



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**



**CASO PRÁCTICO DEL EXAMEN COMPLEXIVO PREVIO A LA  
OBTENCION DEL TITULO DE LICENCIADA EN CIENCIAS DE  
LA EDUCACIÓN MENCIÓN: EDUCACIÓN BÁSICA**

**PROBLEMA:**

**ROL DEL DOCENTE FRENTE A LOS MALOS HÁBITOS NUTRICIONALES DEL  
ESTUDIANTADO Y SU IMPACTO EN LA ENSEÑANZA.**

**AUTORA**

**SANDY ESTEFANÍA BARZOLA PALMA.**

**TUTORA**

**MSC. ZOILA PIEDAD BAZANTES.**

**BABAHOYO – LOS RIOS - ECUADOR**

**2018**



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**



**DEDICATORIA**

Dedico este trabajo a Dios, a mis padres, hermanos, hijos y esposo. A Dios porque es el creador y el que hace posible todo en la vida .A mis padres, quienes a lo largo de mi vida han velado por mi bienestar, sin pedir nada a cambio, demostrándome su confianza para salir y cumplir con las metas en mi vida. A mis hermanos que en todo momento me dieron ánimos y confianza para alcanzar el éxito en todo lo que me proponga. A mi esposo y a mis hijos porque son mi fortaleza para salir adelante pesa a las adversidades que se presenta en el camino. A Mi tutora por su invaluable ayuda en todo el desarrollo del presente trabajo.

**SANDY ESTEFANÍA BARZOLA PALMA**



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**



**AGRADECIMIENTO**

Mi agradecimiento a Dios por haberme permitido llegar hasta donde estoy guiándome siempre por el buen camino del éxito y darme la fuerza y orientación en la vida ya que esto me ha permitido llegar al camino de la felicidad. a mis padres , hermanas y esposo por haber confiado y darme el apoyo necesario en todo momento de mi vida para así salir adelante. A mi supervisora Msc. Zoila Piedad Bazantes por tenernos paciencia y dedicación en mi trabajo.

**SANDY ESTEFANÍA BARZOLA PALMA**



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**



**CERTIFICACIÓN DE AUTORIA INTELECTUAL**

Yo, **Sandy Estefanía Barzola Palma** portadora de la cedula de ciudadanía **1206286542**, en calidad de autora del informe final de la Dimensión Práctica del Examen Complexivo de grado, previo a la Obtención del Título de Licenciado en **Ciencias de la educación mención Educación Básica**, declaro que soy autor del presente trabajo de Investigación, el mismo que es original, autentico y personal, con el **TEMA:**

**ROL DEL DOCENTE FRENTE A LOS MALOS HABITOS NUTRICIONALES DEL ESTUDIANTADO Y SU IMPACTO EN LA ENSEÑANZA.**

Por la presente autorizo a la Universidad Técnica de Babahoyo, hacer uso de todos los contenidos que me pertenecen.

  
-----

**SANDY ESTEFANÍA BARZOLA PALMA**  
**120628654-2**  
**AUTORA**



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**



**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
CARRERA EDUCACIÓN BÁSICA**

**CERTIFICADO FINAL DE APROBACIÓN DEL TUTOR DEL  
DOCUMENTO PROBATORIO DIMENSION PRÁCTICA DEL EXAMEN  
COMPLEXIVO PREVIA A LA SUSTENTACIÓN**

Babahoyo, 6 Diciembre de 2018

En mi calidad de Tutor del documento probatorio dimensión práctica del examen complejo, designado por el Consejo Directivo con fecha **12 de octubre del 2018**, mediante resolución **CD-FAC.J.S.E-SO-010-RES-005-2018**, certifico que el Srta. **SANDY ESTEFANIA BARZOLA PALMA**, ha desarrollado el documento probatorio dimensión práctica del examen complejo.

**ROL DEL DOCENTE FRENTE A LOS MALOS HÁBITOS NUTRICIONALES  
DEL ESTUDIANTE Y SU IMPACTO EN LA ENSEÑANZA.**

Aplicando las disposiciones institucionales, metodológicas y técnicas, que regulan esta actividad académica, por lo que autorizo al egresado, reproduzca el documento definitivo del documento probatorio dimensión práctica del examen complejo y lo entregue a la coordinación de la carrera de la Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación y se proceda a conformar la comisión de especialistas de sustentación designado para la defensa del mismo.

  
MSC. ZOILA PIEDAD BAZANTES  
DOCENTE DE LA F.C.S.J.



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**



**RESUMEN**

Hábitos alimentarios es el conjunto de conductas adquiridas por un individuo, por la repetición de actos en cuanto a la selección, la preparación y el consumo de alimentos. El riesgo nutricional es la probabilidad de padecer enfermedad o complicaciones médicas en el tratamiento con la nutrición. Es importante resaltar que la vulnerabilidad de los hábitos alimentarios interviene diferentes factores, educativos, económicos y sociales. Los límites y los alcances de la investigación están definidos por el siguiente objetivo: determinar los hábitos alimentarios que practican los estudiantes y su impacto en la enseñanza. Este estudio busca identificar la calidad de los hábitos alimentarios que practican los estudiantes y que impacto tiene en la enseñanza la continuidad de una alimentación saludable.

**Palabra clave:** Hábitos alimentarios, proceso de enseñanza-aprendizaje.



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA**



**SUMMARY**

Eating habits is the set of behaviors acquired by an individual, by the repetition of acts regarding the selection, preparation and consumption of food. The nutritional risk is the probability of suffering from disease or medical complications in the treatment with nutrition. It is important to highlight that the vulnerability of eating habits involves different factors, educational, economic and social. The limits and scope of the research are defined by the following objective: to determine the eating habits practiced by students and their impact on teaching. This study seeks to identify the quality of eating habits practiced by students and what impact does the continuity of a healthy diet have on education?

Keyword: Food habits, teaching-learning process.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO



FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA  
EDUCACIÓN  
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

RESULTADO DEL INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

EL TRIBUNAL EXAMINADOR previo a la obtención del título de Licenciado en Ciencias de la Educación concede al presente proyecto de investigación titulado:

**ROL DEL DOCENTE FRENTE A LOS MALOS HÁBITOS NUTRICIONALES DEL ESTUDIANTADO Y SU IMPACTO EN LA ENSEÑANZA.**

PRESENTADO POR LA SEÑORITA: SANDY ESTEFANIA BARZOLA PALMA.

OTORGA LA CALIFICACIÓN DE:

8,17

EQUIVALENTE A:

TRIBUNAL:

  
Msc. Rosa Guíjarro Intriago  
DOCENTE ESPECIALISTA DE LA CARRERA

  
Msc. Victor Castillo Zúñiga  
DELEGADO COORDINACION DE CARRERA

  
Msc. Tanya Sánchez Salazar  
DELEGADA DEL CIDE

  
Ab. Isela Berruz Mosquera  
Secretaria General  
FAC. CC. J. S. S. E.







UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO



FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN  
CARRERA EDUCACIÓN BÁSICA

CERTIFICACION DE PORCENTAJE DE SIMILITUD CON OTRAS FUENTES  
EN EL SISTEMA DE ANTIPLAGIO

Babahoyo, 11 de Diciembre del 2018

En mi calidad de Tutor del documento probatorio dimensión práctica del examen complejo de la Sr. (a)(ta), **SANDY ESTEFANIA BARZOLA PALMA** cuyo tema es: **ROL DEL DOCENTE FRENTE A LOS MALOS HÁBITOS NUTRICIONALES DEL ESTUDIANTE Y SU IMPACTO EN LA ENSEÑANZA**, certifico que este trabajo investigativo fue analizado por el Sistema Anti plagio Urkund, obteniendo como porcentaje de similitud de **8%**, resultados que evidenciaron las fuentes principales y secundarias que se deben considerar para ser citadas y referenciadas de acuerdo a las normas de redacción adoptadas por la institución.

Considerando que, en el Informe Final el porcentaje máximo permitido es el 10% de similitud, queda aprobado para su publicación.

URKUND

Documento [Proyecto Sandy.docx](#) (D45556759)

Presentado 2018-12-11 10:47 (-05:00)

Presentado por andy-sandy12@hotmail.com

Recibido zbazantes.utb@analysis.orkund.com

Mensaje RV: PROYECTO [Mostrar el mensaje completo](#)

8% de estas 9 páginas, se componen de texto presente en 1 fuentes.



Por lo que se adjunta una captura de pantalla donde se muestra el resultado del porcentaje indicado.

MSc. ZOILA-PIEDAD BAZANTES  
DOCENTE DE LA F.C.S.J.

# ÍNDICE DE CONTENIDOS

Portada	
Dedicatoria.....	ii
Certificación de Autoría Intelectual.....	iii
Certificación final del Tutor.....	iv
Probación y calificación del tribunal examinador.....	v
Informe final del sistema Urkund.....	vi
Índice general.....	viii
1. Introducción.....	1

## CAPÍTULO I

### Marco Metodológico

1.1. Definición del tema caso de estudio.....	
1.2. Planteamiento del problema.....	2
1.3. Justificación.....	2
1.4. Objetivo.....	3
1.5. Fundamentación teórica.....	4
1.6. Hipótesis.....	5
1.7. Metodología de la investigación.....	12
	12

## CAPÍTULO II

### Resultados de la investigación

2.1. Desarrollo del caso.....	
2.2. Situaciones detectadas (hallazgo).....	17
2.3. Soluciones planteadas.....	17
2.4. Conclusiones.....	18
2.5. Recomendaciones (propuesta para mejorar el caso).....	19
Bibliografía.....	20
Anexos	21

## INTRODUCCIÓN

Se entiende que los hábitos alimentarios son un conjunto de actividades adquiridas por un individuo, por la repetición de actos en cuanto a la selección, preparación y consumo de alimentos. Los hábitos alimentarios se relacionan principalmente con los factores sociales, económicos, culturales y psicológicos de una población o región determinada. En el transcurso de la vida se puede apreciar que los medios de comunicación llegan a influenciar en la alimentación.

Los hábitos alimentarios dependen de cada individuo, si se intenta cambiar de hábitos, se debe realizarlo paulatinamente, por el bien estar de las y los jóvenes se debe cuidar la salud, integridad para un futuro libre de enfermedades crónicas. La niñez es una etapa compleja donde se deja de lado a la alimentación, donde las transformaciones biológicas, psicológicas y sociales provocan un cambio conductual. Los niños necesitan alimentarse bien para poder fortalecer a su organismo y que tengan un buen funcionamiento los órganos vitales, pero los estudiantes no lo practican en su mayoría.

El presente trabajo corresponde a una investigación descriptiva. Se emplearon la observación, el cuestionario y la entrevista como técnicas de investigación. El tema escogido **“Rol del docente frente a los malos hábitos nutricionales del estudiantado y su impacto en la enseñanza”** tiene como objetivo general mostrar el impacto que ejerce la alimentación en el aprendizaje y en el rendimiento del niño.

Los resultados obtenidos revelan las y los jóvenes tienen hábitos alimentarios insuficientes estos no cubren la necesidad que requieren sus organismos ya que omiten comidas del día el desayuno, el almuerzo y la cena y escaso consumo de frutas y verduras y el sedentarismo de agua está presente. Por lo tanto es necesario un proceso educativo para concientizar a las y los jóvenes a mejorar sus hábitos alimentarios.

En esta investigación se realiza la pregunta directa ¿cuáles son los hábitos alimenticios que influyen negativamente en el proceso de enseñanza-aprendizaje de niños/as? Es importante resaltar la vulnerabilidad de los riesgos nutricionales de los estudiantes. En los últimos años se han incrementado muchos casos del consumo de exceso en carbohidratos y grasas. La Organización Mundial de la Salud (O.M.S.), asegura que los niños y jóvenes dejan de lado su alimentación y llegan a omitir comidas principales del día por diferentes factores y también resaltan el poco consumo de frutas y verduras por día. Entonces, los niños y jóvenes que tienen adversidades en cuanto sus hábitos alimentarios están más propensos a diferentes enfermedades. Por ello, es fundamental examinar y fortalecer sus conocimientos en cuanto a alimentación.

# **CAPITULO I.**

## **1.1. TEMA**

Rol del docente frente a los malos hábitos nutricionales del estudiantado y su impacto en la enseñanza

## **1.2. Planteamiento del problema**

El adquirir ciertos hábitos alimentarios cambió más en los últimos años. La alimentación tradicional de décadas pasadas respondía a un ritmo de vida pausada que permitía realizar en casa preparaciones culinarias elaboradas con tiempo y alimentos orgánicos. Actualmente existe otra realidad, es un entorno social bastante agitado, estresante, los procesos socioculturales cambiaron a gran escala, como la modernización, cambios tecnológicos y cambios en el rol de la mujer afectaron nuestras costumbres y hábitos alimentarios. Las tres comidas principales, fueron sustituidas por las comidas sencillas y rápidas muy poco saludables, económicas; pero nada nutritivas para nuestro organismo (Lacoste, 2015:6).

El aprendizaje de los hábitos alimentarios está condicionando por numerosas influencias socioculturales, sobre todo la familia; la cual desempeña un papel fundamental en la etapa del niño, sin embargo, al pasar los años y al alcanzar la adolescencia pierde relevancia y el grupo de amigos y las relaciones sociales y la publicidad de los medios de comunicación como la radio, televisión, la internet, se convierten en condicionantes claves de los hábitos alimenticios de los estudiantes.

## **Población y muestra**

La presente investigación tiene una estadística es de 30 estudiantes que estuvieron registrados en el periodo lectivo 2018-2019 considerando una muestra de 30 estudiantes, 30 padres de familia y 6 maestros para poder comprobar los objetivos e hipótesis. Los estudiantes que se sometieron a la investigación son niñas y niños por edades. Si no se toma en cuenta este problema de los hábitos nutricionales se está contribuyendo a que muchos niños no desarrollen su intelecto.

### **1.3 JUSTIFICACIÓN**

El propósito de la investigación se consigue identificar la calidad nutricional de los hábitos alimentarios que practican los estudiantes y su impacto en la enseñanza. El estudio de hábitos alimentarios se efectúa a través de una investigación descriptiva. Con el fin de concientizar y promover hábitos y prácticas alimentarias nutricionales saludables en este grupo vulnerable, para que dadas las óptimas condiciones de salud, nutrición y productividad los mismos ejerzan un rol protagónico en la sociedad repercutiéndolo.

Los Cientistas en Educación participan en diferentes escenarios educativos y que mejor ser un apoyo en esta ciencia de la nutrición y alimentación saludable; que constituye el pilar fundamental de la prevención de las enfermedades crónicas dirigidas a estudiantes.

El tema fue elegido ya que en los últimos años se ha incrementado la vulnerabilidad a los hábitos alimentarios en las y los jóvenes universitarios, debido a la influencia de múltiples factores culturales, económicos, sociales, educativos y también la falta de tiempo, la actividad de ejercicios, el consumo de comida rápida, etc., trayendo como consecuencia diversas enfermedades crónicas. Debido a que hay insuficiente conocimiento respecto a los hábitos alimentarios de las y los estudiantes, se pretende lograr un conocimiento más detallado acerca de la alimentación que día a día consume y su impacto en la enseñanza.

El estudiante a veces, no sabe si su alimentación cubre las necesidades nutricionales mínimas que requiere; ya que aparte de estudiar muchos de ellos también trabajan. Existen hábitos saludables de alimentarse bien y económicamente como ser la fruta de temporada, el agua y cereales.

La Organización Mundial de la Salud en un estudio realizado el 2015 indica que la mala alimentación que se tendría será la causa fundamental para una baja esperanza de vida. En este sentido vemos que la alimentación es un proceso voluntario y consciente y por lo tanto educable; todo depende de una decisión libre del individuo. Por ello un cambio en los hábitos alimentarios hacia otros más sanos requiere de un profundo convencimiento.

Los alimentos no son un premio, no son un castigo y tampoco deben ser un desahogo a las tensiones de una persona. Los alimentos y las comidas debe tener su lugar, su hora y su control, comer sanamente no significa que tengamos que privarnos de todo lo que nos gusta: lo mejor es comer variado y saber que comer, cuando en que cantidades. Porque la población estudiantil es diversa en cuanto a procedencia razón que puede incidir en los hábitos alimentarios.

La diversidad social que caracteriza a la mayoría de los estudiantes de la carrera puede condicionar su alimentación. Así el aporte que brindara este estudio nos dará una visión general de la situación alimentaria de los estudiantes y de ese modo poder plantear nuevas pautas de ayuda al estudiante para que este puede tener una alimentación más apropiada a sus necesidades fisiológicas y cognitivas para un mejor rendimiento académico.

Esta investigación tiene relevancia social porque es un tema que en general se deja de lado, pero es muy importante porque si nos concientizamos respecto a la alimentación puede generar mejores condiciones de vida, prevenir enfermedades y elevar la calidad de la enseñanza.

#### **1.4. OBJETIVOS**

## **Objetivo general**

Determinar los hábitos alimentarios que practican las y los estudiantes, la calidad nutricional que tienen y su impacto en el enseñanza.

## **Objetivos específicos**

Analizar los hábitos alimentarios y el estilo de vida de los estudiantes.

Identificar que género tiene la continuidad de hábitos alimentarios saludables adecuados.

Analizar de forma cualitativa y cuantitativa los hábitos alimentarios de los estudiantes.

## **1.5. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

De acuerdo a Muñoz (1990:16-17), las primeras reseñas históricas de la nutrición se dan en la época de los griegos (Hipócrates, 460-364 A.C.) quienes sostenían que los cuerpos poseían fuego por lo que requerían comida como combustible.

Se decía también que los cuerpos de los niños tenían llama grande en tanto que la de los viejos era una llama pequeña. Durante la edad media no se tuvo reseñas sobre nutrición. Es en 1660 donde se retoma el conocimiento científico y por primera vez se considera el aire como elemento el siglo XVIII en el gran químico Lavoisier, con frecuencia llamado el descubridor o padre de la ciencia de la nutrición.

La palabra nutrición nace en el siglo XVIII con el gran químico Lavoisier. Surge como el intento de entender las funciones de nuestro organismo y se lo conoce como padre de la ciencia de la nutrición. Su emprendimiento y arduo trabajo lo llevo a demostrar que la



respiración en el organismo involucra la combinación del carbono e hidrogeno con el oxígeno del aire inspirado y que las cantidades absorbidas de oxígeno y las de dióxido de carbono expirado dependen del alimento ingerido y del trabajo logrado.

La nutrición es un pilar fundamental para poder comprender la alimentación adecuada en la actualidad para prevenir enfermedades crónicas. También destacar que gracias a la ciencia de la química existen productos procesados y bebidas azucaradas que a medida que pasa el tiempo se van adoptando más en una alimentación. La educación es un pilar fundamental para orientar los hábitos alimenticios saludables.

Díaz et al. (2010), Señalan que el problema de la difícil situación económica, la migración la separación de los padres y otros problemas de orden social y cultural se suman al bajo acceso a una alimentación incapaz de cubrir necesidades mínimas de sobrevivencia, que vienen originando un estado de inseguridad alimentaria evidencia que el estado nutricional, influye en el aprendizaje y rendimiento, y este a su vez en la permanencia o abandono del sistema educativo.

Es un tema que fue objeto de preocupaciones en la región desde la década de los 50, enfocando desde la oferta alimentaria y encaminando principalmente a la producción y disponibilidad de los alimentos en la actual coyuntura Boliviana este enfoque bajo el fundamento de la nueva propuesta desarrollo del “Vivir Bien”, esto como una estrategia nacional de desarrollo productivo que concibe la seguridad y soberanía alimentaria (...) garantiza el acceso en cantidad y calidad de los alimentos sanos, nutritivos y culturalmente apropiados a la población (Díaz y Aguilar, 2010:28).

En este sentido será necesario trabajar en la mejora de hábitos alimentarios, los que permitirán mejorar la calidad de vida, a través de una concientización social estudiantil, el educador siempre estará en escenarios educativos y qué mejor de orientarlos y guiarles para que adopten hábitos alimentarios saludables. Que si bien no es una tarea fácil pero tampoco imposible, es un proceso que paulatinamente se puede lograr.

## **1.6. HIPÓTESIS**

Como se conoce, “la hipótesis es la formulación de un conocimiento a priori, una descripción o explicación inicial que permite comprender el objeto antes de efectuarse la investigación; es una afirmación susceptible de corroboración. Dicho de otra forma, es una respuesta a la pregunta de investigación, la solución tentativa al problema de investigación” (Tintaya, 2008:106).

La hipótesis que se plantea tiene relación con el objetivo general y responde a una proposición verosímil:

“Los estudiantes son un grupo vulnerable de riesgo nutricional debido a que sus hábitos alimentarios, no suelen adecuarse a las necesidades fisiológicas de su organismo”.

## **1.7. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

El estudio de los hábitos alimentarios de los estudiantes, se efectúa en el marco de una investigación descriptiva. Este trabajo se orienta a indagar y mostrar cuales son los hábitos alimentarios que caracterizan a los estudiantes de ambos paralelos A y B (A turno de la mañana y B turno de la tarde). Es descriptivo porque “(...) buscan especificar las propiedades importantes de las personas, grupos y comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis” (Hernández, 1996:60).

El diseño de investigación es descriptivo transversal prospectivo porque es en un solo momento y mientras suceden los hechos. En ese sentido para obtener datos fidedignos, se aplicó los instrumentos con la autorización de los docentes y con el debido permiso para aplicar el instrumento del cuestionario.

Se busca describir los hábitos alimentarios que practican; las semejanzas y las diferencias por género en cuanto los hábitos alimentarios de los estudiantes. Es descriptivo porque busca especificar propiedades, características de los hábitos alimentarios de estos estudiantes midiendo a través de las variables planteadas en un momento determinado. Por tanto este tipo de diseño ayuda a recoger datos con un propósito de describir variables y analizar su incidencia e interrelaciona un momento dado.

## **CAPÍTULO II**

### **RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **2.1. Desarrollo del caso**

La nutrición es uno de los factores más íntimamente relacionados con la salud, puesto que es fundamental que se produzca un cambio alimenticio en la población estudiantil, resulta necesario comprender mejor, qué factores precisos afectan a la elección de alimentos. Se describirán los factores más importantes que influyen en la elección de los alimentos, y si son malos es posible cambiar, y coadyuvar con ciertas recomendaciones.

Al realizar el estudio de caso se puso determinar que los principales factores que influyen e intervienen en la elección de hábitos alimentarios de los estudiantes son determinantes para una calidad de vida saludable, el principal factor impulsor de la alimentación es obviamente la biológica, pero lo que decidimos comer no está determinado únicamente por las necesidades fisiológicas o nutricionales. Algunos de los demás factores que influyen en la elección de los alimentos son:

- Factores biológicos: el hambre, el apetito y el sentido del gusto.
- Factores económicos: el precio, los ingresos y la disponibilidad en el mercado.
- Factores sociales: la cultura, la familia, los compañeros de trabajo y los patrones de alimentación.
- Factores psicológicos: el estado de ánimo, el estrés y la culpa.

## **2.2. SITUACIONES DETECTADAS**

Se pudo constatar que los malos hábitos nutricionales del estudiantado será la causa fundamental para una baja calidad en la enseñanza. En este sentido, se comprenderá que la alimentación es un proceso voluntario y consciente y por lo tanto educable: todo depende de una decisión libre del individuo por ello un cambio en los hábitos alimentarios hacia otro más sano requiere de un profundo convencimiento.

En los grupos examinados se observó que es importante examinar y potenciar una variada alimentación basada en una dieta de verduras, frutas y bastante agua; para el desarrollo y desgaste intelectual del estudiante. En ese sentido se podría mencionar que las y los estudiantes cubren la necesidad de alimentarse por dos vías: una de acuerdo a lo que precisa y puede obtener; y la otra basada en lo que le ofrece la publicidad lo que les anuncian los medios de comunicación. Es importante, por esta razón, tomar en cuenta la influencia que esta ejerce sobre los hábitos alimentarios de los estudiantes.

Se determinó que el no alimentarse saludablemente conduce a un desmejoramiento de calidad de vida la adquisición de hábitos pocos saludables, deben tratar de no omitir las comidas del día, deben optimizar su tiempo para cumplir con todos sus quehaceres cotidianos y dedicar un tiempo establecido para alimentarse, también para realizar actividades físicas beber bastante agua y esto ocasionara y también generara una demanda de estrés, desgaste emocional, físico y mental requerido para su formación académica.

## **2.3. SOLUCIONES PLANTEADAS**

Desde la educación popular, Freire define a la educación como “praxis, acción y reflexión del mundo para transformarlo”, en esta perspectiva la educación debe tener un carácter permanente problematización de la realidad, cuestionándola, criticándola y transformándola (Díaz y Aguilar, 2010:96).

A partir de esta realidad podemos definir como algo ineludible que:

- El saber entender que comer saludable no significa sacrificios, sino bienestar y disfrutar de la vida.
- Es importante determinar la frecuencia de consumo de alimentos ya que existen algunos alimentos que consumen diariamente y otros que tienen menos frecuencia además que varían respecto a la disponibilidad temporal de los alimentos, y la apetencia de las personas o que el alimento sea costoso.
- Que en el consumo también se ven involucrados los hábitos y costumbres de la población con los que se determinan las apetencias por los mismos, que según los grupos de alimentos por la clasificación de su aporte nutricional.

## **2.4. CONCLUSIONES**

Los hábitos alimentarios podrían definirse como el comportamiento más o menos consciente colectivo en la mayoría de los casos y siempre repetitivo, que conduce a la gente a seleccionar, preparar y consumir un determinado alimento o menú como una parte más de sus costumbres sociales, culturales y religiosas y que está influido por múltiples factores, sociales, económicos, culturales (Bacarreza, 2004:10).

En este sentido, en los hábitos alimentarios intervienen diferentes factores que determinan la alimentación. Estos son económicos, sociales, psicológicos; los alimentos no son un premio ni tampoco un castigo. La alimentación saludable y adecuada tiene sus horarios ya establecidos. Lo importante es habituarnos y tener una dieta variada. De esta manera contribuimos a elevar la calidad y el rendimiento en el proceso de enseñanza.

## 2.5. RECOMENDACIONES

Para mantener hábitos alimentarios y un estilo de vida saludable, en los estudiantes y contribuir a elevar la calidad en el proceso de enseñanza se debe de seguir los siguientes pasos:

- La familia, el primer escenario educativo un espacio privilegiado para adquirir los hábitos alimentarios.
- Es importante obtener una preferencia de alimentos variados y naturales ricas en vitaminas y minerales, también es de vital importancia el incorporar y hacer un hábito el beber agua.
- Los docentes pueden lograr un impacto positivo en las y los estudiantes. La vulnerabilidad en cuanto a su alimentación debe ser vista como una oportunidad, un espacio de intervención para una calidad de vida.
- La educación se debe de orientar a concientizar a los estudiantes para adquirir unos buenos hábitos alimentarios y mejorar la ingesta de vitaminas y minerales de origen natural.
- Tener el hábito de consumir agua durante el día para hidratar los órganos vitales y para un mejor funcionamiento de nuestras actividades cotidianas.
- Comer al menos cinco piezas o raciones de fruta fresca al día. Un hábito que se tiene que ir incorporando paulatinamente dentro de nuestra alimentación, para que en un futuro se pueda ir reduciendo el riesgo de contraer alguna enfermedad crónica.
- La educación alimentaria, ayudara a los jóvenes. A elegir alimentos sanos y naturales. En vez de prohibir la ingesta de aperitivos no saludables en el hogar, puede resultar más positivo introducir opciones de aperitivos saludables de una forma progresiva. Además, es necesario que se facilite el acceso a elecciones de alimentos más saludables fuera de casa.
- De acuerdo con el estudio realizado, cabe destacar la realización de estudios más profundos sobre el conocimiento de los estudiantes sobre la importancia de la alimentación en esta etapa de la vida.
- Educar y motivar a los estudiantes sobre la importancia de los cambios alimentarios, así como las repercusiones que tienen a corto y largo plazo para mejorar la calidad de vida.

## **BIBLIOGRAFÍA**

ABELA, María del Carmen y VILLEGAS Ruth (2007). Recomendaciones de energía y de nutrientes para la Población Boliviana. La Paz: Ministerio de Salud y Deportes.

BACARREZA CALVIMONTES, Susana (2004). Hábitos alimentarios en adolescentes de un colegio particular y un colegio fiscal de la zona sur de la Ciudad de La Paz. Tesis de Licenciatura en Nutrición y Dietética, Universidad Mayor de San Andrés, La Paz.

BARRAGAN, Carmen (2000). Perfil participativo de la vulnerabilidad a la inseguridad alimentaria: Organización Panamericana de la Salud.

BELTRAN Quiroga, María del Carmen y CENTELLAS Tarquino, María Teresa (2003). Estado nutricional y estilos de vida en pacientes adolescentes y adultos atendidos en la Caja de Salud de la Banca Privada. Tesis de Licenciatura en Nutrición Clínica, Universidad Mayor de San Andrés ,La Paz

BISEL, Richard (1991). Nutrientes vitales. USAID.

BOWMAN Barbara y RUSSELL Robert (2003). Conocimientos actuales sobre nutrición. (8va ed.) Organización Panamericana de la Salud. Washington: InternatinalLifeSciencesInstitute.

CAMACHO Prado, Silvia Teresa y otros (2010). Diagnósticos en Contextos de Relevancia Social (1ra. ed.). La Paz: GMC Artes Gráficas.

CERVERA Pilar; CLAPES Jaume; RIGOLFAS Rita (1993). Alimentación y dieto terapia. (2da ed.) Madrid: Interamericana.

CURCUY, Gloria y ONO Etsuko (1999). Conocimientos básicos de nutrición. La Paz: Puerto de Mejillones.

DIAZ, Paucara Max Moisés y AGUILAR Huerta, Gloria (2010). Hábitos alimentarios y estado nutricional y rendimiento escolar en Unidades Educativas Nocturnas de Potosí y Tupiza (1ra. ed.). Potosí: CEBIAE.



# **ANEXOS**

## MATRIZ

CAUSAS	CONSECUENCIAS
Falta de dinero de los padres de familia a la hora de alimentar a los niños.	No se alimentan correctamente.
Desinformación de los estudiantes en la alimentación	Desinformación de los hábitos nutricionales.
Falta de nutrición requerida en la niñez.	Produce la pérdida de nutrición por la escaza alimentación de frutas y verduras

## POBLACIÓN

<b>Docentes</b>	<b>6</b>
<b>Estudiantes</b>	<b>30</b>
<b>Padres de Familia</b>	<b>30</b>

## **CUESTIONARIOS DE ENCUESTAS Y ENTREVISTAS A DOCENTES**

**1. ¿Usted cómo docente cree que es importante la alimentación nutritiva en los estudiantes ?**

(Siempre)

(Casi siempre)

(Nunca)

**2¿Usted como docente informa a los estudiantes acerca de los buenos hábitos nutricionales?**

(Si)

(No)

**3¿Conoce usted como maestra el valor nutritivo que aportan cada uno de los alimentos?**

(Si)

(No)

**4¿Cómo califica el rendimiento académico de los estudiantes?**

(Bueno)

(Malo)

(Regular)

**5¿Cree usted que alimentarse nutritivamente ayuda a los estudiantes a mejorar en su aprendizaje?**

(Si)

(No)

## **CUESTIONARIOS DE ENCUESTAS Y ENTREVISTAS A PADRES DE FAMILIA**

**¿Conoce usted la importancia que tienen los hábitos nutricionales en la Educación y en el aprendizaje de su hijo?**

(Si)

(No)

**2. ¿Usted cómo padre de familia alimenta nutritivamente a su hijo?**

(Siempre)

(Casi siempre)

(Nunca)

**3¿Usted cómo padre de familia alimenta a su hijo con alimentos ricos en proteínas?**

(Si)

(No)

**4¿Como padre de familia motiva a su hijo a que coma saludablente?**

(Si)

(No)

**5¿Cómo padre de familia se preocupa por que su hijo coma solamente alimentos nutritivos?**

(Si)

(No)

## **CUESTIONARIOS DE ENCUESTA Y ENTREVISTA PARA ESTUDIANTES**

**¿Conoces tu los alimentos que son ricos en proteínas?**

(Si)

(No)

**2. ¿Te gustaría que tus padres te alimenten saludablemente?**

(Siempre)

(Casi siempre)

(Nunca)

**3¿Te gusta comer frutas y verduras?**

(Si)

(No)

**4¿Su docente los motiva a alimentarse nutritivamente?**

(Si)

(No)

**5¿Cómo calificas tu desempeño académico?**

(Bueno)

(Malo)

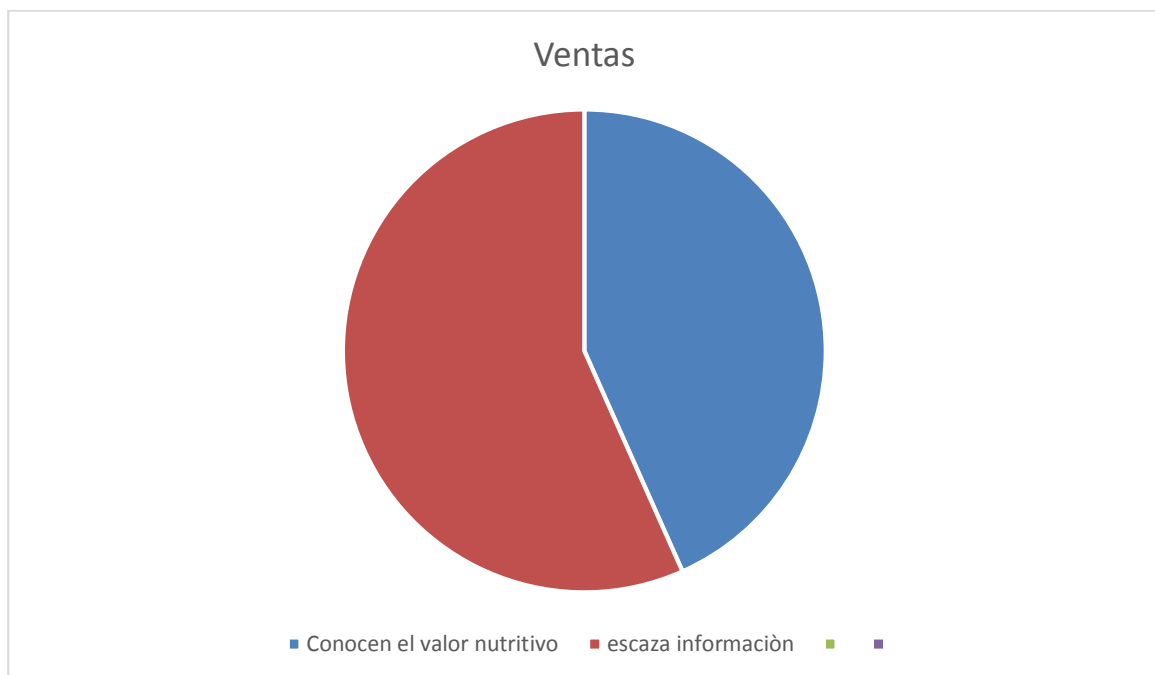
(Regular)

## CUADRO Y GRÀFICO ESTADÍSTICO

¿Los niños tienen poca información acerca de los hábitos nutricionales?

Tabla 1: Influencia de la alimentación en el aprendizaje.

Alternativas	Frecuencia	Porcentaje
Conocen el valor nutritivo	13	30%
Tienen escasa información	17	70%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>



### Análisis e Interpretación

30% de los estudiantes conocen el valor nutritivo de los alimentos y el 70 % tienen escasa información de la importancia que tiene la alimentación.

Los estudiantes alimentándose nutritivamente para tener un mejor desarrollo intelectual.





**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CIDE**



**CONTROL DE GRADO**

**CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIA LA DESIGNACIÓN DE TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN, EMITIDO POR LA COMISIÓN DE TITULACIÓN DE LA F.C.J.S.E.**

**Babahoyo, 21 de Diciembre del 2018.**

El delegado de la Comisión de Titulación de la F.C.J.S.E. para la revisión y aprobación del Informe Final del Proyecto de Investigación, previo a la designación del tribunal de sustentación, certifico que la Srta. **SANDY ESTEFANIA BARZOLA PALMA**, ha desarrollado el Informe Final del Proyecto de Investigación titulado:

**ROL DEL DOCENTE FRENTE A LOS MALOS HÁBITOS NUTRICIONALES DEL ESTUDIANTADO Y SU IMPACTO EN LA ENSEÑANZA.**

Cumpliendo con la metodología, técnica, formatos, estructura y demás disposiciones establecidas por esta unidad académica por lo que no presenta ninguna novedad mi entender, felicitando a la autora por este trabajo.

Por lo que, recomiendo a la egresada, reproduzca el documento definitivo del Informe Final del proyecto de Investigación y lo entregue a coordinación de la carrera de la Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación y se proceda a conformar el tribunal de sustentación designado para la defensa del mismo.

LCDA. SÁNCHEZ SALAZAR TANYA DEL ROCIO, MSC  
MIEMBRO DE LA COMISION DE TITULACION DE LA F.C.J.S.E.





FECHA: 3/12/2018

HORA: 16:7

FACULTAD DE CIENCIAS JURIDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACION  
ESCUELA DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
EDUCACION BASICA  
UNIDAD DE TITULACIÓN

SEGUIMIENTO DE PROYECTOS DE TITULACIÓN

DOCENTE TUTOR: BAZANTES ZOILA PIEDAD  
ESTUDIANTE: BARZOLA PALMA SANDY ESTEFANIA  
PERIODO ACADÉMICO: MAYO 2018 - OCTUBRE 2018  
MODALIDAD DE TITULACIÓN: EXAMEN COMPLEXIVO  
FASE DE MODALIDAD: FASE PRACTICA  
PROYECTO DE TITULACIÓN: ROL DEL DOCENTE FRENTE A LOS MALOS HáBITOS NUTRICIONALES DEL ESTUDIANTADO Y SU IMPACTO EN LA ENSEÑANZA

INFORMACIÓN DEL PROYECTO DE TITULACIÓN

ROL DEL DOCENTE FRENTE A LOS MALOS HáBITOS NUTRICIONALES DEL ESTUDIANTADO Y SU IMPACTO EN LA ENSEÑANZA

FASE	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
FASE PRACTICA	2018-10-24	2018-11-09	TERMINADO	100%	HABILITADO

INFORMACIÓN DE ACTIVIDADES DEL PROYECTO

INTRODUCCION					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
INTRODUCCIÓN	2018-11-09	2018-11-09	TERMINADO	100%	HABILITADO

DEFINICIÓN DEL TEMA CASO DE ESTUDIO					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
DEFINICIÓN DEL TEMA CASO DE ESTUDIO	2018-11-09	2018-11-09	TERMINADO	100%	HABILITADO

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	2018-11-09	2018-11-09	TERMINADO	100%	HABILITADO

JUSTIFICACION					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
JUSTIFICACION	2018-11-09	2018-11-09	TERMINADO	100%	HABILITADO

OBJETIVO					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
OBJETIVO	2018-11-09	2018-11-09	TERMINADO	100%	HABILITADO

FUNDAMENTACION TEORICA					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
FUNDAMENTACION TEORICA	2018-11-09	2018-11-09	TERMINADO	100%	HABILITADO

HIPOTESIS					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
HIPOTESIS	2018-11-09	2018-11-09	TERMINADO	100%	HABILITADO

**METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION	2018-11-09	2018-11-09	TERMINADO	100%	HABILITADO

**DESARROLLO DEL CASO**

ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
DESARROLLO DEL CASO	2018-11-09	2018-11-09	TERMINADO	100%	HABILITADO

**SITUACIONES DESTACADAS (HALLAZGO)**

ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
SITUACIONES DESTACADAS (HALLAZGO)	2018-11-09	2018-11-09	TERMINADO	100%	HABILITADO

**SOLUCIONES PLANTEADAS**

ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
SOLUCIONES PLANTEADAS	2018-11-09	2018-11-09	TERMINADO	100%	HABILITADO

**CONCLUSIONES**

ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
CONCLUSIONES	2018-11-09	2018-11-09	TERMINADO	100%	HABILITADO

**RECOMENDACIONES (PROPUESTA PARA MEJORAR EL CASO)**

ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
RECOMENDACIONES (PROPUESTA PARA MEJORAR EL CASO)	2018-11-09	2018-11-09	TERMINADO	100%	HABILITADO

**BIBLIOGRAFIA**

ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
BIBLIOGRAFIA	2018-11-09	2018-11-09	TERMINADO	100%	HABILITADO

**ANEXOS**

ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
ANEXOS	2018-11-09	2018-11-09	TERMINADO	100%	HABILITADO

*Ed. Feila Bazantes*  
 BAZANTES ZOLA PIEDAD  
 DOCENTE TUTOR

*Sandy Barzola*  
 BARZOLA PALMA SANDY ESTEFANIA  
 ESTUDIANTE