



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS**

**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**

“La nutrición y el aprendizaje en los estudiantes de segundo de básica en la unidad educativa san pablo en el periodo 2020-2021.”

Trabajo de grado previo a la obtención del título en Licenciatura En Educación Básica.

**Autora:**

Ayala Martinez Daniela Jhoanna

**Tutora:**

Mgs. Bonilla González Gladys Patricia

Riobamba, Ecuador. 2021



## DECLARATORIA DE AUTORÍA

La responsabilidad del contenido, ideas y conclusiones del presente trabajo investigativo, previo a la obtención del Título de Licenciadas en Educación Básica, con el tema: “LA NUTRICIÓN Y EL APRENDIZAJE EN LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO DE BÁSICA EN LA UNIDAD EDUCATIVA SAN PABLO EN EL PERIODO 2020-2021”. Corresponde exclusivamente a mi persona AYALA MARTINEZ DANIELA JHOANNA con CI 0604358325 autora del proyecto, a la tutor Msg. BONILLA GONZALEZ GLADYS PATRICIA, y el patrimonio intelectual de la misma a la Universidad Nacional de Chimborazo.

Daniela Jhoanna Ayala Martinez  
C.C 0604358325



## DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTORA

En calidad de tutora de tesis CERTIFICO

QUE, la estudiante **DANIELA JHOANNA AYALA MARTINEZ**, ha elaborado y ejecutado el trabajo de investigación : **“LA NUTRICION Y EL APRENDIZAJE EN LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO DE BASICA EN LA UNIDAD EDUCATIVA SAN PABLO EN EL PERIODO 2020-2021.”**.Cumpliendo con las disposiciones reglamentarias, normas establecidas por la Unidad de Formación Académica y Profesionalización de la facultad de Ciencias de la Educación , Humanas y Tecnologías de la Universidad Nacional de Chimborazo, por lo que apruebo su presentación para que sea sometida a la defensa publica.



Firmado electrónicamente por:  
**GLADYS PATRICIA  
BONILLA  
GONZALEZ**

---

Mgs. Gladys Patricia Bonilla González

TUTORA



## CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

Los miembros del tribunal de graduación del proyecto de investigación de título: “LA NUTRICIÓN Y EL APRENDIZAJE EN LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO DE BÁSICA EN LA UNIDAD EDUCATIVA SAN PABLO EN EL PERIODO 2020-2021”, presentado por Ayala Martínez Daniela Jhoanna y dirigido por la Magister Gladys Patricia Bonilla González. Una vez escuchada la defensa oral y revisando el informe final del proyecto de investigación con fines de graduación escrito, en el cual se ha constatado el cumplimiento de las observaciones realizadas, remite la presente para uso y custodia en la biblioteca de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías de la Universidad Nacional de Chimborazo.

Para constancia de lo expuesto firman:

**PRESIDENTE DEL TRIBUNAL**

**Phd. Manuel Machado**

MANUEL  
JOAQUIN  
MACHADO  
SOTOMAYOR

Firmado digitalmente por  
MANUEL JOAQUIN  
MACHADO SOTOMAYOR  
Fecha: 2021.11.08  
11:38:51 -0500

**MIEMBRO DEL TRIBUNAL**

**Mgs. Patricia Vera**

 Firmado electrónicamente por:  
**PATRICIA  
ELIZABETH  
VERA RUBIO**

**MIEMBRO DEL TRIBUNAL**

**Mgs. Bayardo Vaca**

BAYARDO  
ROGELIO VACA  
BARAHONA

Firmado digitalmente  
por BAYARDO  
ROGELIO VACA  
BARAHONA  
Fecha: 2021.11.08  
11:15:44 -0500

**Mgs. Gladys Patricia Bonilla González**

**TUTORA**

 Firmado electrónicamente por:  
**GLADYS PATRICIA  
BONILLA  
GONZALEZ**



## CERTIFICACIÓN

Que, **AYALA MARTÍNEZ DANIELA JHOANNA** con CC: **0604358325**, estudiante de la Carrera de **EDUCACIÓN BÁSICA**, Facultad de **CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN CERTIFICADO ANTIPLAGIO HUMANAS Y TECNOLOGICAS**; ha trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado **” LA NUTRICIÓN Y EL APRENDIZAJE EN LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO DE BÁSICA EN LA UNIDAD EDUCATIVA SAN PABLO EN EL PERIODO 2020-2021”**, que corresponde al dominio científico: **Desarrollo Socioeconómico y Educativo para el fortalecimiento de la Institucionalidad Democrática y Ciudadana** y alineado a la línea de investigación : **Formación del personal docente y Ciencias de la Educación**, cumple con el **9%**, reportado en el sistema Anti plagio nombre del sistema, porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, 29 de agosto de 2021



Firmado electrónicamente por:  
**GLADYS PATRICIA  
BONILLA  
GONZALEZ**

---

Mgs. Gladys Patricia Bonilla González

TUTORA

## **DEDICATORIA**

Mi tesis la dedico con todo mi amor y cariño a mis padres quienes por su sacrificio y esfuerzo han sido mis pilares fundamentales en mi formación profesional, por siempre creer en mi capacidad, su confianza, consejos y oportunidad para lograrlos, muchos de mis logros se los debo a ellos.

Daniela Ayala.

## **AGRADECIMIENTO**

Al concluir con una etapa maravillosa de mi vida en la cual han existido subidas y bajadas quiero extender un agradecimiento, a todos quienes hicieron posible este sueño, aquellos que caminaron junto conmigo en todo momento sin dejarme decaer, siendo un apoyo y fortaleza. En esta narración primeramente a mis padres y hermano; familia y amigos.

Mi gratitud también para la carrera de Educación Básica de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías, y docentes que la conforman, por las enseñanzas y apoyo. En especial a mi tutora Msg. Gladys Bonilla G quien gracias a su dedicación y labor hoy este sueño se vuelve una realidad.

## ÍNDICE GENERAL

PORTADA.....	
DECLARATORIA DE AUTORÍA.....	I
DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTORA.....	II
CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL.....	III
CERTIFICACIÓN.....	IV
DEDICATORIA.....	V
AGRADECIMIENTO.....	VI
ÍNDICE GENERAL.....	VII
ÍNDICE DE TABLAS.....	X
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	XI
ÍNDICE DE ANEXOS.....	XII
RESUMEN.....	XIII
ABSTRACT.....	XIV
CAPÍTULO I.....	1
1. MARCO REFERENCIAL.....	1
1.1 INTRODUCCIÓN.....	1
1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	3
1.2.1 PROBLEMA.....	3
1.3 JUSTIFICACIÓN.....	4
1.4 OBJETIVOS.....	4
1.4.1 Objetivo General.....	4
1.4.2 Objetivos Específicos.....	4
CAPÍTULO II.....	5
2. MARCO TEÓRICO.....	5
2.1 ANTECEDENTES.....	5



2.2 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA .....	6
2.2.1. Nutrición.....	6
2.2.2 Alimentación del niño .....	7
2.2.3 Factores que influyen en la nutrición .....	8
2.2.4 Tipos de Alimentación Escolar .....	9
2.3 Aprendizaje.....	11
2.3.1 Tipos de aprendizaje.....	14
2.3.2 Estilos de aprendizaje .....	14
2.4 Contexto Escolar .....	15
2.5 MARCO LEGAL .....	15
Plan Nacional de Desarrollo .....	16
2.6 GUIA NUTRICIONAL PARA LA COMUNIDAD EDUCATIVA.....	17
CAPÍTULO III .....	31
3. METODOLÓGIA.....	31
3.1 MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN .....	31
3.1.1 Cualitativo .....	31
3.2 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN .....	31
3.2.1 Bibliográfico.....	31
3.3.2 Campo.....	31
3.3 NIVEL DE INVESTIGACIÓN.....	31
3.3.1 Descriptiva.....	31
3.3.2 Cuantitativo .....	31
3.3.3 No experimental .....	32
3.3.4 Transversal .....	32
3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS .....	32
3.4.1 Técnicas .....	32
3.4.2 Instrumentos .....	32
3.5 Población y muestra .....	33
3.5.1 Población .....	33
3.5.2 Muestra .....	33

3.6 PROCEDIMIENTO PARA LA RECOLECCION DE DATOS ANALISI E INTERPRETACIÓN .....	33
CAPÍTULO IV .....	35
4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....	35
Encuesta (Docente).....	36
Encuesta.....	39
Encuesta padres de familia. ....	41
CAPÍTULO V .....	57
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	57
CONCLUSIONES .....	57
RECOMENDACIONES .....	58
REFERENCIA BIBLIOGRAFÍA .....	59
ANEXOS .....	XV

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Proteínas .....	10
<b>Tabla 2.</b> Vitaminas.....	11
<b>Tabla 3.</b> Aprendizaje según Kolb .....	13
<b>Tabla 4.</b> Aprendizaje según Witkin .....	13
<b>Tabla 6.</b> Encuesta (Docente).....	36
<b>Tabla 7.</b> Análisis de frecuencia.....	40
<b>Tabla 8.</b> Miembros de familia.....	41
<b>Tabla 9.</b> Ingresos mensuales .....	42
<b>Tabla 10.</b> Destino alimenticio económico. ....	43
<b>Tabla 11.</b> Educación nutricional .....	44
<b>Tabla 12.</b> Comidas diarias. ....	45
<b>Tabla 13.</b> Consideraciones de la alimentación .....	46
<b>Tabla 14.</b> Costumbre de colación .....	47
<b>Tabla 15.</b> Alimentación del PAE.....	48
<b>Tabla 16.</b> Consumo de dieta diaria .....	49
<b>Tabla 17.</b> Dieta diaria .....	52
<b>Tabla 18.</b> Frecuencia de dos variables.....	54
<b>Tabla 19.</b> Chi cuadrada.....	55
<b>Tabla 20.</b> Coeficiente de contingencia.....	56

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1.</b> Equilibrio nutricional.....	7
<b>Gráfico 2.</b> Carga proteica.....	10
<b>Gráfico 4.</b> Miembros de familia.....	41
<b>Gráfico 5.</b> Ingresos mensuales .....	42
<b>Gráfico 6.</b> Destino alimenticio económico. ....	43
<b>Gráfico 7.</b> Educación nutricional.....	44
<b>Gráfico 8.</b> Comidas diarias. ....	46
<b>Gráfico 9.</b> Consideraciones de alimentación .....	47
<b>Gráfico 10.</b> Costumbre de colación .....	47
<b>Gráfico 11.</b> Alimentación del PAE.....	48
<b>Gráfico 12.</b> Consumo de dieta diaria .....	51
<b>Gráfico 13.</b> Dietas diarias .....	52

## ÍNDICE DE ANEXOS

<b>Anexo A.</b> Institución dónde se realizó el proyecto de titulación.....	XVI
<b>Anexo B.</b> Localización de la institución .....	XVI
<b>Anexo C.</b> Aplicación de la entrevista.....	XVII
<b>Anexo D.</b> Entrevista .....	XVIII
<b>Anexo E.</b> Aplicación de la encuesta.....	XX
<b>Anexo F.</b> Encuesta .....	XXI

## **RESUMEN**

La siguiente investigación con el tema: “La nutrición y el aprendizaje en los estudiantes de segundo de básica en la Unidad Educativa San Pablo en el periodo 2020-2021”, tiene como objetivos crear una conciencia nutricional en la unidad educativa, donde se recogerá la información de los hábitos alimenticios que tienen los niños, y como esto influye en el rendimiento académico de la escuela, el marco teórico fue realizado en base a las dos variables de estudio con criterios de varios autores.

La metodología aplicada tiene modalidad cualitativa porque se interpretó mediante aplicación de encuestas siendo una investigación de campo que se evaluó a los padres de familia dentro de la escuela y es descriptiva porque se habla a detalle lo encontrado y lo analizado con los padres de familia y la docente siendo no experimental al evidenciarse los resultados dentro de este documento.

La elaboración de la guía nutricional se realizó con el enfoque de los resultados obtenidos por la encuesta y entrevista relacionando tanto las enfermedades gastrointestinales y la desnutrición que se evidenció en los niños de la escuela elaborado con el enfoque en alimentos ricos en proteínas, carbohidratos y alimentos fáciles de digerir para los niños, desarrollando finalmente ciertas recomendaciones direccionadas a crear conciencia sobre cada estudiante de cómo debe alimentarse para reducir los problemas de salud y la desnutrición.

**Palabras clave:** nutrición, aprendizaje, rendimiento escolar, desnutrición, enfermedades gastrointestinales.

## ABSTRACT

The following research with the topic: "Nutrition and learning of second grade students in San Pablo Educational Institution in the period 2020-2021", aims to create a nutritional awareness in the educational institution, where information will be collected on the eating habits that children have, and how this influences the academic performance of the school, the theoretical framework was based on two variables with criteria of several authors.

The methodology applied has a qualitative modality because it was interpreted through the application of surveys since this project is a field research work that evaluated the parents in the the school and is descriptive because it shows in detail what was found and analyzed with the parents and the teacher being non-experimental when the results are evidenced within this document.

The elaboration of the nutritional guide was carried out with the focus of the results obtained through the survey and interview relating both gastrointestinal diseases and malnutrition that was evidenced in the children of the school elaborated with the aims on food rich in proteins, carbohydrates and food easy to digest for children, finally developing certain recommendations aimed at raising awareness about each student of how to eat healthy in order to reduce health problems and malnutrition.

Key words: nutrition, learning, academic performance, malnutrition, gastrointestinal diseases.



Firmado electrónicamente por:

**DANILO RENEE  
YEPEZ OVIEDO**

Reviewed by:

Danilo Yépez Oviedo

English professor UNACH

# **CAPÍTULO I**

## **1. MARCO REFERENCIAL.**

### **1.1 INTRODUCCIÓN**

Nutrición es la ingesta diaria de alimentos y estudia los procesos que el organismo realiza para transformar e incorporar las sustancias contenidas en los alimentos de manera beneficiosa para el ser vivo. Por otra parte, la alimentación tiene que ver con las necesidades individuales, su cultura y los tipos de alimentos que están acostumbrados a consumir de acuerdo a la educación alimenticia.

Una nutrición equilibrada tiene gran importancia pues incide en forma directa en el mantenimiento de la salud y favorece el restablecimiento en casos de enfermedad. Tienen especial relevancia en la infancia, por ser la etapa de mayor desarrollo físico, psíquico, mental y emocional cuya evolución marcará necesariamente en el futuro de niños y niñas.

Este trabajo investigativo pretende concientizar a todos los actores (alumnos, padres de familia y maestros) que conforman la comunidad Unidad Educativa San Pablo, en cuanto al rol de la nutrición y su incidencia en el aprendizaje.

Esta iniciativa surge de evidenciar el escaso conocimiento e importancia que se les otorga a los temas relacionados a la nutrición, pese a que forma parte del pensum de estudio y la institución se encuentra dentro del programa Plan Aliméntate Ecuador (PAE), aún se desconoce el impacto que tienen los mismos sobre el aprendizaje.

Conocer los planes y objetivos que ya posee la institución sobre los temas nutricionales y complementarlos con el aporte de esta investigación, a través del estudio y análisis de los efectos que tiene la nutrición sobre el aprendizaje, el cual se genera mediante la integración de varias funciones del sistema nervioso. Se busca promover una buena nutrición y en consecuencia el incremento de los niveles de aprendizaje, logrando así una mejor adaptación del individuo al medio ambiente.

El documento se encuentra dividido en 5 capítulos dónde se encuentra la introducción que se habla acerca del documento y lo realizado paso a paso para un correcto entendimiento del lector, tenemos el marco teórico que habla del estudio detallado y subtítulo de ambas



variables de estudio, también se habla de la metodología dónde se encuentra el enfoque el tipo, la muestra y población, los instrumentos de investigación que aportan para el desarrollo de los resultados dónde se describe lo encontrado de acuerdo a los encuestados que en este caso son los padres de familia y la docente que aporta a un conocimiento más detallado del problema presente. Finalmente, las conclusiones que fueron encontradas posterior a los resultados determinando los problemas y relacionándolos con los objetivos para aportar con recomendaciones que podrán ser tomadas en cuenta para mejorar ciertos aspectos.

## **1.2 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.2.1 PROBLEMA**

Organización Mundial de la Salud (2016), ha determinado que la salud es un “período de completo bienestar físico, mental y social” (p. 5); que se relaciona directamente con el estado nutricional y la alimentación, que consecuentemente están directamente relacionadas con el rendimiento escolar de los niños y niñas en la escuela.

Así manifestó Jakubowicz “La tesis sobre la productividad del aprendizaje logrado a través de una alimentación adecuada”, (2001): “Explica el ser humano debe tener una alimentación correcta ya que esta ayuda a su pensamiento y pasa a ser vital en el aumento de la inteligencia y la capacidad receptora del individuo” (pág. 10).

La gran mayoría de las personas saben que la nutrición infantil es un aspecto trascendental en la potencialización del desarrollo físico, intelectual y emocional de los niños(as) del Ecuador, y por ende sin esto no existiría un adecuado aprendizaje escolar.

En nuestro medio sobre todo en las clases sociales de bajos recursos, hay la dificultad de adquisición de los alimentos debido a que no están al alcance de su bolsillo y hay desconocimiento de cómo poder reemplazar esos alimentos con otras opciones.

En la Unidad Educativa San Pablo, cantón Guano dentro de la zona rural, de la Provincia de Chimborazo, es una institución fiscal, en el segundo año de educación básica se a podido observar la necesidad mejorar sus hábitos nutricionales, es por ello que se puede decir que existe un bajo nivel de aprendizaje, debido a que no existe una correcta socialización de el plan establecido por el gobierno determinado PAE y este mismo desconsiento no permite llevar acabo un buen seguimiento de los planes nutricionales de esta institución.

Por lo general sus familias están conformadas por 5 a 6 miembros, su economía se base en la agricultura y ganadería, en su mayoría los padres no han culminado sus estudios.

Por tal motivo he considerado al segundo de educación básicos de la Unidad Educativa San Pablo, que son esenciales en esta investigación ya que van acorde al interés, cabe recalcar que es necesario determinar acciones educativas que vayan a contribuir con el desarrollo adecuado y oportuno de los niños y niñas que estudian en dicha institución.

El propósito de la investigación es analizar la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje de los niños de segundo de básica de la Unidad Educativa San Pablo periodo 2020-2021.

### **1.3 JUSTIFICACIÓN**

#### **La condición nutricional**

Esta investigación es importante ya que la nutrición va de la mano con el aprendizaje, donde el gobierno tiene planes de alimentación dentro de las escuelas, sin embargo, se ha observado que es la población necesita conocer y emplear nuevos hábitos alimenticios

Fue factible realizar la investigación ya que la Unidad Educativa “San Pablo”, colaboro en el estudio de campo donde logramos obtener los objetivos trazados

Se contó con toda la información necesaria para poder fundamentar el marco teórico y conocer el criterio de varios autores que fueron importantes.

### **1.4 OBJETIVOS**

#### **1.4.1 Objetivo General**

Analizar la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje de los niños de segundo de básica de la Unidad Educativa San Pablo periodo 2020-2021

#### **1.4.2 Objetivos Específicos**

- Determinar la nutrición que tiene los niños de segundo de básica.
- Identificar los factores que influyen en el aprendizaje del niño de segundo de básica de la Unidad Educativa San Pablo.
- Plantear una guía nutricional para la comunidad educativa para una alimentación saludable entre sus familias y personas de su entorno.

## CAPÍTULO II

### 2. MARCO TEÓRICO

#### 2.1 ANTECEDENTES

En los países tercer mundistas como nuestro país tiene grandes problemas especialmente en las zonas rurales y marginales de las grandes ciudades direccionadas dentro de educación y alimentación que influye sobre los niños y niñas en la etapa escolar, el aspecto socio-económico contempla campos como son: alimentación, economía, salud, educación de los cuales dentro de estas zonas no toman medidas para mejorar los servicios de requerimiento por parte de los niños.

En la investigación realizada por Castillo (2017), habla acerca de la nutrición infantil y el rendimiento escolar dice: “Hasta esa época, se temía que la desnutrición sufrida durante ciertos períodos de la vida, sobre todo al comienzo del desarrollo del niño, produciría cambios irreversibles en el cerebro, acompañados probablemente de retardo mental y trastornos en las funciones cerebrales”. (p.11). Se demuestra que uno de los puntos más importantes dentro del desarrollo infantil y desenvolvimiento adecuado escolar tiene mucho que ver con la alimentación adecuada desde la etapa neonatal de la cual es responsable la madre.

Según Monfort-Pires (2014) consideran al aprendizaje como un “proceso que ocurre a través de la integración de muchas funciones del sistema nervioso, promoviendo una mejor adaptación del individuo al medio ambiente” (p. 5). El aprendizaje fomenta la interacción entre el individuo y el medio ambiente a través de la experiencia, promoviendo así posibles habilidades que desarrolle el individuo y la cantidad de nutrientes en el cerebro ayuda a un desarrollo escolar rentable sin complicaciones.

Es decir que el déficit de alimentación repercute en el aprendizaje óptimo del estudiante, claramente no se puede lograr ver corto plazo ya que es un estudio que lleva tiempo, es necesario conocer el papel de la nutrición en el crecimiento y desarrollo cognitivo del niño, ya que las personas actualmente no se preocupan por tener una buena alimentación (Castillo, 2017).

A pesar de que no se dispone de información específica sobre la relación que existe entre estado nutricional y desempeño escolar, sí se tienen elementos de juicio derivados de estudios importantes sobre desnutrición y desarrollo intelectual en la edad preescolar, que se pueden extrapolar con cautela para explorar la dinámica de interrelaciones semejantes en la edad escolar (Miño Torrez, 2014).

## **2.2 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

### **2.2.1. Nutrición**

La nutrición va más allá de comer, es un proceso muy complejo que considera desde los aspectos sociales hasta los celulares, y se define como el conjunto de fenómenos mediante los cuales se obtienen, utiliza y excretan las sustancias nutritivas. Las sustancias nutritivas son conocidas como nutrimentos que se definen como unidades funcionales mínimas que la célula utiliza para el metabolismo y que son provistas a través de la alimentación (Calvo, 2011).

La alimentación consiste en “la obtención, preparación e ingestión de alimentos”. La dieta es “todo aquello que consumimos de alimentos y bebidas en el transcurso de un día”. Así pues, todos los seres humanos estamos a dieta a diario, la diferencia radica en el tipo de dieta que debe consumir cada persona con base en la edad, el sexo, la estatura, el peso, la condición clínica, económica, y social (Martinez & Pedrón, 2016).

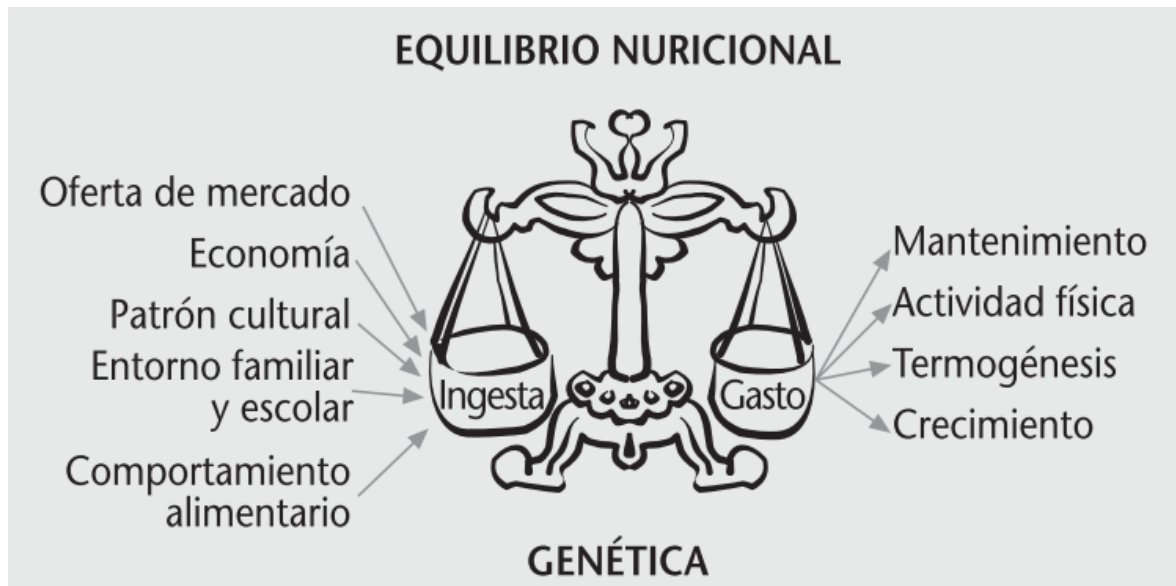
La nutrición comienza desde el momento que ingresa alimento en la boca: incluye todos los procesos por medio de los cuales los organismos vivos utilizan los alimentos para el mantenimiento de la vida, el crecimiento, el funcionamiento normal de los órganos y tejidos y la producción de energía. A pesar de la nutrición se presenta como un hecho eminentemente orgánico, también está influenciada por factores ambientales (Martinez & Pedrón, 2016).

#### *2.2.1.1 Equilibrio nutricional*

Al hablar de este tema se debe tomar en cuenta la ingesta y el gasto energético presente en cada individuo, pero muy independientemente del gasto, la ingesta es un tema complejo ya que se engloba alimentos ricos en nutrientes y alimentos que aportan limitadas porciones nutricionales pero un peso adecuado también se ve influenciado por la genética pues se

explica la obesidad en muchas persona aunque se realice dietas alimenticias controladas pues la genética influye en el desorden del metabolismo (Calvo, 2011).

**Gráfico 1.** Equilibrio nutricional



**Fuente:** (Calvo, 2011).

### 2.2.1.2 Importancia de la nutrición

Posterior a los dos primeros años de vida conocidos como la etapa acelerada de crecimiento, llega la de crecimiento estable o preescolar que está comprendido entre los 3 a los 5 años y la escolar a partir de los 6 años dónde la adecuada nutrición mediante la ingesta de alimentos permite al preescolar crecer de entre 6 – 8 cm por año y el incremento ponderal de 2 – 3kg anualmente y al llegar a la etapa escolar el incremento longitudinal es más lento llegando solo a los 5 – 6 cm por año determinando que la etapa en la que los padres son los responsables de la adecuada alimentación es la más fundamental para que el infante alcance la estatura y peso corporal deseado (J & M, 2015).

### 2.2.2 Alimentación del niño

Durante la infancia es cuando se desarrollan los hábitos nutricionales y el aprendizaje que se verá en la edad adulta y esto depende de los padres y la dedicación que le brinda para que el infante se alimente correctamente. También dice que los niños que tienen más energía necesitan más calorías, eso quiere decir que la alimentación debe ser mayor que la establecida y es por eso que se debe seleccionar alimentos que sean de agrado del niño, es

decir que los entusiasmen para motivarlos a alimentarse sin problema (Schwartz, Posthauer, & O'Sullivan Maillet, 2020).

Cuando hay una expectativa de vida o calidad de vida razonable, con apoyo nutricional mediante la vía enteral o parenteral puede apoyar y mejorar la calidad de vida principalmente en la etapa neonatal para evitar posibles complicaciones en la edad adulta que precisamente se afecta en el área cognitiva y motora (Schwartz et al., 2020).

#### *2.2.2.1 Alimentación en la etapa preescolar*

En la etapa preescolar el niño empieza a interesarse por ciertos alimentos y a elegirlos de acuerdo a sus deseos en el cual se vuelve más difícil la alimentación por lo que deciden que les gusta comer y que no y los caprichos al momento de comer limita al padre de familia para alimentar a su niño de manera adecuada por lo que el infante tiene poco apetito. En la elección de alimentos, influyen factores genéticos, aunque tiene mayor importancia los procesos de observación e imitación (J & M, 2015).

#### *2.2.2.2 Alimentación en la etapa escolar*

Al ir avanzando con la edad en la etapa escolar la educación alimenticia y el apetito se regula de manera que el infante opta por alimentarse de cierta manera con más frecuencia y el observar o conocer los deseos alimenticios del entorno el infante decide alimentarse sin ningún problema, pero así también el gasto energético es mayor por el sin número de actividades de juego que se realiza en todo el día, por eso mantener una dieta rica en nutrientes incrementará tanto energética como físicamente (J & M, 2015).

### **2.2.3 Factores que influyen en la nutrición**

La nutrición del hombre, es la relación con los ambientes ecológicos, biológicos y socioculturales, así mismo él se comporta según sus gustos personales, los cuales desde tempranas edades se van definiendo los cuales repercuten en la sociedad que los rodea (CDC & National Center for Environmental Health, 2014).

Cada uno de los procesos que influyen sobre la nutrición en niños, muy independientemente de los recursos económicos, el proceso alimenticio recomendado en la edad inicial y el más importante es en las edades de 0-12 años que es en ese proceso dónde se desarrolla tanto

mental como físico para evitar complicaciones físicas y psicológicas ya sean de obesidad o desnutrición llevando con ello problemas de salud (Narkunski et al., 2015).

## **2.2.4 Tipos de Alimentación Escolar**

Para definir las necesidades nutricionales en un escolar cada ingesta debe tener:

- 1. Alimentos Energéticos:** Son los que brindan energía para realizar todas nuestras actividades, como el pan, galletas, una rodaja de bizcocho o un dulce casero.

La energía no es ningún nutriente que se encuentra dentro de los alimentos, sino que se obtiene tras la utilización de los macronutrientes por las células. Así, todos los alimentos, en función de los nutrientes que los componen, aportan energía o, lo que es lo mismo, calorías en mayor o menor medida (Martinez & Pedrón, 2016).

### **Gasto energético**

El organismo gasta su energía al mantener la temperatura corporal y ciertas funciones vitales del cuerpo como es la circulación, respiración y digestión conocido como metabolismo basal y el crecimiento es un factor que produce un gasto energético mayor puesto que en la etapa escolar se observa con mayor incremento y es por ello que la ingesta abundante de energía es indispensable para que el preescolar se desarrolle en todos los aspectos que él lo necesite (Martinez & Pedrón, 2016).

- 2. Alimentos Formadores:** Son los que aportan proteínas de los cuales están presentes en alimentos que ayudan al crecimiento como el queso, huevo, leche, carne de res o pollo.

Las proteínas son moléculas estructuradas por millones de aminoácidos que cumple la función estructural encargado de formar un organismo estructuralmente y se encuentra en los músculos, huesos, piel, órganos y la sangre, pero también interviene en el proceso de metabolismo conformado por enzimas y por ciertas hormonas participando en la defensa del organismo y permite la coagulación de la sangre ya que la misma se encuentra compuesta por proteínas así como es considerada también una gran fuente de energía necesaria para el desarrollo adecuado y buen funcionamiento del organismo y del individuo en general (Martinez & Pedrón, 2016).



### Tabla 1. Proteínas

El aporte proteico va a depender del alimento y se considera en alto, medio y bajo tomando en cuenta a:

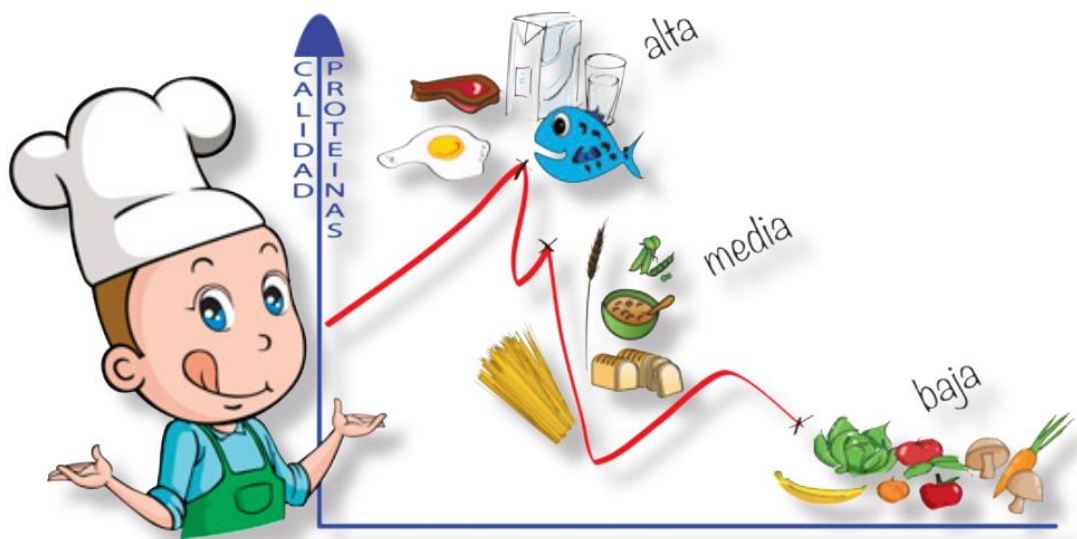
<b>Alto</b>	Son todos los alimentos de origen animal como la carne, huevo, leche, pollo, pescado, etc.
<b>Medio</b>	Son todos los alimentos de cereal tales como el trigo, pan, maíz, cebada y pastas
<b>Bajo</b>	Considerados las legumbres como la zanahoria, lechuga, brócoli, tomate, pero a excepción de las papas que es un alimento con mayor carga proteica.

**Nota,** clasificación de las proteínas y en qué tipo de alimentos se las puede encontrar.

**Fuente:** (Martinez & Pedrón, 2016).

**Elaborado por:** Daniela Ayala, 2021.

### Gráfico 2. Carga proteica



**Nota,** gráfica de las proteínas por niveles.

**Fuente:** (Martinez & Pedrón, 2016).

- 3. Alimentos Reguladores:** Son los que brindan vitaminas, minerales y fibra, y se encuentran fundamentalmente en las frutas, como el plátano, la manzana y el durazno. Es importante enviarlos enteras y con cascara, para evitar su oxidación.

Las vitaminas son sustancias orgánicas de composición variable, pero son muy necesarias y en pequeñas cantidades para el organismo, siendo indispensables para el buen funcionamiento del mismo. Su principal función es la reguladora, las cuales actúan

ordenando múltiples reacciones químicas del metabolismo que ocurren en las células de cada parte del cuerpo indispensable para el adecuado funcionamiento (Martinez & Pedrón, 2016).

**Tabla 2.** Vitaminas

<b>Vitaminas liposolubles</b>	<b>A</b>	Hígado, aceites de pescado, lácteos, yema de huevo, sardinas, atún En forma de provitamina-A (carotenos) en verduras de hoja verde y colores rojos-naranjas.
	<b>D</b>	Exposición a la luz solar, pescados grasos, aceites de hígado de pescado (bacalao), huevos, lácteos
	<b>E</b>	Aceites vegetales (soja, maíz), margarinas, frutos secos, hortalizas, verduras, cereales (germen de trigo)
	<b>K</b>	Verduras (espinacas, brécol, repollo), aceite de soja, aceite de oliva, legumbres
<b>Vitaminas hidrosolubles</b>	<b>B1</b>	Cereales, legumbres (guisantes y habas), levadura de cerveza, frutos secos, carne (sobre todo cerdo), hígado.
	<b>B2</b>	Leche, vísceras animales, pescado, huevos, vegetales verdes.
	<b>B3</b>	Vísceras, pescados, harinas, legumbres
	<b>B5</b>	Carne, cereales, legumbres, frutas, verduras
	<b>B6</b>	Carnes rojas, hígado, legumbres, frutos secos, plátano
	<b>B8</b>	Hígado, yema de huevo, frutos secos, verdura
	<b>B9</b>	Verduras de hoja verde (espinacas, acelgas, grelos), coles, guisantes, garbanzos, frutas, frutos secos, cereales fortificados, hígado.
	<b>B12</b>	Sólo en productos animales. Vísceras, yema de huevo, marisco, pescado, carnes, lácteos.
<b>C</b>	Frutas (fresa, kiwi, grosella, cítricos), verduras (pimiento, col, perejil, berro, brécol), vísceras.	

**Nota,** clasificación de liposolubles e hidrosolubles.

**Fuente:** (Martinez & Pedrón, 2016).

**Elaborado por:** Daniela Ayala, 2021.

### 2.3 Aprendizaje

El aprendizaje es el proceso de constante transformación de la información y la construcción propia de cada uno del conocimiento basándose en la experiencia, habilidades, comportamientos y actitudes. Define el aprendizaje como “un cambio relativamente permanente en la conducta o en su potencialidad que se produce a partir de la experiencia y

que no puede ser atribuido a un estado temporal somático inducido por la enfermedad, la fatiga o las drogas” (Contel, 2019).

En la actualidad el estudio del aprendizaje desde el punto de vista del alumno, es quien proporciona significado y sentido a los procesos y el que decide lo que tiene que aprender. Pero el interés no se centra en saber cuánto conocimiento ha adquirido, sino, sobre todo, en conocer la estructura y la calidad de ese conocimiento, así como los procesos utilizados para aprenderlo. Partiendo de la evidencia de que el aprendizaje es un proceso socialmente mediado, también es necesario precisar que requiere una implicación activa del estudiante, única manera de que se produzca un cambio real en la comprensión significativa (Julián, 2018).

Al pasar del tiempo el individuo va adquiriendo conocimiento nuevo de acuerdo a la edad en la que se encuentra o desarrollando mejores habilidades, pero se considera parte fundamental llevar una adecuada alimentación y un estímulo constante durante el periodo preescolar que es considerado fundamental para un adecuado desenvolvimiento del infante, esto con aporte de los padres que proporcionan un ejemplo en el cual el infante se refleja y aprende de manera constante y enfocándose al desarrollo individual frente a la sociedad para resolver problemas o ataduras que se puedan presentar (Castro & Guzmán De Castro, 2015).

### *2.3.1 Aprendizaje preescolar*

La educación preescolar se centra en el apoyo al aprendizaje accesible a los niños en los entornos y programas formales u organizados. Habitualmente abarca desde los tres años de edad hasta el inicio de la enseñanza primaria. Según la categorización del Programa de Nivel 0 de la Clasificación Internacional Normalizada de la Educación (CINE), los programas de educación preescolar normalmente se centran en las interacciones con los compañeros y los educadores capacitados y en el desarrollo de las competencias lógicas y de razonamiento, así como en la introducción de los primeros conceptos de lectoescritura y de matemáticas y otras competencias de preparación para la escuela. El panorama de la provisión de la educación preescolar es complejo, con una gran diversidad de programas y proveedores. La edad de incorporación a los programas de educación preescolar y la duración de estos difieren de un país a otro (UNICEF, 2018).

### 2.3.2 Estilo de aprendizaje según Kolb

Es quien se encargó de evaluar las debilidades y fortalezas de cada estudiante que le permite aprender y estos son los convergente, divergente, asimilador y acomodador.

**Tabla 3.** Aprendizaje según Kolb

Convergente	Es aquella que busca la aplicación práctica de las ideas, sus conocimientos están organizados y puede resolver problemas específicos mediante razonamiento hipotético deductivo.
Divergente	Es aquel que tiene alto potencial imaginativo y flexible, tiende a considerar las situaciones completas desde muchas perspectivas.
Asimilador	Es aquél que posee la capacidad de crear modelos técnicos, se interesa más por los conceptos abstractos que por las personas menos aún por la aplicación práctica
Acomodador	Es aquella que se inclina por elaborar proyectos o experimentos adaptándose o involucrándose fácilmente a situaciones nuevas en el más arriesgado de los estilos.

**Nota,** explica los procesos de aprendizaje desde lo analizado por KOLD.

**Fuente:** (Castro & Guzmán De Castro, 2015).

**Elaborado por:** Daniela Ayala, 2021.

### 2.3.3 Estilo de aprendizaje según Witkin

Éstos están caracterizados por ser bipolares, y porque uno de ellos percibe el estímulo como un todo, globaliza, el otro percibe distintas partes y es analítico, ambos poseen igualdad de ventajas y desventajas.

**Tabla 4.** Aprendizaje según Witkin

Dependencia de campo	Es aquel que busca seguridad en referentes externos manifiestan alta, conducta interpersonal y atiende a claves sociales proporcionados por otros. Presentan dificultad para trabajar con materiales sin estructura, prefieren resolver problemas en equipos.
Independencia de campo	Es aquel que busca seguridad en referentes internos, manifiestan orientaciones impersonales y relativamente insensibles a claves sociales, preocupado por ideas y principios abstractos. Trabajan bien con materiales sin estructura, prefieren resolver problemas en forma individual no se sienten a gusto en equipos.

**Nota,** análisis del aprendizaje desde el punto de vista de WITKIN.

**Fuente:** (Castro & Guzmán De Castro, 2015).

**Elaborado por:** Daniela Ayala, 2021.

### 2.3.1 Tipos de aprendizaje

- **Aprendizaje receptivo:** en este tipo de aprendizaje el sujeto sólo necesita comprender el contenido para poder reproducirlo, pero no descubre nada.
- **Aprendizaje por descubrimiento:** el sujeto no recibe los contenidos de forma pasiva; descubre los conceptos y sus relaciones y los reordena para adaptarlos a su esquema cognitivo.
- **Aprendizaje repetitivo:** se produce cuando el alumno memoriza contenidos sin comprenderlos o relacionarlos con sus conocimientos previos, no encuentra significado a los contenidos estudiados.
- **Aprendizaje significativo:** es el aprendizaje en el cual el sujeto relaciona sus conocimientos previos con los nuevos dotándolos así de coherencia respecto a sus estructuras cognitivas.
- **Aprendizaje observacional:** tipo de aprendizaje que se da al observar el comportamiento de otra persona, llamada modelo.
- **Aprendizaje latente:** aprendizaje en el que se adquiere un nuevo comportamiento, pero no se demuestra hasta que se ofrece algún incentivo para manifestarlo.

### 2.3.2 Estilos de aprendizaje

- **Visual:** Ocurre cuando uno observa imágenes y debe relacionar con ideas para luego crear conceptos (Contel, 2019).
- **Auditivo o sonoro:** la información se da al emplear el sentido de la audición
- **Táctil:** este estilo de aprendizaje se usa para las personas que no logran teóricamente el conocimiento y es por eso que ellos necesitan llevarlo a la práctica
- **Kinestésico:** se caracteriza por tener la facilidad de almacenar conocimiento y habilidades que tiene que ver con la manipulación de objetos, este contrasta el visual y el auditivo.

#### 2.3.2.1 Factores que influyen en el Rendimiento Académico

Existen diversos factores que influyen en el Rendimiento Académico y que deben tomarse en cuenta al momento de utilizar el tiempo libre, debido a que éste será uno de los que incidan mayoritariamente en el éxito o no del quehacer escolar.

### *2.3.2.2 Factores personales que constituyen las cualidades individuales del niño*

- Aptitudes
- Capacidades
- Personalidad

## **2.4 Contexto Escolar**

- Tipo de centro
- Relaciones con el profesorado
- Relaciones con los compañeros o compañeras
- Métodos docentes

## **2.5 MARCO LEGAL**

El presente trabajo está relacionado con los paradigmas propuestos por la Facultad de Educación, Humanas y Tecnologías, en la Carrera de Educación Básica. El desarrollo de la presente investigación se sustenta en los parámetros planteados según el área, emitido en el documento.

El Art. 3 de la Constitución, en los numerales 1 y 5, establece que son deberes primordiales del Estado:

Garantizar sin discriminación alguna el efectivo goce de los derechos establecidos en la Constitución y en los instrumentos internacionales, en particular la educación, la salud, la alimentación, la seguridad social y el agua para sus habitantes.

Planificar el desarrollo nacional, erradicar la pobreza, promover el desarrollo sustentable y la redistribución equitativa de los recursos y la riqueza, para acceder al Buen Vivir.

Adicionalmente, en el Art. 32 de la Carta Magna se estipula que la salud es un derecho que se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos, el derecho al agua, la alimentación, los ambientes sanos, entre otros. Para el ejercicio del derecho a la salud, prevé la implementación de políticas económicas, sociales, culturales, educativas y ambientales; así como, el acceso permanente, oportuno y sin exclusión a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud, salud sexual y salud reproductiva.

También, los Art. 358 y 359 establecen que el sistema nacional de salud tendrá por finalidad el desarrollo, la protección y recuperación de las capacidades y potencialidades para una vida saludable e integral, tanto individual como colectiva, y abarcará todas las dimensiones del derecho a la salud; garantizará la promoción, prevención, recuperación y rehabilitación en todos los niveles.

### **Plan Nacional de Desarrollo**

En la última década se hicieron importantes intervenciones públicas para mejorar las condiciones de vida de la población rural más desfavorecida. Hay mejoras en la calidad de vida de la población, nuevas actividades generadoras de ingresos, mayor cultura empresarial, mejor infraestructura de conectividad, presencia de campesinos e indígenas en las esferas de decisión, y cambios en las relaciones de género, por medio de normas o respuestas organizacionales. Sin embargo, está pendiente consolidar un desarrollo económico rural que genere trabajo en condiciones dignas, con acceso justo a tierra, agua y factores de producción, que promueva el respeto y promoción de formas organizativas locales, la implementación de formas de producción agroproductiva no intensivas en el uso de agroquímicos o dependientes de semillas certificadas, que permita incrementar los ingresos familiares y romper el ciclo de pobreza y desigualdad, que promueva una comprensión propia del campo y sus realidades, entendiendo su manera de experimentar y vivir la modernidad, manteniendo y valorizando sus saberes (Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo, 2017).

Las políticas del objetivo 6. El 6.3 desean impulsar la producción de alimentos suficientes y saludables, así como la existencia y acceso a mercados y sistemas productivos alternativos, que permitan satisfacer la demanda nacional con respeto a las formas de producción local y con pertinencia cultural. El punto 6.4 desea fortalecer la organización, asociatividad y participación de las agriculturas familiares y campesinas en los mercados de provisión de alimentos. En el punto 6.5 tienen un enfoque para promover el comercio justo de productos, con énfasis en la economía familiar campesina y en la economía popular y solidaria, reduciendo la intermediación a nivel urbano y rural, e incentivando el cuidado del medioambiente y la recuperación de los suelos. Y la principal meta es incrementar del 86,44% al 86,87% la participación de los alimentos producidos en el país en el consumo de los hogares ecuatorianos a 2021 (Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo, 2017).

# La **nutrición** y el **aprendizaje**

en los estudiantes de  
Segundo de Básica en la  
**Unidad Educativa San Pablo**  
en el período 2020 -2021





## **Guía nutricional para la comunidad educativa para una alimentación saludable entre sus familias y personas de su entorno**

### **Introducción**

La etapa escolar constituye en el desarrollo físico e intelectual donde la alimentación es la base esencial para crear una correcta educación nutricional, recordemos que el hogar es el lugar donde es el más apropiado para crear la conciencia.

Esta guía nutricional tiene como objetivo principal lograr que los padres de familia puedan acogerse y variar con los diferentes productos que se logra obtener en su diario vivir, para de esa manera poder ayudar a seleccionar los alimentos necesarios para llevar una vida saludable la misma que genera buenos nutrientes para lograr obtener un alto rendimiento académico de los sus hijos en sus estudios.

El presente trabajo es resultado de un arduo trabajo de investigación donde los datos obtenidos revelan que existe un grado de falta de hábitos alimenticios, en la Unidad educativa San Pablo, es un cantón Guano donde se puede obtener fácilmente alimentos que están a la mano del ser humano es de fácil acceso, y con los cuales podemos elaborar menús saludables y adecuados a la edad de los escolares.

Lo que sigue es consumir una gran variedad de alimentos que posean un alto contenido de nutrientes que equilibren la carencia de otro alimento es decir saber sustituirlo y no lo podemos conseguir.

### **Justificación**

Se realizó una investigación con el tema **“LA NUTRICIÓN Y EL APRENDIZAJE EN LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO DE BÁSICA EN LA UNIDAD EDUCATIVA SAN PABLO EN EL PERIODO 2020-2021.”** provincia de Chimborazo cantón Guano y una vez culminado este trabajo se concluye que:

El grado de nutrición de los niños es inadecuado ya que muchos no se acostumbran a consumir 5 alimentos que entre estos son desayuno, refrigerio, almuerzo, refrigerio y merienda., donde los mismos sean balanceados adecuadamente para así obtener los nutrientes necesarios para el buen rendimiento académico de los escolares; sin embargo el

consumo de comida chatarra las cuales son perjudiciales en la salud con exceso generando problemas gastrointestinales los mismo que se venden a la entrada y salida de la institución algunos de ellos no cuentan con registro sanitario.

Una de las alternativas es socializar la importancia de tener una correcta alimentación y entregar una sugerencia de menú el cual los padres de familia tomen conciencia de lo que los hijos consumen dentro y fuera de la unidad educativa.

Es factible realizar una guía, porque se cuenta con productos agrícolas del sector, además de obtener la información necesaria para la elaboración y aplicación del mismo con el director de la Escuela.

### **Objetivo**

- Plantear una guía nutricional para la comunidad educativa para una alimentación saludable entre sus familias y personas de su entorno.

### **Análisis de factibilidad**

#### **Política**

La propuesta es factible realizarla al contar con el aval y apoyo del director, docentes y padres de familia quien conforman la Unidad Educativa San Pablo para proponer alternativas solucionables al problema encontrado dentro de la institución.

#### **Socio-cultural**

La sociedad está acostumbrada a consumir productos que ya están preparados (comida chatarra), sin embargo, se pretende que los padres de familia tomen buenos hábitos para obtener una buena alimentación y así gozar de una excelente salud.

#### **Equidad de genero**

La propuesta será beneficiaria tanto para las y los niños sin incentivar a la discriminación de género, tomando en cuenta todos los niños y niñas de la unidad educativa que actualmente presentan problemas alimenticios y complicaciones de salud.

#### **Ambiental**

Al obtener una buena alimentación los niños alcanzaran a permanecer despiertos y activos durante la clase, desarrollando actividades tanto cognitivas como físicas sin preocuparse por el riesgo en desórdenes de los signos vitales por agitación e hipertermia.

### **Económico- Financiero**

El costo de elaboración e implementación de la propuesta estará financiado en su totalidad por los padres de familia al considerarse beneficiarios del proyecto elaborado.

### **Legal**

Ningún instrumento legal (Constitución Política, LOEI) se opone a la implementación de la propuesta, sino que más bien la promueve.

### **Enfoque**

Esta propuesta tiene la iniciativa de promover la nutrición, para realizar las siguientes actividades se recomienda leer detenidamente los ingredientes que utilizaremos para la preparación de nuestros menús.

- 1.- Lavarse las manos con agua y jabón antes de empezar a trabajar
- 2.- lavar y preparar los alimentos que se utilizaran
- 3.- Escuchar con atención los beneficios nutricionales que se obtendrá en la preparación de la receta.
- 4.- Seguir con atención los pasos de la demostración en forma ordenada.

## Menú diario

# DESAYUNO

## POSTRE DE LECHE CON FRUTAS

### Beneficios:

- Avena: controla los niveles de azúcar.
- Fresa: escudo contra enfermedades como el cáncer, la gota, la artritis y la anemia.
- Guineo: promueve la pérdida de peso.
- Yogurt: imposibilita el desarrollo de bacterias dañinas en el intestino.



## MENESTRÓN GUATITA JUGO DE MORA Y FRESA



# ALMUERZO

### Beneficios:

- Lentejas: ayuda a mantener los niveles de glucosa.
- Mazorca: previene enfermedades digestivas como el estreñimiento.
- Viseras: contiene ácido fólico y hierro.
- Limón: reduce enfermedades urinarias.
- Fresas: previene los cálculos renales.

# MERIENDA

## SECO DE COSTILLA

### Beneficios:

- Costilla: fuente de minerales como el hierro y el zinc, que desempeñan un papel vital en el sistema inmune.



# DESAYUNO

## MELLOCOS CON LENTEJA Y POLLO

### Beneficios:

Meloco: Cuenta con el 85% de agua, 1% de proteínas, 14% de almidón y azúcar. Aporta con 360 calorías por cada 100 gramos y 23 miligramos de vitamina C, reduciendo enfermedades intestinales



## SOPA DE QUINUA POLLO CON ZANAHORIA, PAPA Y SALSA DE CARNE JUGO DE MORA



# ALMUERZO

### Beneficios:

Quinoa: regula el colesterol.  
Pollo cocinado: ayuda al incremento de masa muscular.  
Mora: contiene vitaminas A, C y E y minerales como el zinc y el manganeso que benefician el sistema inmune, reforzando las defensas.

# MERIENDA

## SOPA DE FIDEO CON LECHE

### Beneficios:

Fideos: excelente fuente de energía, no engorda y previene de la arteriosclerosis.  
Leche: cuenta con calcio, la leche es una fuente de fósforo, potasio, riboflavina, vitamina B12, y contiene varias otras vitaminas y minerales



# DESAYUNO

## MOROCHO CON PAN

### Beneficios:

Morocho: Favorece el tránsito intestinal y evita el estreñimiento porque contiene gran cantidad de fibra.



# ALMUERZO

## LOCRO DE ARVEJA POLLO CON APANADURA, PURÉ DE PAPA LIMONADA



### Beneficios:

Arveja: recomendada a personas diabéticas y elimina el colesterol.  
Pollo broaster: facilita la digestión.  
Puré de papa: no contiene gluten que produce dolor abdominal.  
Limón: fortalece las venas.

# MERIENDA

## HUMAS CON CAFÉ

### Beneficios:

Choclo: contiene muchas vitaminas y minerales que favorecen nuestro metabolismo.



# DESAYUNO

## HUEVOS REVUELTOS Y PAN CALIENTE

### Beneficios:

Huevos: aporta grasas insaturadas.  
Embutidos: ideal para personas con anemia y falta de hierro.



## CREMA DE ZAPALLO CON QUESO HABAS CON CARNE AL JUGO



# ALMUERZO

### Beneficios:

Zapallo: aporta beneficios a la salud cardiovascular.  
Habas: son ricas en hierro, lo que hacen de este un alimento que combate la anemia.

# MERIENDA

## PAPA CON CARNE Y ZANAHORIA

### Beneficios:

Papa: anti oxidantes y nutrientes esenciales  
Carne: ayuda a crear hemoglobina  
Zanahoria: ayuda a reparar las células dañadas por efectos ambientales.



# DESAYUNO

COLADA DE NARANJILLA CON EMPANADA

**Beneficios:**

Naranjilla: ayuda a la producción de colágeno y la absorción del hierro.



LOCRO DE CUERO  
ESTOFADO DE CARNE Y VERDURAS  
JUGO DE TOMATE DE ARBOL



# ALMUERZO

**Beneficios:**

Cuero de cerdo: tiene un alto valor energético.

Carne: alto nivel de carnitina que ayuda a la producción de energía.

Verduras: ayuda al tránsito intestinal

Tomate de árbol: fortalece el sistema inmune.

# MERIENDA

ENSALADA CON HUEVO

**Beneficios:**

Huevos: aporta grasas insaturadas.

Col: contiene una gran cantidad de agua que ayuda a la digestión.

Tostado: reduce las náuseas y la acidez estomacal

Huevos: aliado perfecto para el exceso de peso.





# DESAYUNO

## MOTE PILLO

### Beneficios:

Los carbohidratos polisacáridos aportan energía, por lo que se recomienda que sea aprovechado por deportistas y niños en crecimiento..



## SOPA DE VERDURAS LOMO Y ENSALADA DE REMOLACHA JUGO DE PIÑA Y COCO



# ALMUERZO

### Beneficios:

Lomo de res: aumenta el número de glóbulos rojos.

Verduras: fortalece la flora intestinal y mejora la circulación.

Remolacha: mejora el sistema muscular.

Piña: ayuda a eliminar la grasa corporal.

Coco: regula la presión sanguínea.

# MERIENDA

## POLLO CON ENSALADA DE PEPINO, LECHUGA Y FREJOL

### Beneficios:

Pollo asado: salud cardiovascular

Lechuga: regula el azúcar en la sangre.

Pepino: Mantiene las defensas del organismo en perfecto estado.



# DESAYUNO

COLADA DE AVENA CON PIÑA

**Beneficios:**

Avena: ayuda a reducir el colesterol

Piña: fibra que ayuda a mantener regulado el aparato digestivo



SOPA DE QUINUA  
POLLO FRITO CON ENSALADA Y  
MAYONESA  
JUGO DE TAMARINDO



# ALMUERZO

**Beneficios:**

Quinoa: posee aminoácidos esenciales para la digestión

Pollo: altos niveles de triptófano con serotonina.

Maracuyá: fortalece el sistema autoinmune

Tamarindo: ayuda a evitar el estreñimiento.

# MERIENDA

CONSOMÉ DE POLLO

**Beneficios:**

Pollo: contiene proteína baja en grasa



# DESAYUNO

## COLADA DE MANZANA CON PAN

### Beneficios:

Según un estudio de la Universidad de Massachusetts Lowell, el zumo de la manzana puede aumentar la producción de acetilcolina, un neurotransmisor que mejora la memoria



# ALMUERZO

## SOPA DE MELLOCO POLLO CON VERDURAS ARROZ CON LENTEJA Y JUGO DE PIÑA



### Beneficios:

Meloco: excelente para problemas estomacales ayudando a la úlcera.  
Pollo: proteína al rendimiento muscular.  
Arroz: contiene fibra y ayuda a la digestión.  
Lenteja: proporciona estabilidad a la glucosa.  
Piña: favorece la prevención de coágulos sanguíneos.

# MERIENDA

## ENSALADA DE HUEVO Y ATÚN

### Beneficios:

Atún: estimula la formación de glóbulos rojos  
Huevos: disminuye el riesgo de enfermedades.



# DESAYUNO

## CHOCOLATE CON QUESO Y TORTILLA DE YUCA

### Beneficios:

Chocolate: reduce el riesgo de problemas cardio vasculares.

Yuca: ayuda al alivio de jaquecas, estreñimiento y de artritis.

Queso: ayuda a controlar la osteoporosis y enfermedades de huesos.



## LOCRO DE HABA CHULETA ASADA CON PURÉ DE PAPA Y ARROZ JUGO DE TOMATE



# ALMUERZO

### Beneficios:

Haba: proporciona beneficios para el corazón.

Papa: tienen abundantes micronutrientes, sobre todo vitamina C.

Tomate de arbol: ayuda a fortalecer el sistema inmune.

# MERIENDA

## SECO DE POLLO

### Beneficios:

Plátano maduro: evita enfermedades cardio vasculares, diarrea, depresión anemia e hipertensión.

Pollo: previene migrañas y deficiencias cardiacas.

Rábano: fortalece el sistema circulatorio.



# DESAYUNO

## HUEVOS CON VERDE Y CARNE

### Beneficios:

Verde: Mejora el ritmo cardiaco

Huevos: ayuda a combatir el exceso de peso

Carne: Forma glóbulos rojos y ayuda al sistema nervioso central.



## BOLAS DE VERDE CARNE DE RES CON LENTEJA AVENA CON MARACUYÁ



# ALMUERZO

### Beneficios:

Verde: pueden variar desde la pérdida de peso, el control de la glucosa, la disminución de los niveles del colesterol.

Carne: vitamina B12; esta vitamina nos ayuda a metabolizar proteínas, a formar glóbulos rojos y a darle mantenimiento al sistema nervioso central

# MERIENDA

## CREMA DE COLIFLOR

### Beneficios:

Coliflor: es baja en calorías pero aporta vitaminas y proteínas.



## **CAPÍTULO III**

### **3. METODOLÓGIA**

#### **3.1 MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN**

##### *3.1.1 Cualitativo*

Este tipo de metodología sirvió para conocer las distintas cualidades y comportamientos del niño en base a los resultados y buscar una posible solución.

#### **3.2 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN**

##### **3.2.1 Bibliográfico**

Recopilación de datos investigativo en libros físicos o electrónicos.

##### **3.3.2 Campo**

Es una investigación de campo porque la realizamos en el lugar donde se ha desarrollado el problema y estuvimos también en contacto con los gestores del problema de la Unidad Educativa San Pablo

#### **3.3 NIVEL DE INVESTIGACIÓN**

##### **3.3.1 Descriptiva**

Busca especificar características y propiedad importantes de cualquier fenómeno que se analicé. Describe tendencia de un grupo población, se está explorando el objeto de estudio en base a la recolección de datos que puntualice la situación tal y cual se presenta

##### **3.3.2 Cuantitativo**

En cuanto a la recolección y el análisis de datos para contestar las preguntas de investigación confiando en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de la estadística para establecer con exactitud patrones alimenticios de la población y se extrae una serie de conclusión y recomendaciones de acorte a la investigación.

### 3.3.3 No experimental

Es una investigación en la cual no se manipula las variables objeto de la investigación.

### 3.3.4 Transversal

La investigación se realiza en un periodo determinado, con una población específica con segundo año de educación básica de la unidad Educativa San Pablo, donde se aplica una encuesta a padres de familia y docentes.

## 3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

### 3.4.1 Técnicas

**Encuesta:** Es ampliamente utilizada como procedimiento de investigación, ya que permite obtener y elaborar datos de modo rápido y eficaz. (Anguita, 2002).

### 3.4.2 Instrumentos

#### Cuestionario

El cuestionario se utilizó en base a una lluvia de ideas de las dos variables de estudios para conocer el criterio del docente y como poder trabajar en la enseñanza – aprendizaje evitando que el niño.

#### Técnicas e instrumentos de recolección de datos

<b>Variables</b>	<b>Técnicas</b>	<b>Instrumentos</b>	<b>Descripción</b>
<b>Nutrición</b> La nutrición va más allá de comer, es un proceso en el cual se obtiene nutrientes (Otero Lamas,2012).	Encuesta	Cuestionario	Es ampliamente utilizada como procedimiento de investigación porque permite obtener y elaborar datos de modo rápido y eficaz (Anguita 2002).
<b>Aprendizaje</b>			Es ampliamente utilizada como procedimiento de

Proceso a través del cual el ser humano adquiere o modifica sus habilidades, destrezas, conocimientos o conductas (Raffino, 29).			investigación, ya que permite obtener y elaborar datos de modo rápido y eficaz. (Anguita, 2002)  Para nuestra investigación, la misma que constará con 10 ítems donde se elaborará dos una que será para los docentes y otra para los padres de familia.
--	--	--	--

**Elaborado por:** Ayala Martínez Daniela Jhoanna, 2020

### 3.5 Población y muestra

#### 3.5.1 Población

Niños y niñas de la comunidad Educativa San Pablo, de la provincia de Chimborazo Cantón Guano.

#### 3.5.2 Muestra

Estuvo integrada por los estudiantes de primero de educación básica.

NIVEL	HOMBRE	MUJERES	DOCENTE
Elemental	6	10	1
Total	17		

**Nota** determinación de la muestra definiendo en número de personas que se aplicó los instrumentos de investigación.

**Elaborado por:** Daniela Jhoanna Ayala Martínez

**Fecha:** septiembre 2020

### 3.6 PROCEDIMIENTO PARA LA RECOLECCION DE DATOS ANALISI E INTERPRETACIÓN

- Recolección de datos en base a la aplicación de las técnicas e instrumentos de investigación.
- Revisión y barrido de la información obtenida.



- Procesamiento de datos a través del aplicativo informático correspondiente.
- Tabulación y presentación grafica de la información (estadígrafos).
- Análisis e interpretación de los resultados obtenidos.
- Conclusiones y recomendación

## **CAPÍTULO IV**

### **4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

El desarrollo de la entrevista permitió evaluar al docente, este se realiza en Word con un total de 10 preguntas que desea analizar desde el punto de vista de la encuestada, la alimentación del estudiante ya sea adecuada o considere falte algún tipo de cuidados o recomendaciones que son útiles para el desarrollo de la propuesta enfocada en los resultados obtenidos.

La entrevista fue llenada correctamente por parte de la docente a la que se le ha evaluado, las preguntas fueron desarrolladas mediante conversación que se puede visualizar en el Anexo C y el documento se encuentra visualizado en el Anexo D que se efectúa en un periodo de tiempo de 1 semana dónde se solicita la autorización para el acercamiento directo con la docente y la aplicación de la documentación.

## Encuesta (Docente)

Tabla 5. Encuesta (Docente)

Pregunta	Respuesta	Análisis
<b>1. ¿Qué enfermedades o desordenes ha podido observar usted en los niños que están relacionados con la alimentación?</b>	Enfermedades gastrointestinales, desnutrición	Se considera que las enfermedades gastrointestinales se deben a la falta de una buena alimentación, o la falta de atención por parte de los padres de familia, los cuales no toman medidas adecuadas de alimentación para los hijos y el desequilibrio alimenticio puede generar desnutrición o también obesidad.
<b>2. ¿Cuál es el estado de salud de los niños?</b>	Regular	El estado de salud de los niños de la institución indica que es regular porque se evidencia falta de atención a las clases y muy probablemente porque se puede observar desnutrición o tal vez obesidad.
<b>3. Durante el recreo ¿qué tipo de alimentación consumen los niños?</b>	Comida chatarra	La comida chatarra es evidente en los recreos ya que no existe una adecuada planificación por parte del bar es decir que sea equilibrada o enfocada en proporcionar verdaderos nutrientes para un adecuado funcionamiento completo del estudiante.

<p><b>4. En general ¿Cuál es el nivel de atención en clases de los niños?</b></p>	<p>Medio</p>	<p>Los niveles de atención de los niños en su rendimiento académico son medio porque se puede observar que se distraen, se duermen, se han llegado a desmayar y el rendimiento académico en el análisis de sus calificaciones no son las adecuadas.</p>
<p><b>5. ¿En el exterior de la escuela ha podido observar la presencia de vendedores de comida a la entra y salida de la escuela?</b></p>	<p>Si</p>	<p>Al exterior de la escuela si se evidencia la presencia de vendedores ambulantes los mismos que no cuentan con la higiene necesaria para elaborar los productos que venden y también al encontrarse en un ambiente contaminante que en este caso son las calles de la institución.</p>
<p><b>6. ¿Considera usted que el PAE es una buena estrategia para incentivar a tener una buena alimentación de los escolares?</b></p>	<p>Si</p>	<p>La docente considera que el PAE si es una buena estrategia para la alimentación, sin embargo, como se ha venido analizando los niños tienen problemas gastrointestinales, una desnutrición evidente.</p>
<p><b>7. ¿Qué alternativa educativa se podrían implementar para mejorar la nutrición y elevar el rendimiento académico en los niños?</b></p>	<p>Mantener una dieta equilibrada</p>	<p>Se sugiere crear nuevas estrategias las mismas que ayudan a llegar a los estudiantes de una manera mas dinámica la cual les llame la atención y pongan ansia en conocer y entender el objetivo de una buena alimentación porque le proporciona a desarrollan un mejor rendimiento académico</p>

<b>8. Una alimentación equilibrada, se evidencia en los niños para realizar activamente sus tareas.</b>	Rara vez	Se puede creer que los estudiantes de la institución no desarrollan actividades deportivas en la escuela precisamente porque la alimentación que consumen diariamente no aporta al desarrollo activo de cualquier actividad ya sea dentro o fuera de la institución.
<b>9. ¿Considera usted que los alimentos que se consume en casa son los adecuados y suficientes para obtener los nutrientes necesarios para su desarrollo físico e intelectual?</b>	A veces	Desde el punto de vista del docente de la institución considera que el consumo alimenticio de cada niño no es el adecuada para las necesidades nutricionales ya sea para el correcto funcionamiento del organismo o para un rendimiento cognitivo estable y rentable.
<b>10. ¿Usted estimula a los estudiantes a consumir alimentos saludables como frutas y verduras?</b>	Rara vez	Se puede analizar que tal vez la docente no realiza este tipo de procedimientos o estrategias que eduque al estudiante a consumir alimentos saludables ya sea por la ausencia de tiempo en las horas académicas o en la planificación de horarios de educación.

**Nota:** Resultados y análisis de la entrevista aplicada a la docente de la institución

**Fuente:** Unidad Educativa "San Pablo"

**Elaborado:** Daniela Ayala

**Fecha:** 28 de Junio del 2021

## **Encuesta**

Documento desarrollado en Word con un total de 10 preguntas dirigido a los padres de familia de los estudiantes de la institución educativa que se realizó con el objetivo de conocer cuáles son las necesidades, causas y recursos que no les ha permitido reducir los niveles de desnutrición o incrementar dietas saludables ricas en múltiples nutrientes alimenticios que aporten al estudiante para mejorar el rendimiento académico.

El desarrollo de este documento permite obtener un enfoque más claro para realizar las propuestas indicadas para proporcionar un tipo de educación alimenticia tanto a padres, docente y estudiantes que se podrá observar a continuación y la evidencia del mismo se puede identificar en los Anexos E y F para conocimiento general.

El primer proceso estadístico a desarrollar es el análisis de frecuencia que permite conocer el número de personas encuestadas y las mismas que hayan respondido correctamente el documento para conocer con más claridad las necesidades del infante o del mismo padre de familia ya sea educativa o instructiva, este análisis se puede evidenciar en la Tabla 6 a continuación.

**Tabla 6.** Análisis de frecuencia

	1. ¿Cuántos miembros conforman su familia?	2. ¿Cuál es el estado de salud de los niños?	3. ¿De su ingreso mensual cuánto destina para alimentación?	4. ¿Ha recibido capacitaciones y charlas sobre la educación nutricional y cómo influye en el crecimiento, desarrollo y rendimiento escolar de su hijo?	5. ¿Cuál es el número de comidas diarias de la familia?	6. ¿Considera usted que el desayuno es la comida más importante del día, porque aporta energía para las actividades físicas y mentales indispensables para el desarrollo del niño?	7. ¿Acostumbra usted a enviar a su hijo a la escuela desayunado? COLACIÓN	8. ¿Considera usted que la alimentación (PAE) que el gobierno les brinda es bueno?	9. ¿Cuál de los siguientes alimentos en su familia consumen en su dieta diaria?	10. ¿El niño consume en su dieta diaria?
N Válido	16	16	14	16	16	16	16	16	16	16
Perdidos	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0

**Nota:** resultados y análisis de la entrevista aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**FECHA:** 28 de junio del 2021

## Encuesta padres de familia.

### Análisis de las preguntas individualmente

Tabla 7. Miembros de familia

#### 1. ¿Cuántos miembros conforman su familia?

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido 2-3	6	37,5	37,5	37,5
4-5	5	31,3	31,3	68,8
más de 6	5	31,3	31,3	100,0
Total	16	100,0	100,0	

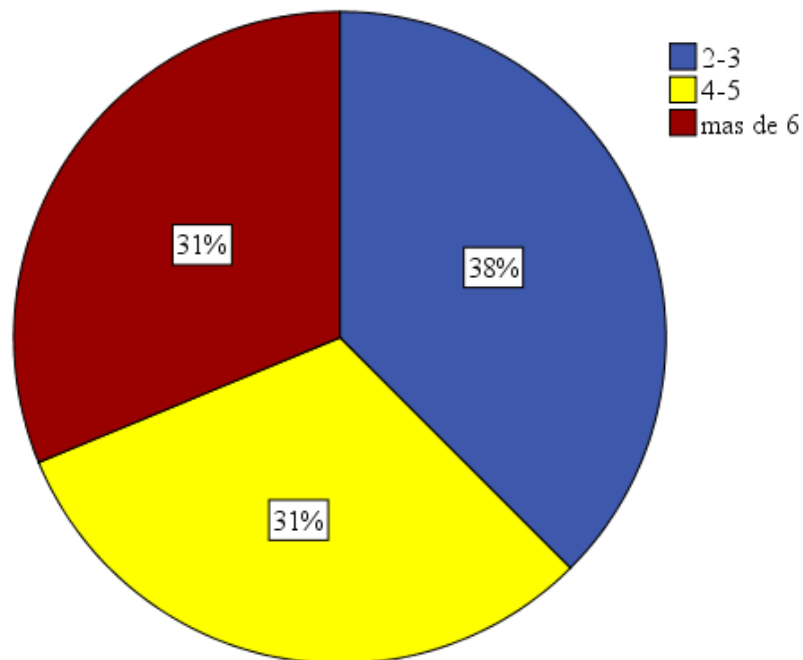
**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

Gráfico 3. Miembros de familia



**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

### Análisis interpretativo



En el gráfico 3 y tabla 7 se identifica el número de hijos presentes en los 16 padres de familia que han sido encuestados obteniendo un total de 38% más alto que son de entre 2-3 niños por casa, y presentan más de 6 hijos el 33% que se puede representar como un problema visible frente a la presencia de desnutrición o enfermedades gastrointestinales por no cumplir satisfactoriamente con la alimentación del menor.

**Tabla 8.** Ingresos mensuales

**2. ¿Sus ingresos mensuales varían entre?**

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido 100 a 200	4	25,0	25,0	25,0
200 a 300	2	12,5	12,5	37,5
50 a 100	8	50,0	50,0	87,5
más de 300	2	12,5	12,5	100,0
Total	16	100,0	100,0	

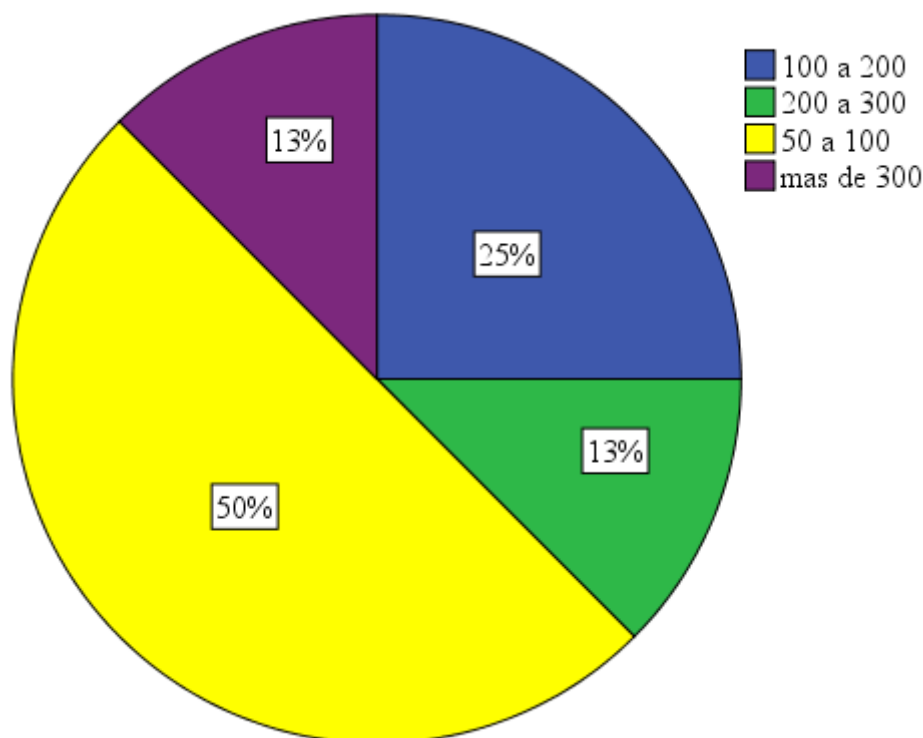
**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

**Gráfico 4.** Ingresos mensuales



**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica  
**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).  
**Fecha:** 28 de junio de 2021.

### **Análisis interpretativo**

De la segunda pregunta que encuesta los ingresos mensuales de cada padre o cabeza de hogar mencionó el 50% que los ingresos son entre 50-100 dólares lo cual es un ingreso bastante bajo con relación al número de hijos dentro de cada hogar que relaciona a la desnutrición y ausencia de educación alimenticia.

**Tabla 9.** Destino alimenticio económico.

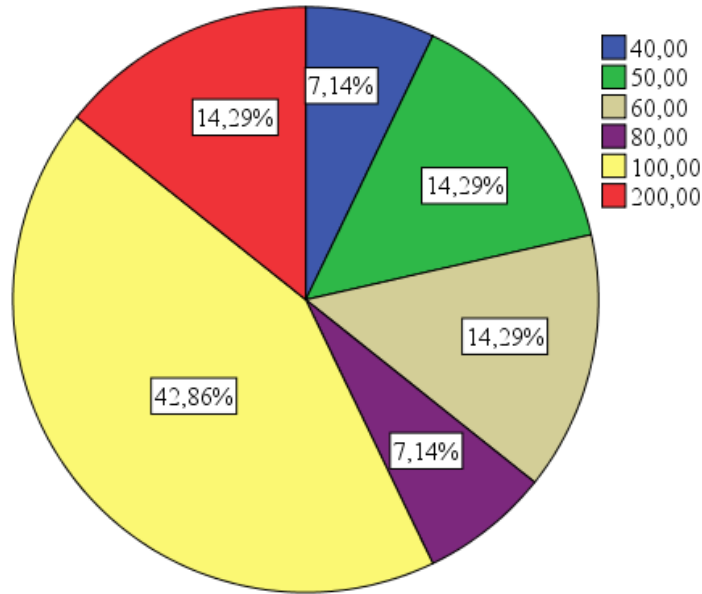
#### **3. ¿De su ingreso mensual cuánto destina para alimentación?**

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido 40,00	1	6,3	7,1	7,1
50,00	2	12,5	14,3	21,4
60,00	2	12,5	14,3	35,7
80,00	1	6,3	7,1	42,9
100,00	6	37,5	42,9	85,7
200,00	2	12,5	14,3	100,0
Total	14	87,5	100,0	
Perdidos Sistema	2	12,5		
Total	16	100,0		

**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica  
**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).  
**Fecha:** 28 de junio de 2021.

**Gráfico 5.** Destino alimenticio económico.



**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

**Análisis interpretativo**

Dentro de esta pregunta dónde se desea conocer el costo destinado para alimentación, el 43,86% menciona que destinan 100 dólares para alimentación desde sus recursos mensuales y para el número de hijos o el ingreso mensual no concuerda con lo explicado y no podría ser rentable para una alimentación adecuada.

**Tabla 10.** Educación nutricional

**4. ¿Ha recibido capacitaciones y charlas sobre la educación nutricional y cómo influye en el crecimiento, desarrollo y rendimiento escolar de su hijo?**

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido No	8	50,0	50,0	50,0
Si	8	50,0	50,0	100,0
Total	16	100,0	100,0	

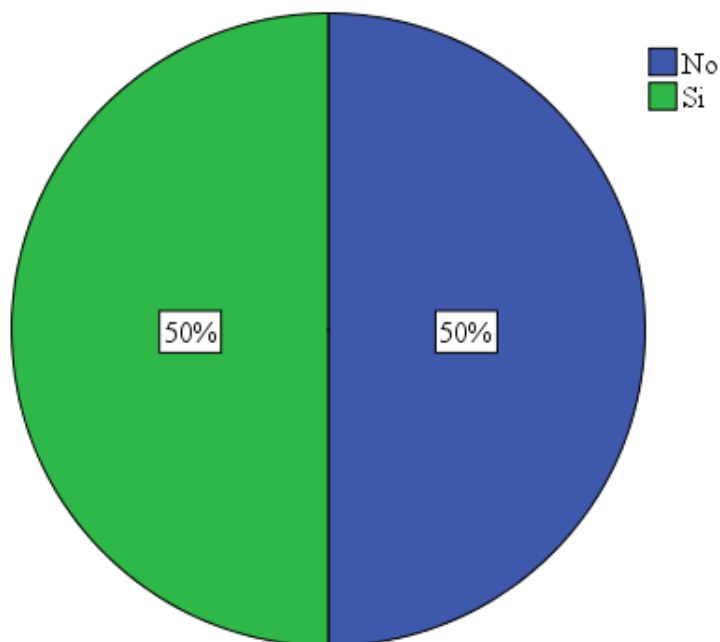
**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

**Gráfico 6.** Educación nutricional.



**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

**Análisis interpretativo**

En la pregunta número 4 dónde se desea conocer si el padre de familia tiene algún entendimiento acerca de educación nutricional y los beneficios que obtiene su hijo al mantener una educación nutricional adecuada acorde a las necesidades y edad que va a depender del cuidado de los padres y de la institución educativa para evitar problemas gastrointestinales o complicaciones para el desarrollo de actividades o aptitudes escolares que a futuro pueden ocasionar retrasos en educación y desarrollo.

**Tabla 11.** Comidas diarias.

**5. ¿Cuál es el número de comidas diarias de la familia?**

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Cuatro	7	43,8	43,8	43,8
Tres	8	50,0	50,0	93,8
Una	1	6,3	6,3	100,0
Total	16	100,0	100,0	

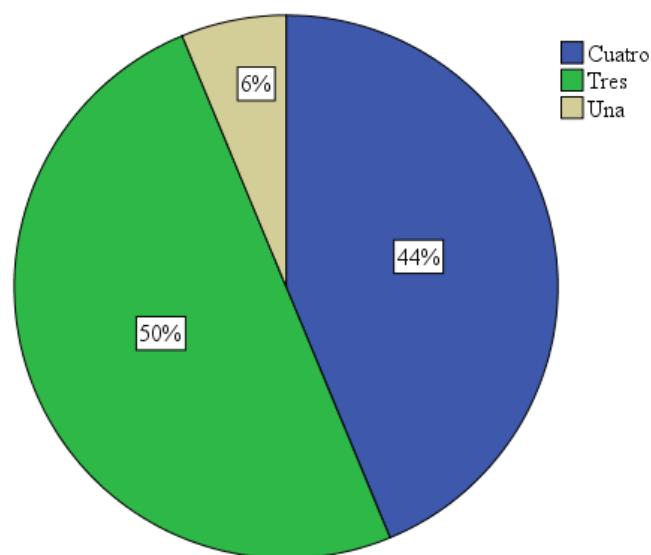
**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

**Gráfico 7.** Comidas diarias.



**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** SPSS Versión 23.

**Elaborado por:** Daniela Martínez.

#### **Análisis interpretativo**

Los encuestados mencionaron del total de los 16 padres, el 50% de ellos proporcionan tres platos de comida a sus hijos y solo el 50% de ellos comenta que son 4 comidas diarias, pero al conocer las edades de los escolares se puede determinar que el número de comidas que reciben al día no es completamente sustentable para el correcto desarrollo y rendimiento académico.

**Tabla 12.** Consideraciones de la alimentación

#### **6. ¿Considera usted que el desayuno es la comida más importante del día, porque aporta energía para las actividades físicas y mentales indispensables para el desarrollo del niño?**

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Importante	1	6,3	6,3	6,3
Muy importante	12	75,0	75,0	81,3
Normal	3	18,8	18,8	100,0
Total	16	100,0	100,0	

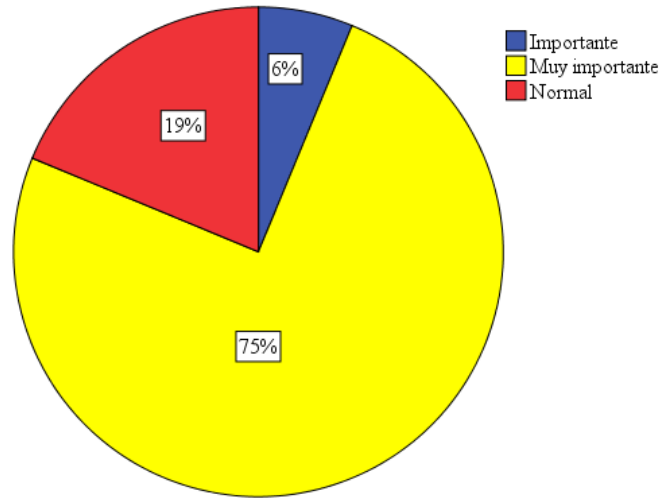
**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

**Gráfico 8.** Consideraciones de alimentación



**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

**Análisis interpretativo**

Del total de los encuestados el 75% de ellos mencionan que el desayuno es el principal alimento diario que le brindará un adecuado desarrollo cognitivo y físico evitando la desnutrición, pero al desarrollar esta investigación si se puede evidenciar la presencia de mala nutrición o faltante.

**Tabla 13.** Costumbre de colación

**7. ¿Acostumbra usted a enviar a su hijo a la escuela desayunado?**

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Si	16	100,0	100,0	100,0

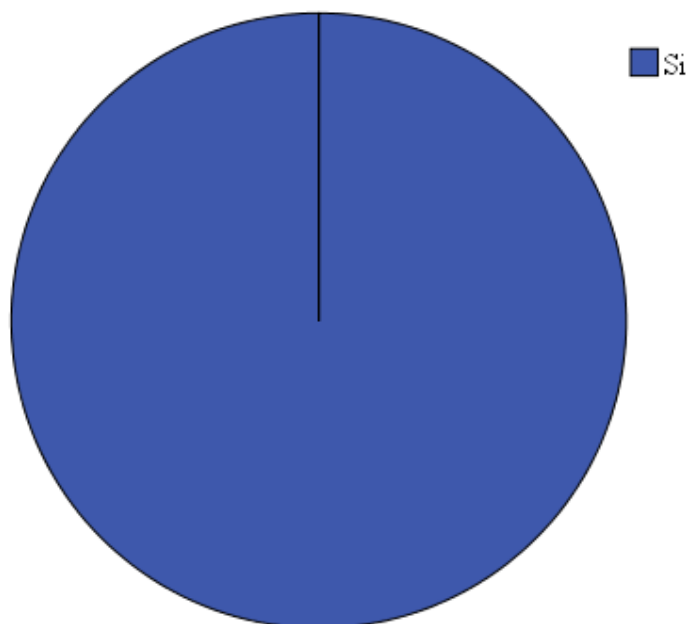
**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

**Gráfico 9.** Costumbre de colación



**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

**Análisis interpretativo**

El 100% de padres de familia manifiestan que mandan a sus hijos desayunados considera que este primer alimento es primordial para el aprendizaje de sus representados donde se observa por la docente que existen desordenes alimenticios los cuales incrementan las enfermedades gastrointestinales y esto dificulta los procesos cognitivo en cada niño o niña.

**Tabla 14.** Alimentación del PAE

**8. ¿Considera usted que la alimentación (PAE) que el gobierno les brinda es bueno?**

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido A veces	4	25,0	25,0	25,0
Casi siempre	2	12,5	12,5	37,5
Nunca	1	6,3	6,3	43,8
Siempre	9	56,3	56,3	100,0
Total	16	100,0	100,0	

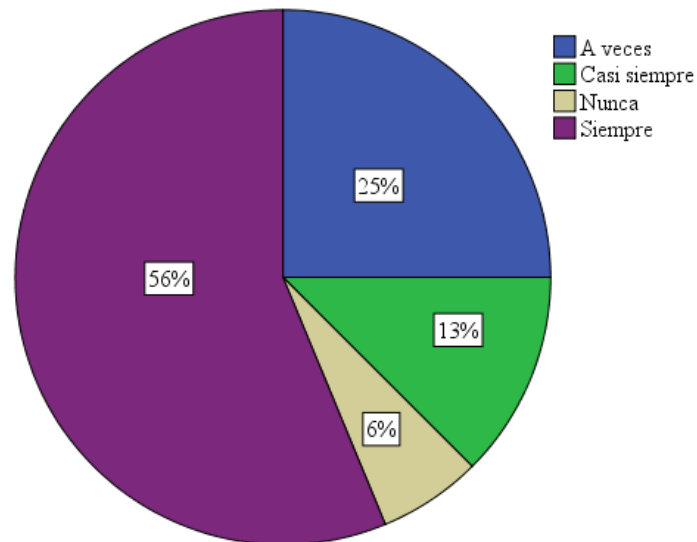
**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

**Gráfico 10.** Alimentación del PAE



**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

#### Análisis interpretativo

Se puede identificar que el 56% de los encuestados están de acuerdo con la alimentación que proporciona el PAE y solo el 6% que seleccionó a nunca como desacuerdo del servicio del PAE pues se puede entender que, desde el punto de vista de los padres de familia, la alimentación es la correcta y permite nutrir a los niños o tal vez se puede considerar la falta de conocimiento de los nutrientes que se obtiene al consumir la alimentación de PAE.

**Tabla 15.** Consumo de dieta diaria

#### 9. ¿Cuál de los siguientes alimentos en su familia consumen en su dieta diaria?

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido Carnes y carbohidratos	1	6,3	6,3	6,3
Válido Carnes y carbohidratos, lácteos, pescado y huevos, legumbres, fruta	1	6,3	6,3	12,5



Carnes y carbohidratos, lácteos, pescado y huevos, legumbres, vegetales y cereales fruta	8	50,0	50,0	62,5
Carnes y carbohidratos, lácteos, pescado y huevos, legumbres, vegetales y cereales fruta	1	6,3	6,3	68,8
Lácteos, pescado y huevos, legumbres, frutas	1	6,3	6,3	75,0
Legumbres	1	6,3	6,3	81,3
Pescado y huevos	2	12,5	12,5	93,8
Vegetales y cereales	1	6,3	6,3	100,0
Total	16	100,0	100,0	

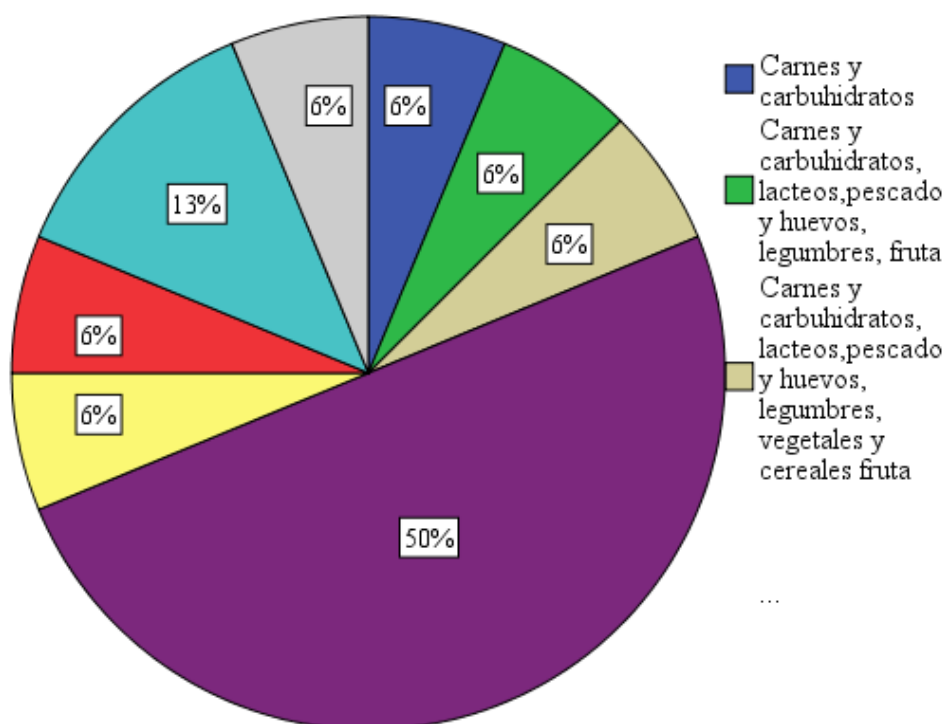
**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

**Gráfico 11.** Consumo de dieta diaria



**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

#### **Análisis interpretativo**

En la gráfica 11 se puede evidenciar que el 50% de los mismos realizan consumos de manera diaria a los siguientes alimentos: carnes y carbohidratos, lácteos, pescado y huevos, legumbres, vegetales y cereales fruta y muchos contribuyen a un correcto funcionamiento en órganos y mantienen la flora intestinal, pero no se evidencia que la falta de educación alimenticia para saber qué tipo de alimentos ayuda a nivel cerebra para el rendimiento cognitivo.

**Tabla 16.** Dieta diaria

**10. ¿El niño consume en su dieta diaria?**

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	4	25,0	25,0	25,0
Chitos	1	6,3	6,3	31,3
Dulces	2	12,5	12,5	43,8
Dulces, papas fritas, chitos, gaseosa	1	6,3	6,3	50,0
Gaseosa	4	25,0	25,0	75,0
Papas fritas	2	12,5	12,5	87,5
Papas fritas, gaseosa	2	12,5	12,5	100,0
Total	16	100,0	100,0	

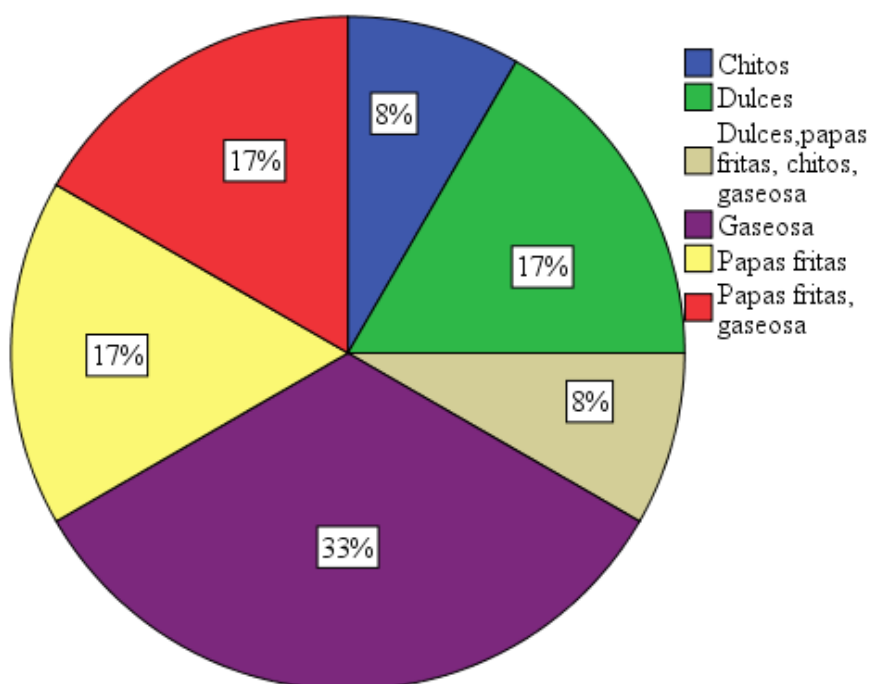
**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

**Gráfico 12.** Dietas diarias



**Nota:** resultados y análisis de la encuesta aplicada a los padres de familia.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

### **Análisis interpretativo**

En la pregunta evaluada a los padres de familia, dónde 4 de ellos correspondientes al 25% mencionan que dentro de la dieta diaria de consumo alimenticio ingieren chitos, con el 12,5% de los evaluados correspondiente a dos personas, los dulces se encuentran dentro de la dieta diaria, finalmente el 6,3% correspondiente a una persona se encuentra consumiendo dulces, papas fritas, chitos, gaseosa, el cual no permite el desarrollo cognitivo del estudiante y de esa manera no realiza un proceso de aprendizaje-enseñanza óptimo.

## Tablas cruzadas para el análisis de variables

**Tabla 17.** Frecuencia de dos variables.

**Tabla cruzada 1. ¿Cuántos miembros conforman su familia? \*3. ¿De su ingreso mensual cuánto destina para alimentación?**

			3. ¿De su ingreso mensual cuánto destina para alimentación?					Total	
			40,00	50,00	60,00	80,00	100,00		200,00
1. ¿Cuántos miembros conforman su familia?	2-3	Recuento	0	1	1	0	3	0	5
		% dentro de 3. ¿De su ingreso mensual cuánto destina para alimentación?	0,0%	50,0%	50,0%	0,0%	50,0%	0,0%	35,7%
	4-5	Recuento	1	1	1	0	0	1	4
		% dentro de 3. ¿De su ingreso mensual cuánto destina para alimentación?	100,0%	50,0%	50,0%	0,0%	0,0%	50,0%	28,6%
	más de 6	Recuento	0	0	0	1	3	1	5
		% dentro de 3. ¿De su ingreso mensual cuánto destina para alimentación?	0,0%	0,0%	0,0%	100,0%	50,0%	50,0%	35,7%
Total		Recuento	1	2	2	1	6	2	14
		% dentro de 3. ¿De su ingreso mensual cuánto destina para alimentación?	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

**Nota:** análisis de frecuencia de la primera y tercera variable para la comprobación de relación.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

## Análisis interpretativo

El análisis de la tabla 17 se puede identificar una relación entre dos variables que en este caso es la variable de la pregunta 1 con la variable de la pregunta 3 dónde se desea conocer si el número de hijos dentro de cada hogar cuenta con un valor adecuado que se destina para alimentación, la muestra es un total de 16 padres encuestados dónde tenemos a 3 personas que cuentan con 2.3 hijos y destinan un valor moderado de \$100.00 para consumo alimenticio y otras 3 más con un número de hijos de más de 6 que se destina el mismo valor, pero se puede observar que también se destina 40 dólares mensuales para alimentación a un padre de familia con 4-5 hijos lo que responde a los problemas encontrados en el escolar.

La aplicación de la Chi cuadrada permite conocer la relación entre las variables tomadas en cuenta.

**Tabla 18.** Chi cuadrada

Pruebas de chi-cuadrado			
	Valor	gl	Significación asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	10,150 <sup>a</sup>	10	,427
Razón de verosimilitud	13,979	10	,174
N de casos válidos	14		

**Nota:** análisis de frecuencia de la primera y tercera variable para la comprobación de relación.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

## Análisis interpretativo

En la tabla 18 se encuentra un valor de 0,427 que corresponde a la significancia asintótica de este análisis de relación entre variables, pero el valor moderado para determinar la existencia de error en este análisis debería ser de 0,05 considerado mínimo y al excederse de este valor se considera que no existe una confiable determinación de la relación entonces esto quiere decir que se aprueba  $H_0$  que habla acerca de la independencia entre las variables al ser un valor alto que no determina la relación entre el número de hijos y el recurso económico que destina para la alimentación, pues se cree que es a causa de la ausencia de empleo o desconocimiento de lo que necesitan los hijos para una adecuada nutrición y rendimiento académico.

El análisis de coeficiente de contingencia permite determinar la asociación entre el número de hijos y la destinación monetario para alimentación.

**Tabla 19.** Coeficiente de contingencia

<b>Medidas simétricas</b>		Valor	Significación aproximada
Nominal por Nominal	Coeficiente de contingencia	,648	,427
N de casos válidos		14	

**Nota:** análisis de frecuencia de la primera y tercera variable para la comprobación de relación.

**Fuente:** Padres de familia de segundo de básica

**Elaborado por:** Daniela Ayala (SPSS).

**Fecha:** 28 de junio de 2021.

#### **Análisis interpretativo**

No existe una asociación entre el número de hijos dentro del hogar y el recurso monetario destinado para la alimentación, esto se conoce al encontrar una significancia aproximada de 0,427 lo que se considera mayor a 0,05 y no existe asociación.

## CAPÍTULO V

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### CONCLUSIONES

- La aplicación de la encuesta dirigida a los padres de familia de los niños de segundo de básica se puede encontrar la ausencia de conocimiento acerca de alimentación nutricional, el número excesivo de hijos, el valor económico reducido para una correcta alimentación y el número de comidas diarias es muy mínimo para un adecuado desarrollo físico y cognitivo.
- Con la aplicación de la encuesta y la entrevista se conoce que los factores influyentes en el proceso lento de aprendizaje de los niños es la ausencia de alimentación correcta tanto en el hogar como en la escuela y el consumo alimenticio fuera de la escuela que no cuenta con normas de bioseguridad y el tipo de alimentos entra en el grupo de alimentación grasa saturada e insaturada produciendo enfermedades gastrointestinales.
- La guía nutricional propuesta en mi trabajo investigativo aportará a una correcta alimentación dirigida a la familia y al estudiante de segundo de básica en donde se proporciona beneficios que ayudan a la salud, y las necesidades alimenticias que requiere el niño para el rendimiento académico que ayude a disminuir enfermedades gastrointestinales.



## RECOMENDACIONES

- Desarrollar un proyecto que hable acerca de los beneficios de consumir alimentos nutritivos con la práctica de elaboración de platos con ayuda de los padres de familia en el hogar de cada uno de ellos para aportarles conocimiento y conciencia tanto a los padres como al estudiante.
- Elaboración de un plan de alimentación nutricional con las autoridades directivas de la Unidad Educativa en conjunto con los docentes de la misma para impartir clases explicativas o visitas domiciliarias acerca de los beneficios de consumir una dieta balanceada en nutrientes referenciando directamente los alimentos que consumen los niños mencionados en la pregunta 10 de la encuesta a los padres de familia para confirmar la falta de nutrientes de aquellos alimentos.
- Implementar nuevas propuestas estratégicas dentro de la escuela que la docente aporte con esta información en las reuniones escolares para de esta manera evitar los desórdenes alimenticios o la ausencia de una correcta alimentación, esto enfocado en los recursos alimenticios que los padres de familia cuentan alrededor de las viviendas.

## REFERENCIA BIBLIOGRAFÍA

Calvo, T. M. (2011). *Manual de Nutrición en Pediatría*.

Castillo, D. M. (2017). *Influencia de los hábitos alimenticios en el rendimiento académico escolar*. 42.

Castro, S., & Guzmán De Castro, B. (2015). *Los estilos de aprendizaje en la enseñanza y el aprendizaje: Una propuesta para su implementación The styles of learning in the education and learning: A proposal for its implementation*. Retrieved from [http://pcazau.galeon.com/guia\\_esti07.htmR58-9.qxp15/02/200614:34PAEgina83](http://pcazau.galeon.com/guia_esti07.htmR58-9.qxp15/02/200614:34PAEgina83)

CDC, & National Center for Environmental Health. (2014). *Second National Report on Biochemical Indicators of Diet and Nutrition in the U.S. Population, 2012*. Retrieved from [https://www.cdc.gov/nutritionreport/pdf/nutrition\\_book\\_complete508\\_final.pdf](https://www.cdc.gov/nutritionreport/pdf/nutrition_book_complete508_final.pdf)

Contel, R. P. (2019). *Educación en artes visuales*.

J, M., & M, G. (2015). Alimentación Del Niño Preescolar, Escolar Y Del Adolescente. *Pediatría Integral*, 4(3), 268–276. Retrieved from <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2015-05/alimentacion-del-nino-preescolar-escolar-y-del-adolescente/>

Julián, J. M. (2018). Posicionarse o desaparecer. *Journal of Materials Processing Technology*, 1(1), 1–8. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.1016/j.cirp.2016.06.001><http://dx.doi.org/10.1016/j.powtec.2016.12.055><https://doi.org/10.1016/j.ijfatigue.2019.02.006><https://doi.org/10.1016/j.matlet.2019.04.024><https://doi.org/10.1016/j.matlet.2019.127252><http://dx.doi.o>

Martinez, A., & Pedrón, C. (2016). *Conceptos básicos de la alimentación*. Retrieved from <https://www.seghnp.org/sites/default/files/2017-06/conceptos-alimentacion.pdf>

Miño Torrez, S. T. (2014). *Nutrición Y Rendimiento Escolar De Niños De Educación General Básica De La Escuela Fiscal Mixta “Río Blanco”, San Miguel De Los Bancos, Período Lectivo 2011-2012*. 122.

- Monfort-Pires, M., Folchetti, L. D., Previdelli, A. N., Siqueira-Catania, A., de Barros, C. R., & Ferreira, S. R. G. (2014). Healthy Eating Index is associated with certain markers of inflammation and insulin resistance but not with lipid profile in individuals at cardiometabolic risk. *Applied Physiology, Nutrition and Metabolism*, 39(4), 497–502. <https://doi.org/10.1139/apnm-2013-0279>
- Narkunska, J. R., Valenzuela, O. C., Jullian, N. F., García-Díaz, D. F., Muñoz, S. C., Nuta, G. W., ... Russel, M. G. (2015). Estado nutricional y marcadores bioquímicos de deficiencia o exceso de micronutrientes en niños chilenos de 4 a 14 años de edad: Una revisión crítica. *Nutricion Hospitalaria*, 32(6), 2916–2925. <https://doi.org/10.3305/nh.2015.32.6.9895>
- Schwartz, D. B., Posthauer, M. E., & O'Sullivan Maillet, J. (2020). Advancing Nutrition and Dietetics Practice: Dealing With Ethical Issues of Nutrition and Hydration. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2020.07.028>
- Secretaría Nacional de Planificación y Desarrollo. (2017). *Plan Nacional de Desarrollo 2017-2021-Toda una Vida*. 84. Retrieved from [http://www.planificacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/10/PNBV-26-OCT-FINAL\\_0K.compressed1.pdf](http://www.planificacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/10/PNBV-26-OCT-FINAL_0K.compressed1.pdf)
- UNICEF. (2018). Aprendizaje a través del juego. *La Fundacio Lego - Unicef*, 34. Retrieved from [www.unicef.org/publications%0A©](http://www.unicef.org/publications%0A©)



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN,  
HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

DECANATO



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

**RESOLUCIÓN ADMINISTRATIVA No. 0391- DFCEHT-UNACH-2020**

**Dra. Amparo Cazorla Basantes**  
DECANA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN HUMANAS Y TECNOLOGÍAS

**CONSIDERANDO:**

Que, el Estatuto de la Universidad Nacional de Chimborazo, en su Art. 144, literal a) expresa: "Decano, máxima autoridad académica de la Facultad, responsable de la gestión estratégica";

Que, el Estatuto de la Universidad Nacional de Chimborazo, en su Art. 146, numeral 16, determina que es atribución del decano de la Facultad resolver las solicitudes de personal académico, administrativo y estudiantes que no sean competencia expresa de órganos de mayor jerarquía";

Que, el Reglamento de Titulación Especial de la Universidad Nacional de Chimborazo, en su Art. 16, numerales 4 y 5 determina: " 4) El Director de Carrera conjuntamente con la Comisión de Carrera, en un término de ocho días revisará y aprobará el perfil del Proyecto y enviará al Consejo de Facultad para la aprobación del perfil del proyecto, tutor y los miembros del tribunal. 5) Por la Comisión de Facultad aprobará el perfil del proyecto descrito en el numeral anterior en el término de ocho días, para que el estudiante continúe con la ejecución del proyecto de investigación y notificará a través de la resolución respectiva a cada estudiante, tutor y miembros del tribunal";

Que, la Comisión Directiva de la Facultad, mediante resolución No. **023-CD-FCEHT-16-07-2019**, con la finalidad de agilizar la aprobación del perfil del proyecto de investigación, la designación de tutor y tribunal, delega a la Señora Decana, que por medio de Resolución Administrativa de Decanato, apruebe en primera instancia este trámite, conforme la presentación de las solicitudes de los estudiantes, las mismas que serán aprobadas definitivamente en la sesión inmediata subsiguiente de la Comisión Directiva de Facultad;

Que, mediante solicitud dirigida a la Señora Decana, el/a señor/ita: Daniela Jhoanna Ayala Martínez, estudiante/s de la carrera de **Educación Básica**, respaldado/s(a)/s en los documentos de la comisión de carrera que adjunta, solicita la aprobación del Perfil del Proyecto de Investigación;

Que, revisado el trámite correspondiente, el proceso cumple con las exigencias pertinentes;

En ejercicio de las atribuciones que le confiere la normativa legal correspondiente:

**RESUELVE:**

1. Aprobar el perfil del proyecto, la designación de tutor y tribunal, según el siguiente detalle:

CARRERA	TEMA	ESTUDIANTE	TUTOR	MIEMBROS DEL TRIBUNAL
EDUCACIÓN BÁSICA	LA NUTRICIÓN Y EL APRENDIZAJE EN LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO DE BÁSICA EN LA UNIDAD EDUCATIVA SAN PABLO EN EL PERIODO 2020-2021	AYALA MARTINEZ DANIELA JHOANNA	MGS. GONZALEZ PATRICIA	BONILLA GLADYS MGS. VERA RUBIO PATRICIA ELIZABETH MGS. VACA BARAHONA BAYARDO ROGELIO.

2. Dejar expresa constancia que para concluir con su proceso de titulación, el citado alumno/a deberá cumplir con lo señalado en el **REGLAMENTO DE TITULACIÓN ESPECIAL DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**, Artículo 5.- **Matriculación para la Unidad de Titulación Especial**, numerales 1) y 2) que expresa: "1) Aquellos estudiantes que se matricularon en la Unidad de Titulación Especial cursando el último nivel de la carrera, **lo podrán desarrollar en un plazo adicional que no excederá el equivalente a dos periodos académicos ordinarios**, para lo cual, deberán solicitar al Decano, las correspondientes prórrogas. 2) Aquellos estudiantes que terminaron su malla curricular y no culminaron su trabajo de titulación, **deberán solicitar al Decano la correspondiente prórroga y matricularse en la Unidad de Titulación Especial**, para desarrollar y aprobar la opción de titulación escogida **en un plazo adicional que no excederá el equivalente a dos periodos académicos ordinarios**. El primer período adicional **no requerirá de pago por concepto de matrícula o arancel ni valor similar**. De hacer uso del **segundo período requerirá de pago por concepto de matrícula o arancel**, que establezca el Reglamento de Tasas y Aranceles de la UNACH." (El formato de negrillas y subrayado me corresponde).

3. En el caso de que se determinaren irregularidades en los documentos físicos originales, que deben presentar una vez que se retorne al trabajo presencial, el trámite quedará anulado conforme lo establecido en las **Directrices para la ejecución de teletrabajo durante la declaratoria de emergencia sanitaria en la Universidad Nacional de Chimborazo**.

Dada en la ciudad de Riobamba, a los dieciséis días del mes de septiembre del año 2020

Dra. Amparo Cazorla Basantes, PhD.  
DECANA



Adjunto: Documentos de respaldo (Escaneados)  
c.c. Secretaría de Subdecanato.

Elaborado: Mgs. Zoila Jácome.

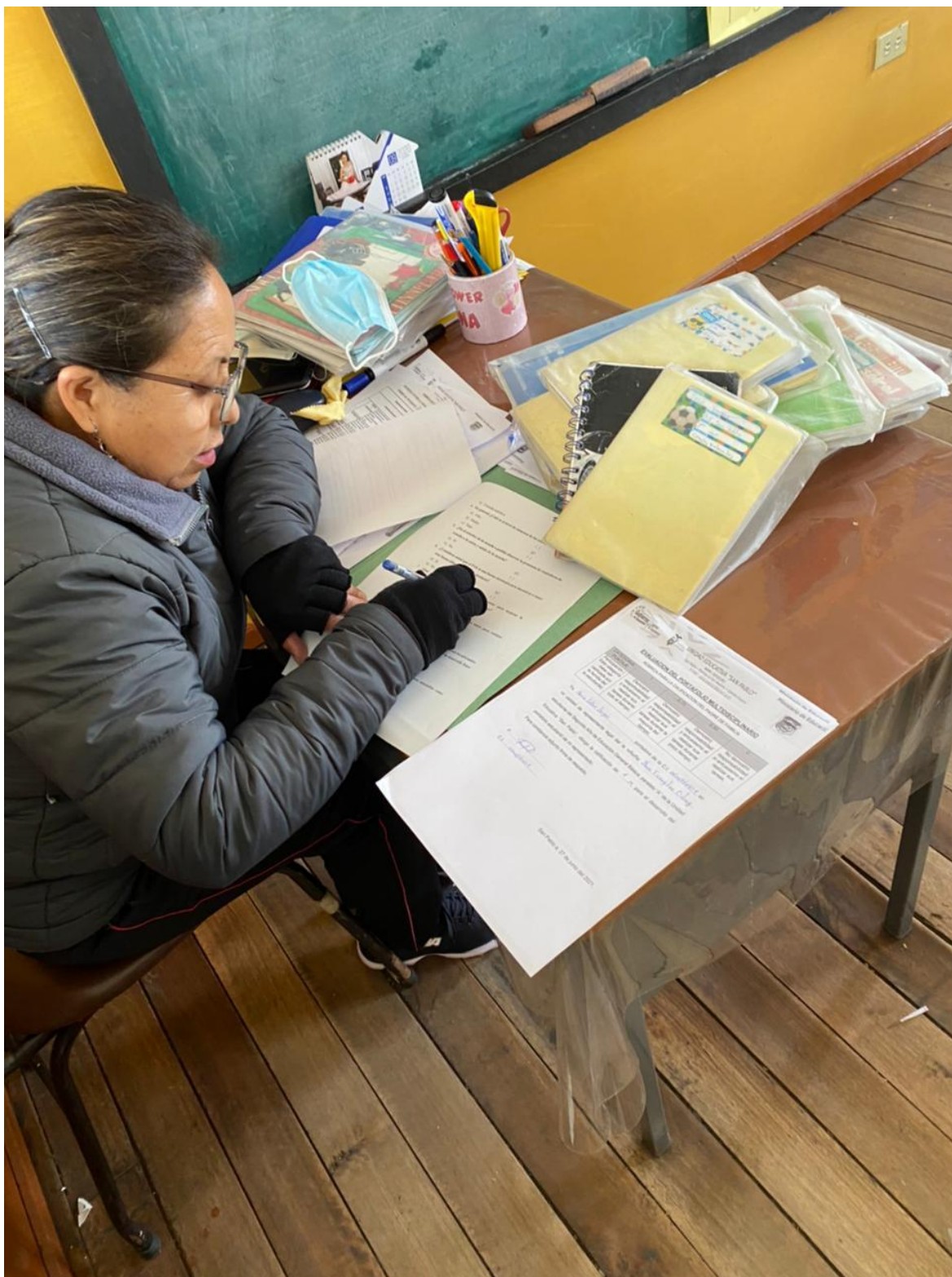
**Anexo A.** Institución dónde se realizó el proyecto de titulación



**Anexo B.** Localización de la institución



## Anexo C. Aplicación de la entrevista



## Anexo D. Entrevista

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN HUMANAS Y TECNOLOGÍA  
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA  
ENCUESTA DIRIGIDA A LA DOCENTE DE SEGUNDO AÑO, PARALELO "A"  
DE LA UNIDAD EDUCATIVA "SAN PABLO"

Apreciada docente:

Agradeciendo su colaboración me permito indicarle que la presente encuesta es de total confidencialidad y anónima, para el uso académico solamente.

**I TEMA:** La nutrición y el aprendizaje en los estudiantes de segundo de básica en la Unidad Educativa San Pablo en el periodo 2020-2021, del cantón Guano, provincia de Chimborazo

**II OBJETIVO:** Identificar los factores que influyen en el aprendizaje de los niños de segundo de básica de la Unidad Educativa San Pablo.

**III INSTRUCTIVO:** Lea detenidamente las siguientes preguntas y marque con una X en el paréntesis que usted considere adecuado, eligiendo una o varias alternativas, según corresponda o escribiendo en la respuesta sobre las líneas de puntos.

**IV CONTENIDO**

1. ¿Que enfermedades o desordenes a podido observar usted en los niños que están relacionados con la alimentación?
  - a) Anemia ( )
  - b) Obesidad ( )
  - c) Enfermedades gastrointestinales (X)
  - d) Otros (¿Cuáles?) Desnutrición
2. ¿Cuál es el estado de salud de los niños?
  - a) Muy bueno ( )
  - b) Bueno ( )
  - c) Regular (X)
3. Durante el recreo ¿qué tipo de alimentación consumen los niños?
  - a) Comida chatarra (X)

- b) Comida nutritiva ( )
4. En general ¿Cuál es el nivel de atención de los niños?
- a) Alto ( )
- b) Medio (x)
- c) Bajo ( )
5. ¿En el exterior de la escuela a podido observar la presencia de vendedores de comida a la entra y salida de la escuela?
- a) Si (x)
- b) No ( )
6. ¿Considera usted que el PAE es una buena estrategia para incentivar a tener una buena alimentación de los escolares?
- a) Si (x)
- b) No ( )
7. ¿Qué alternativa educativa se podrían implementar para mejorar la nutrición y elevar el rendimiento académico en los niños?
- a) Mantener una dieta equilibrada.
- b) \_\_\_\_\_
8. Una alimentación equilibrada, se evidencia en los niños para realizar activamente sus tareas.
- a) A veces ( )
- b) Rara vez (x)
- c) Siempre ( )
9. ¿Considera usted que los alimentos que se consume en casa son los adecuados y suficientes para obtener los nutrientes necesarios para su desarrollo físico e intelectual?
- a) A veces (x)
- b) Rara vez ( )
- c) Siempre ( )
10. ¿Usted estimula a los estudiantes a consumir alimentos saludables como frutas y verduras?
- a) A veces ( )
- b) Rara vez (x)
- c) Siempre ( )

Se agradece su colaboración



**Anexo E.** Aplicación de la encuesta



## Anexo F. Encuesta

UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN HUMANAS Y TECNOLOGÍA

CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

ENCUESTA DIRIGIDA A LOS PADRES DE FAMILIA, SEGUNDO DE BÁSICA

PARALELO "A" DE LA UNIDAD EDUCATIVA "SAN PABLO"

**ENCUESTA PARA PADRES DE FAMILIA**  
Sres. Padres de Familia: El motivo de la presente encuesta es únicamente para obtener información de la nutrición que usted brinda a sus hijos en sus hogares. Esta encuesta es de gran utilidad para mi persona, por lo que se les rogaría responder con toda la información solicitada mas adelante  
Agradezco su colaboración

**I TEMA:** La nutrición y el aprendizaje en los estudiantes de segundo de básica en la Unidad Educativa San Pablo en el periodo 2020-2021, del cantón Guano, provincia de Chimborazo

**II OBJETIVO:** Identificar los factores que influyen en el aprendizaje de los niños de segundo de básica de la Unidad Educativa San Pablo.

**III INSTRUCTIVO:** Lea detenidamente las siguientes preguntas y marque con una X en el paréntesis que usted considere adecuado, eligiendo una o varias alternativas, según corresponda o escribiendo en la respuesta sobre las líneas de puntos.

1. ¿Cuántos miembros conforman su familia?

a) 2-3 (  )

b) 4-5 (  )

c) Más de 6 (  )

2. ¿Su ingreso mensual varía entre?

a) 50 a 100 (  )

b) 100 a 200 (  )

c) 200 a 300 (  )

d) Más de 300 (  )

3. ¿De su ingreso mensual cuánto destina para alimentación?

Para la alimentación 100 dólares

4. ¿Ha recibido capacitación, charlas, sobre la educación nutricional y como influye en el crecimiento, desarrollo y rendimiento escolar de su hijo?

a) Si (  )

b) No (  )

5. ¿Cuál es el número de comidas diarias de la familia?

a) Cuatro (  )

- b) Tres ( X )  
 c) Dos ( )  
 d) Una ( )
6. ¿Considera usted que el desayuno es la comida mas importante del dia ,porque aporta energias para las actividades fisicas y mentales indispensable para el desarrollo del niño?  
 a) Muy importante ( X )  
 b) Importante ( )  
 c) Normal ( )  
 d) No ( )
7. ¿Acostrumbra usted a enviar a su hijo a la escuela desayunado? COLACION  
 a) Si ( X )  
 b) No ( )
8. ¿Considera usted que la alimentacion (PAE) que el gobierno les brinda es buena?  
 a) A veces ( )  
 b) Siempre ( X )  
 c) Nunca ( )  
 d) Casi siempre ( )
9. ¿Cuales, de los siguientes alimentos en su familia consumen en su dieta diaria.  
 a) Carnes y carbohidratos ( X )  
 b) lacteos ( X )  
 c) Pescado, aveces y huevos ( X )  
 d) Legumbres ( X )  
 e) Vegetales, cereales ( )  
 f) Frutas ( X )
10. ¿El niño consume en su dieta diaria?  
 a) Dulces ( )  
 b) Papas fritas ( )  
 c) Chitos ( )  
 d) Gaseosas ( X )

Se agradece su colaboración.