerarquía económica que tiene una persona o un grupo con respecto al resto. Este puede ser alto, medio o bajo.	Categoría en la que se ubican los diferentes colegios aplicados al estudio.		Colegio San Gabriel: estrato económico alto Colegio San Luis Gonzaga: estrato económico medio Colegio La Dolorosa de Fe y Alegría: estrato económico bajo

6.2 Anexo 2. Matriz del Plan Operativo de la Propuesta.

OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECIFICOS	META	ACTIVIDADES	ESTRATEGIAS	RESPONSABLES	TIEMPO
Diseñar un plan de alimentación saludable y actividad física de acuerdo a los estándares de Salud Mundial, a los escolares y adolescentes de la “Unidad Educativa Fiscal Juan Montalvo” y “Unidad Educativa Particular San José” para reducir los riesgos de enfermedades en la población estudiantil.	<ul style="list-style-type: none"> Mejorar la calidad de vida y aprendizaje de los estudiantes que se educan en la institución, mediante la aplicación de una buena nutrición. Conocer los diferentes tipos de alimentos y su procedencia Conocer su frecuencia de consumo y su distribución en la pirámide de la alimentación. 	Que los estudiantes consuman alimentos nutritivos que ayuden a su desarrollo personal y académico mejorando la salud física e intelectual	SOCIALIZAR	-Lluvia de ideas. -Exposición y análisis del tema. -Presentación de imágenes. -Debate. -Conclusión y Recomendaciones	TESISTA AUTORIDADES	1 HORA
			CAPACITAR	-Presentación de video. -Análisis del tema. -Entrega de folleto. -Preguntas y Comentarios.	TESISTA	1 HORA
			DIFUNDIR	-Proyección de diapositivas. -Mesa Redonda. -Emisión de conclusión de cada grupo. -Determinación de la información .	TESISTA	1 HORA

6.3 Anexo 3 Entrevistas



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI – MANTA

ENTREVISTA A LOS ADMINISTRADORES DE LOS BARES ESCOLARES SOBRE LOS FACTORES RELACIONADOS A LA APLICACION DE LA NUEVA REFORMA

1. ¿Por qué usted maneja el bar escolar?

2. ¿Qué opina usted de a la aplicación de la Reforma a los Bares Escolares?

3. Existe comunicación oportuna y adecuada por parte del equipo de salud.

4. ¿Considera rentable el negocio luego de los cambios en el bar escolar?

5. ¿Qué alimentos vende usted en el bar?

6. ¿De los alimentos que usted oferta, cuales son los más vendidos?

7. Me podría decir ¿Cuál es el margen de ganancia mensualmente que obtiene por la venta de productos en el bar escolar?



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI – MANTA

ENTREVISTA A LOS RECTORES SOBRE LOS FACTORES RELACIONADOS A LA APLICACION DE LA NUEVA REFORMA

1. ¿Qué opina usted sobre la Nueva Reforma de los bares escolares a nivel institucional?

2. ¿Qué medidas ha tomado usted para evaluar el cumplimiento de los bares escolares?

3. El bar escolar forma parte de la institución o es un negocio aparte.

4. ¿Cuenta la institución con los recursos económicos para modificar los bares escolares de acuerdo a las reformas que obliga la nueva ley?

5. Antes de dar información nutricional a los estudiantes, cumplen con mandar la información a los comités encargados de los Bares Escolares



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI – MANTA

6.4 Anexo 4 Check List

CHECK LIST

ADMINISTRADORES DE LOS BARES EN CENTROS EDUCATIVOS

Características de Infraestructura Física del Bar Escolar

Característica	UEF JM BS		UEF JM B		UEF SJ	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO
Ubicado en un lugar accesible						
Construido con materiales resistentes, fáciles de limpiar y desinfectar						
Iluminación suficiente						
Acceso a agua potable entubada						
Fregaderos en buen estado						
Alcantarillado adecuado						
Recipientes para desechos Orgánicos						
Recipientes para desechos Inorgánicos						
Paredes en buen estado						
Colores Claros						
Ventanas protegidas (mallas)						
Instalación de gas fuera del local						
Desagües protegidas y con trampa de grasas						
Áreas de cocción con extractor de olores y vapor						
Total Cumplimiento						

Fuente: Check List realizado en los bares de las Instituciones Educativas: *UEF JM (UEF Juan Montalvo BS) *UEF JM (UEF JM Bachillerato) * UEF M (UEF San José). Manta, período Junio – Julio 2018. **Elaborado por:** Ximena Bermúdez.



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI – MANTA

PRÁCTICAS DE HIGIENE

HIGIENE PERSONAL						HIGIENE ALIMENTARIA						HIGIENE DEL LOCAL								
Característica	JM BS		JM B		SJ		Característica	JM BS		JM B		SJ		Característica	JM BS		JM B		SJ	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO		SI	NO	SI	NO	SI	NO		SI	NO	SI	NO	SI	NO
Carnet de salud							Alimentos procesados con registro sanitario vigente							Registro sanitario vigente						
Lavado de manos							Desinfección de alimentos							Ingreso de personas ajenas al bar						
Cabello recogido							Productos en empaque individuales							Desinfección de equipos y utensilios						
Uso de gorro							Refrigerador en buen estado							Desinfección de pisos						
Uso de guantes							Utilización método PEPS							Eliminación de basura						
Uso de mascarilla							Utilización de utensilios													
Uso del delantal							Conservación de alimentos perecederos													
Manipulación dinero – alimento							Uso de residuos alimentarios													
Uso Gel antibacterial							Alimentos semielaborados en refrigeración													
Total Cumplimiento							Total Cumplimiento							Total Cumplimiento						

Fuente: Check List realizado en los bares de las Instituciones Educativas: *UEF JM (UEF Juan Montalvo BS) *UEF JM (UEF JM Bachillerato) * UEF M (UEF San José). Manta, período Junio – Julio 2018.

Elaborado por: Ximena Bermúdez.



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI – MANTA

6.5 Anexo 5 Encuestas.

ENCUESTA ACERCA DE LOS FACTORES RELACIONADOS CON EL CUMPLIMIENTO DE NORMAS VIGENTES DE BARES EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS.

TEMA: “Acciones preventivas de enfermería relacionado con salud escolar”

La presente encuesta está dirigida a los **ESTUDIANTES** de las instituciones educativas, para conocer su actitud frente a la nueva reforma de los bares escolares, las prácticas relacionadas a la hora del refrigerio, conocimientos sobre nutrición y alimentación adecuada. Con el fin de dar a conocer dichas prácticas y su relación con el cumplimiento de la Reforma.

DATOS DEMOGRÁFICOS	
Sexo:	Edad:
Escolaridad:	Parentesco:
Nivel de ingreso familiar:	Lugar de residencia:

Fecha: _____

Código

Encierre en un círculo la respuesta acorde a su realidad (una sola)

1. Para el recreo (escoja una sola opción):
 - a) Le mandan comida de casa
 - b) Le mandan dinero para que compres comida en el Bar escolar
 - c) Le mandan comida de casa y dinero para comprar en el Bar escolar
2. ¿Qué tipo de comida prefieres comer? (escoge una sola opción)
 - a) Comida preparada en casa como avena, leche, huevos, jugos naturales, sánduches, frutas, etc.
 - b) Comida comprada en tiendas o supermercados como galletas, colas jugos, papas, cachitos, etc.
3. ¿Qué tipo de comida venden en el Bar escolar? (puede escoger varias opciones)
 - a) Frutas y jugos naturales

- b) Leche, yogurt o avena
 - c) Arroz o sánduches
 - d) Papas fritas y cachitos
 - e) Colas y jugos artificiales
 - f) Dulces y golosinas
4. ¿Ha notado algún cambio de la comida que venden en el Bar escolar?
1. SI (si es su elección, pase a la pregunta 5)
 2. NO (si es su elección, pasa a la pregunta 8)
5. ¿Qué cambio ha notado? (puedes escoger varias opciones)
- a) Ahora venden más alimentos naturales como frutas, lácteos.
 - b) Ahora preparan más comidas como arroz, choclos, etc.
 - c) Ahora venden más comida como papas, cachitos, colas.
6. ¿Le gusta la comida que venden en la Bar escolar?
1. SI
 2. NO
7. ¿En clases sus profesores, hablan acerca de una alimentación y nutrición adecuada para tu edad?
1. SI
 2. NO
8. ¿Conoce usted acerca de una alimentación nutritiva o de los beneficios de comer saludablemente?
1. SI (si es su elección, pase a la pregunta 10)
 2. NO (si es su elección, pase a la pregunta 11)
9. De los siguientes conceptos, ¿Cuál se refiere a una alimentación saludable?
- a) Alimentación balanceada se refiere a ingerir solo alimentos ricos en grasas y carbohidratos y consumir en determinadas ocasiones frutas y vegetales.
 - b) Alimentación balanceada significa ingerir todos los alimentos necesarios para estar sano y bien nutrido, pero de forma equilibrada.
 - c) Alimentación balanceada significa consumir únicamente frutas, vegetales y cereales para mantener una vida saludable
10. De la siguiente lista, ¿qué actividades realiza usted en la hora del recreo?
- a) Consumir un refrigerio
 - b) Jugar
 - c) Estudiar
 - d) Hacer deberes
 - e) Conversar

¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI – MANTA

ENCUESTA ACERCA DE LOS FACTORES RELACIONADOS CON EL CUMPLIMIENTO DE NORMAS VIGENTES DE BARES EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS.

TEMA: “Acciones preventivas de enfermería relacionado con salud escolar”

La presente encuesta está dirigida a los PADRES DE FAMILIA de los estudiantes de las instituciones educativas, para conocer su actitud frente a la nueva reforma de los bares escolares, las prácticas relacionadas al refrigerio de su hijo, horario laboral. Con el fin de dar a conocer dichas prácticas y su relación con el cumplimiento de la Reforma.

DATOS DEMOGRÁFICOS	
Sexo:	Edad:
Escolaridad:	Parentesco:
Nivel de ingreso familiar:	Lugar de residencia:

Fecha: _____

--	--	--	--

Código

Encierre en un círculo la respuesta acorde a su realidad (una sola)

1. Su Horario laboral inicia:
 - a) 06h00 am
 - b) 07h00 am
 - c) 08h00 am
2. Para el refrigerio escolar de su hijo, usted:
 - a) Envía comida preparada en casa
 - b) Envía dinero para comprar en los bares de la institución educativa
 - c) Envía ambos
3. ¿Conoce que consumen sus hijos en el refrigerio escolar?
 - 1. SI (si es su elección, pase a la pregunta 4)
 - 2. NO (si es su elección, pase a la pregunta 5)

4. Mencione ¿Qué consume sus hijos en el refrigerio escolar?

5. ¿Conoce acerca de los cambios generados en los bares escolares de las instituciones educativas?

- 1. SI (si es su elección, pase a la pregunta 6)
- 2. NO (termina la encuesta)

6. ¿Está usted de acuerdo en los cambios a los productos que se ofertan en los bares escolares?

1. SI

2. NO

¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABI – MANTA

ENCUESTA ACERCA DE LOS FACTORES RELACIONADOS DE LA NUEVA REFORMA DE LOS BARES ESCOLARES

TEMA: “Acciones preventivas de enfermería relacionado con salud escolar”

La presente encuesta está dirigida a los DIRECTIVOS Y DOCENTES de las instituciones educativas, para conocer su actitud frente a la nueva reforma de los bares escolares, conocimientos sobre alimentación nutricional y las actividades para fomentar la alimentación saludable en los estudiantes. Con el fin de dar a conocer dichas prácticas y su relación con el cumplimiento de la Reforma.

DATOS DEMOGRÁFICOS	
Sexo:	Edad:
Escolaridad:	Parentesco:
Nivel de ingreso familiar:	Lugar de residencia:

Fecha: _____

Código

Encierre en un círculo la respuesta acorde a su realidad (una sola)

- ¿Cuál es su actitud frente a la implementación de la Reforma a los bares escolares?
 - Conformidad
 - Desacuerdo
 - Indiferencia
- ¿Conoce usted acerca de una alimentación nutritiva o de los beneficios de comer saludablemente?
 - SI (si es su elección, pase a la pregunta 3)
 - NO (si es su elección, pase a la pregunta 4)

- 3. De los siguientes conceptos, ¿Cuál se refiere a una alimentación saludable?**
- a) **Alimentación balanceada se refiere a ingerir solo alimentos ricos en grasas y carbohidratos y consumir en determinadas ocasiones frutas y vegetales.**
 - b) **Alimentación balanceada significa ingerir todos los alimentos necesarios para estar sano y bien nutrido, pero de forma equilibrada.**
 - c) **Alimentación balanceada significa consumir únicamente frutas, vegetales y cereales para mantener una vida saludable**
- ¿Imparte usted en sus horas de clases, temas acerca de la nutrición y alimentación adecuada en niños y adolescentes?**
- 1. **SI (si es su elección, pase a la pregunta 4)**
 - 2. **NO (si es su elección, la encuesta ha terminado)**
- 4. De la siguiente lista ¿Qué actividades realizan para fomentar una alimentación saludable para los estudiantes de la institución?**
- a) **Carteleras informativas (en cada curso o grado).**
 - b) **Redacciones y ensayos sobre la temática de alimentación y nutrición.**
 - c) **Crear o fortalecer los clubes de periodismo, para tratar las temáticas de salud, alimentación y nutrición.**
 - d) **Ejecutar procesos de reflexión sobre la problemática en minutos cívicos, horas de asociación de clase y clases regulares.**
 - e) **Desarrollar la creatividad de los estudiantes, para aportar en temas de educación saludable y nutrición, a través de acciones como el teatro, danza, canto, poesía, socio drama, psicodrama, dibujos, entre otros.**
 - f) **Aplicar diversas técnicas de aprendizaje sobre las temáticas de salud, alimentación, nutrición y medio ambiente que propicien el acceso al conocimiento de estos temas.**
 - g) **Ferias, casas abiertas, concursos: afiches, slogans, poesía, oratoria, pintura, dibujo, redacción, mesas redondas, ensayos, entre otras.**

¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!

6.5 Anexo 5 Pirámide Nutricional de la OMS.



6.6 Anexo 6 Cronograma