



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

**DOCUMENTO PROBATORIO (DIMENSIÓN ESCRITA)**  
**DEL EXAMEN COMPLEXIVO DE GRADO**  
**PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADA EN**  
**CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN:**  
**MENCIÓN (EDUCACIÓN BÁSICA)**

**TEMA**  
EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN EL CONTEXTO  
EDUCATIVO DE LOS ESTUDIANTES DE SEGUNDO AÑO DE LA  
ESCUELA “JOSÉ DE SAN MARTÍN” DEL CANTÓN VENTANAS,  
PROVINCIA DE LOS RÍOS.

**AUTORA**  
JOHANA LISBETH BUSTAMANTE RUBIO

**TUTORA**  
MGS. TANYA DEL ROCÍO SÁNCHEZ SALAZAR

**BABAHOYO - AGOSTO - 2019**



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

**DEDICATORIA**

A Dios que me ha dado la vida y la fortaleza para alcanzar mis metas, a mis padres y a mi familia, para ellos es este logro.



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

**AGRADECIMIENTO**

A mi esposo por apoyarme económicamente y a mis padres por la formación en valores que me dieron, a mis hijas por ser mi motor de vida y sobre todo a mi Dios



## RESUMEN

En este proyecto de Investigación se presenta un conjunto de reflexiones sobre la educación Alimentaria y Nutricional en el Contexto de la Educativo para Segundo año de Educación Básica, Tomando en cuenta la necesidad de promover actividades que coadyuven al mejoramiento del rendimiento académico de los estudiantes, creando hábitos y brindando información adecuada del correcto uso de los alimentos, sacando el mejor provecho en beneficio de las capacidades físicas y cognitivas de los niños.

La escuela, en la Educación Inicial y Primaria, es el medio idóneo para poder llevar a cabo un programa de educación alimentaria y nutricional. Por una parte porque es el medio que acoge la totalidad de la población durante la etapa de la enseñanza obligatoria. En la escuela se puede ayudar a adquirir unos conocimientos, unos hábitos y unas actitudes favorables de una manera gradual y sistemática. Por otra parte, porque la escuela acoge a los niños en la etapa más importante de su vida en la que están formando su personalidad y todavía están a tiempo para cambiar e incorporar nuevos hábitos de salud. Al mismo tiempo el equipo docente además de impartir los conocimientos adecuados para cada etapa también pueden contribuir en la modificación de las conductas y ser pieza clave en la educación nutricional del niño.

**Palabras Claves:** Educación Alimentaria y Nutricional, Contexto Educativo, Actividades, Aprendizaje.

## ABSTRACT

This research project presents a set of reflections on Food and Nutrition education in the Context of Education for Second Year of Basic Education, taking into account the need to promote activities that contribute to the improvement of students' academic performance, creating habits and providing adequate information on the correct use of food, making the most of the benefit to the physical and cognitive abilities of children.

The school, in Initial and Primary Education, is the ideal means to carry out a food and nutrition education program. On the one hand because it is the medium that welcomes the entire population during the compulsory education stage. In school you can help acquire knowledge, habits and favorable attitudes in a gradual and systematic way. On the other hand, because the school welcomes children in the most important stage of their lives in which they are forming their personality and still have time to change and incorporate new health habits. At the same time, the teaching team, in addition to imparting the appropriate knowledge for each stage, can also contribute to the modification of behaviors and be a key part in the child's nutritional education.

**Key words:** Food and Nutrition Education, Educational Context, Activities, Learning.



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

**ÍNDICE**

**Carátula**

Introducción.....	1
Justificación.....	2
OBJETIVOS.....	4
Objetivo General.....	4
Objetivos Específicos .....	4
SUSTENTOS TEÓRICOS.....	5
EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL.....	5
Beneficios de una buena alimentación nutricional .....	6
Contexto educativo.....	8
La importancia del contexto en el proceso de enseñanza aprendizaje .....	11
Materiales y métodos.....	12
TÉCNICAS APLICADAS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN. ....	15
Técnica de la Encuesta: .....	15
Instrumento:.....	15
Cuestionario o test: .....	15
Método deductivo:.....	15
Método inductivo: .....	16
Resultados Obtenidos. ....	16
Recomendaciones. ....	18
ANEXOS.....	

## **Introducción.**

En la actualidad existen varios factores que inciden en el aprendizaje y el rendimiento escolar del niño: la situación económica de los padres, los cuidados que prestan al niño, pero sobre todo los malos hábitos alimenticios. En este proyecto se aborda un conjunto de consejos sobre la Educación Alimentaria y Nutricional en el contexto de la Educación Primaria, para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes, mediante el cual se desglosa: el componente nutricional de los alimentos, los hábitos alimentarios, las estrategias didácticas, y las políticas públicas.

Como apoyo para el desarrollo de este proyecto se realizó una investigación sobre el rendimiento académico de los estudiantes de segundo año de básica en la escuela José de San Martín. Tomando en cuenta que, la alimentación del niño de edad escolar, es de vital importancia para su desarrollo tanto físico, psicológico y cognitivo. Una mala alimentación puede presentar disminución de la retentiva y pérdida de atención. La educación alimentaria y nutricional son hábitos que una persona debe adquirir durante el trayecto de su vida, he ahí la importancia de inculcar estos consejos alimenticios desde tempranas edades.

El cerebro está formado por millones de neuronas que se comunican entre sí, enviando señales a través de neurotransmisores que son sustancias químicas, de una neurona a otra. Se puede decir que esta es una de las funciones más complejas del cerebro, requiere un nivel de concentración y estado de alerta para poder captar la información del medio, analizarla y almacenarla para usarla cuando sea necesario. La mejor manera de tener las neuronas activas y

que puedan realizar su tarea de manera eficaz, es por medio de una alimentación adecuada y más aún si se lo emplea desde la edad escolar.

### **Justificación.**

Los malos hábitos alimenticios siguen siendo un problema hoy en día en un alto porcentaje de hogares ecuatorianos y los niños de la escuela José de San Martín no es la excepción, en la actualidad se presentan grandes problemas de bajo rendimiento debido a los desórdenes alimenticios que se permite desde sus casas.

Es por ello que, como docente, no puedo dejar que agentes externos afecten en el aprendizaje y en la adquisición de destrezas de los estudiantes, por lo cual he elaborado un plan de trabajo, para contribuir en cuanto a la nutrición de los mismos.

El presente trabajo de investigación es de suma importancia para el desarrollo cognitivo y físico del niño, ya que por medio de este, se fomenta hábitos alimenticios saludables beneficiosos para la salud del niño y como resultado presentarán un buen y adecuado rendimiento escolar.

Los padres de familia se encontrarán satisfechos de poner en marcha este proyecto en la vida de sus hijos, por los beneficios que se evidencian, ya que no solo les servirá para esta edad, sino para el resto de su vida.



Hoy en día el nivel socioeconómico de las personas ha dado un paso hacia adelante, motivo por el cual, es más factible acceder a supermercados y adquirir comida de mejor calidad y no hacer uso de comidas chatarras, lo que es causante de muchos problemas de rendimiento escolar y salud de los niños.

Por medio de este proyecto se pretende inculcar en los padres y niños hábitos alimenticios saludables con el objetivo de mejorar el rendimiento del niño en las aulas escolares, sin afectar la sensibilidad y sin causar traumas o malestares en la vida cotidiana de los mismos.

## **OBJETIVOS.**

### **Objetivo General**

Fomentar conductas y hábitos alimentarios saludables a través de actividades que resalten la importancia de la nutrición dentro del contexto educativo para mejora del rendimiento académico.

### **Objetivos Específicos**

Promover en los estudiantes estilos de vida saludables que coadyuven al rendimiento académico.

## **SUSTENTOS TEÓRICOS.**

### **EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL**

La Educación Alimentaria se define como un proceso de enseñanza-aprendizaje, permanente, dinámico, participativo e integral y que tiene por finalidad promover acciones educativas que tienden a mejorar la disponibilidad, consumo y utilización de los alimentos, mejorando así la calidad de vida de una región o país. (Pérez, 2014)

La educación alimentaria comprende varios aspectos que coadyuvan a promover acciones educativas saludables que mejoran la utilización de los alimentos, conocer los beneficios de los mismos y saber dónde, cómo y cuándo usarlos.

Según la Revista cubana (Rivera Barragán, 2007) El estado de la nutrición de los individuos es un elemento fundamental del capital humano de la comunidad, de ahí la importancia de conocer las características de la nutrición de la población e identificar los problemas que pudieran existir. Debido a que en el entorno en el cual se desarrollan los niños existen grandes contrastes donde prevalece la heterogeneidad geográfica, económica, social y cultural de su población y dada las limitaciones de la información existente, la tarea no es sencilla.

De acuerdo a lo mencionado anteriormente la cultura del entorno en el que se desarrollan los estudiantes existen grandes contrastes en cuanto a lo que normalmente se debe

llevar a cabo en una buena alimentación beneficiosa para el desarrollo cognitivo y físico de los niños.

## **Beneficios de una buena alimentación nutricional**

Según (Pelletier, 2012) En el mundo de hoy la inversión en nutrición es una necesidad, no un lujo. Una breve reseña de la evidencia demuestra la importancia de la nutrición para el poder intelectual y educacional. 36 % de los niños menores de cinco años tienen retardo de crecimiento (esto es, su talla para la edad es baja). Este número puede aumentar a cerca del 50 % en los niños en edad escolar.

El retardo de crecimiento, aun en casos leves o moderados, está asociado con una reducción substancial en la capacidad mental y con un rendimiento escolar deficiente, lo cual finalmente conduce a una productividad laboral reducida. Se estima que mil seiscientos millones de personas en el mundo tienen deficiencia de yodo. La deficiencia de yodo está asociada con una reducción promedio de 13.5 puntos en el coeficiente intelectual en una población. La deficiencia en niños escolares conlleva a una disminución en la función cognoscitiva, mientras que la deficiencia durante el estado fetal puede tener efectos profundos e irreversibles sobre la capacidad mental del niño: todavía es posible encontrar “cretinismo” por deficiencia de yodo en áreas montañosas y de llanuras inundables alrededor del mundo. El 17 % de los niños tienen bajo peso al nacer (menos de 2.5 kilogramos), lo que resulta en un

menor rendimiento cognoscitivo durante la niñez, aunque este efecto es eclipsado por la desnutrición.

En el largo plazo, los niños con bajo peso al nacer tienen un nivel de concentración pobre en el colegio. 53 % de los niños en edad escolar sufren de anemia por deficiencia de hierro. Esto se asocia con una reducción en las habilidades cognoscitivas tanto en infantes como en niños en edad escolar, con reducciones similares en el rendimiento escolar en el orden de una desviación estándar. Cuando los niños van al colegio sin desayunar, su rendimiento disminuye alrededor de 0.1 desviaciones estándar (4 perceptibles), pero sólo si están desnutridos o provienen de las familias más pobres. La nutrición también afecta indirectamente el rendimiento escolar.

Los niños con desnutrición (baja talla para la edad) tienden a ser matriculados en el colegio más tarde que los niños que están mejor nutrido. Esto puede ser porque los padres creen que los niños con baja talla son más jóvenes, porque creen que los niños no son lo suficientemente grandes físicamente como para ir al colegio o a lo mejor porque están invirtiendo más en los niños mejor nutridos. En cualquier caso, la matriculación tardía empeora los problemas de daño intelectual causados por déficits nutricionales. Hay bastante evidencia que muestra que una mejora en la talla, operando tanto a través de la capacidad física como a través de la capacidad de aprendizaje y del rendimiento escolar, resulta en una mayor productividad y en mejores salarios en la edad adulta. Un análisis de datos en los Estados Unidos encontró que un incremento de una libra en el peso al nacer lleva a un aumento del 7 % en los ingresos percibidos a lo largo de la vida. Otro estudio en Brasil

encontró que un aumento del 1 por ciento en la talla resulta en un aumento del 2.4 % en los ingresos de un hombre adulto. El sólo impacto de las mejoras cognitivas relacionadas con la nutrición es de 1.3

## **Cultura Alimentaria**

La cultura alimentaria está constituida por las prácticas de selección, preparación, combinación y distribución de los alimentos de forma positivas y favorables, las cuales nos mantienen como pueblo, identidad y cultura. Esta se expresa a través de las dietas regionales, la promoción de la cultura gastronómica, las innovaciones culinarias, la incorporación de nuevos ingredientes y rubros de alimentos adaptados a las diferentes condiciones geográficas.

La alimentación permite afianzar los valores culturales de una sociedad o grupo social en particular; pero, lo que está ocurriendo en nuestra población, son cambios en los patrones de alimentación tradicionales debido, en gran parte, a la facilidad de la industria alimentaria; la subvaloración, el sacrificio, lo poco eficiente y el desprestigio, que nuestra sociedad le ha adjudicado, falsamente, a la cocina tradicional. Por ello la importancia de la promoción de la cultura gastronómica, el comer en familia, la valoración de la calidad de las dietas regionales, sin menosprecio hacia las innovaciones culinarias, como elemento de la educación alimentaria y nutricional en las estratos más jóvenes de nuestra sociedad.

## **Contexto educativo**

(Sánchez, 2008) Menciona que: “Es habitual medir la calidad de la enseñanza primaria en términos de recursos pero no de resultados. Se hacen detalladas evaluaciones sobre la

calidad del currículo del profesorado, los proyectos de investigación que realizan, su productividad y los recursos que utilizan, pero estos aspectos son tan importantes como los resultados que se obtienen, la formación y productividad del alumnado, las necesidades de formación de los estudiantes y lo que realmente aprenden, así como lo que les sirve luego en la vida real. El signo de los tiempos en el ámbito de la educación primaria nos obliga a caminar con las necesidades y los cambios del mundo estudiantil y nos indica una orientación precisa: indagar acerca del aprendizaje desde la perspectiva del alumnado”.

Lo que se menciona anteriormente es que se debe analizar y comprender lo que ocurre dentro de los procesos de aprendizaje de los estudiantes y de los procesos de la enseñanza primaria, orientados en la preocupación por revelar las prácticas que se concretan en estos ámbitos, y poder derivar de allí estrategias institucionales que favorezcan mejores procesos de formación.

## **Sector público**

Como parte de las acciones impulsadas por este sector se recuperaron aquellas que involucran una dimensión educativa. Se distinguen las lanzadas por el gobierno de las promovidas como es el desayuno escolar.

## **Desayuno Escolar**

Mediante Decreto Ejecutivo Nro. 1120, de 18 de julio de 2016, el Programa de Alimentación Escolar (PAE) fue transferido al Ministerio de Educación (MINEDUC). Se fijó una transición

de 60 días a partir de la firma del mencionado Decreto, por lo que el MINEDUC retomó la ejecución del PAE a partir del mes de septiembre de 2016.

La Disposición General PRIMERA del Decreto Ejecutivo Nro. 1120 establece: “El Ministerio de Educación, en coordinación con el Servicio Nacional de Contratación Pública (SERCOP), realizarán los procesos de contratación pública necesarios para la continuidad en la ejecución de los distintos programas y proyectos relacionados con la provisión de alimentación escolar”, por lo que a partir de dicha fecha se coordina con el SERCOP el inicio de los procedimientos contractuales de la alimentación escolar, a través de la SUBASTA INVERSA CORPORATIVA DE ALIMENTACIÓN ESCOLAR – SICAE

### **PROCESOS DE PROVISIÓN DE ALIMENTOS**

La provisión de los alimentos se realiza en dos modalidades:

**Primera:** En las Instituciones Educativas que cuentan con residencias estudiantiles en las cuales, por sus características particulares, se entregan 3 ingestas al día: desayuno, almuerzo y cena elaborados con productos frescos.

**Segunda:** En las Instituciones Educativas que NO cuentan con Residencia Estudiantil, la atención se basa en:

- Universalizar la entrega de raciones alimenticias conformadas por alimentos que contiene proteínas de alto valor biológico a todos los beneficiarios de la alimentación escolar, misma que es combinado con otros alimentos industrializados.
- Ampliar la variabilidad de productos industrializados para incentivar el consumo de la ración alimenticia.



## **La importancia del contexto en el proceso de enseñanza aprendizaje**

### **Fundamentación normativa**

La ((LOE)., 2009), en su CAPÍTULO I, principios y fines de la educación, contempla que el sistema educativo español, configurado de acuerdo con los valores de la Constitución y asentado en el respeto a los derechos y libertades reconocidos en ella, se inspira en los siguientes principios:

- La autonomía para establecer y adecuar las actuaciones organizativas y curriculares en el marco de las competencias y responsabilidades que corresponden al Estado, a las Comunidades Autónomas, a las corporaciones locales y a los centros educativos.
- La participación de la comunidad educativa en la organización, gobierno y funcionamiento de los centros docentes.

El contexto es inseparable de contribuciones activas de los individuos, sus compañeros sociales, las tradiciones sociales y los materiales que se manejan. Desde este punto de vista, los contextos no han de entenderse como algo definitivamente dado, sino que se construyen dinámicamente, mutuamente, con la actividad de los participantes. Un primer paso consiste en identificar y analizar las variables que configuran el contexto. Hay que considerar y tener presentes todos aquellos elementos con influencia básica en el diseño e implantación del proyecto. Ignorarlos deterioraría, sin duda, la coherencia interna de la Programación Didáctica e influiría negativamente en su aplicabilidad y validez. La naturaleza de cada una de las variables y las interacciones que se den entre ellas nos indicarán hasta qué punto nuestros propósitos educativos son asequibles.

## **Materiales y métodos**

El programa que se presenta en la tabla 1 es extracción de un modelo realizado por (Trescastro, 2016) se pretende llevar a cabo en la Unidad Educativa José de San Martín ubicado en el Recinto la Ercilia Vía a Quevedo Provincia de los Ríos, en escolares de 2º año de primaria durante el mes de Octubre de 2019, con una muestra de 28 niños (15 niñas y 13 niños), de edades comprendidas entre los 7 y 8 años de edad.

La selección de los niños con la que se pretende trabajar en este plan piloto de actividades de educación alimentaria y nutricional será presentada al equipo directivo del centro y todos los padres de familia para su debida autorización de que los escolares pudieran participar en las actividades ya programadas, con el fin de que los datos obtenidos serán utilizados con fines de investigación.

Como criterios de inclusión de la muestra, fueron considerados candidatos a participar en el estudio todos aquellos niños y niñas de 7 a 8 años, pertenecientes al 2do año de primaria de la Unidad Educativa José de San Martín durante el año escolar 2019/2020, con bajo rendimiento académico. Se excluyeron aquellos que no entregaron el consentimiento de los padres.

Para desarrollar las actividades educativas e identificar los aspectos sobre los que intervenir, se tomó como referencia la Encuesta realizada por el Ministerio de Salud de la Comunidad, con la finalidad de priorizar los problemas y necesidades sobre las que es necesario focalizarse, en dicho estudio se establecieron las siguientes necesidades:

- Bajo consumo de frutas al día
- Desayuno incorrecto
- Bajo consumo de verduras al día
- Consumo de snacks, bollería y refrescos varias veces a la semana.

En base a estas necesidades, la intervención educativa contempló dos ejes de actuación en lo referente a la educación alimentaria nutricional: por un lado, ampliar los conocimientos sobre los grupos de alimentos y su frecuencia de consumo, conocer y aumentar el consumo de frutas y verduras y el desayuno saludable; y por otro lado, promover el desarrollo de un almuerzo saludable.

El programa se basa en 5 sesiones realizadas durante el mes de octubre de 2019, que consistieron en ampliar los conocimientos de alimentación de los alumnos, con la finalidad de que estos conocieran la frecuencia de consumo de los alimentos diaria y semanal, reconocieran todos los alimentos y realizaran un desayuno y almuerzo saludable (Tabla 1).

Para la promoción del almuerzo saludable, se realizará una actividad que se especifica en los días (del 12/010/2019 al 23/10/2019). Esta actividad consiste en llevar un control del almuerzo que deben llevar los niños a la escuela.

Al comienzo de la actividad se expusieron los diferentes tipos de almuerzos saludables (bocadillo, fruta y yogur, fruta y frutos secos) y cuáles no debían realizar o realizar de forma ocasional. Todas las sesiones fueron ejecutadas por un dietista-nutricionista y se precisó la

ayuda de la tutora del curso para la realización de la sesión 4 y la colaboración de la tutora y el profesor de educación física para el desarrollo de la sesión 5.

Se pretende aplicar estas actividades durante el año escolar que se aproxima y para el año 2021 ver y analizar los resultados.

**Tabla 1.** Actividades de educación alimentaria y nutricional.

<b>Actividad</b>	<b>Descripción</b>	<b>Fecha</b>
Grupos de alimentos y frecuencia de consumo	Explicación grupos de alimentos y su consumo según la pirámide alimentaria.	9/10/2019 11.30-12.30 h
Frutas y verduras	Al inicio de la actividad se indicó el consumo diario de frutas y verduras según la mano, de 5 al día (2 veces verduras y 3 veces frutas). Luego se realizó el “Juego de las frutas y verduras”. Se dividió a la clase en dos grupos para desarrollar la actividad durante 45 minutos con cada uno. Esta actividad consistió en concurso dividido en tres juegos (Tabú frutas y verduras, Qué fruta/verdura tengo en el coco” y Elige la temporada correcta), con la finalidad de conocer la frecuencia de consumo de las mismas, la temporada y el aspecto y nombre de cada fruta.	12/10/2019 15.30-17.00 h
El desayuno saludable	Explicación del desayuno saludable y los alimentos que lo componen. Realización de 7 ejemplos de desayuno saludable.	19/10/2019 15.30-17.00 h
Visita al mercado	Visita al mercado de abastos de Aspe (Alicante). Una vez allí, se hizo una visita en la que se paró en cada puesto: carnicería, pescadería, verdulería y frutería, encurtidos y frutos secos/desecados, panadería y bollería. En cada uno de ellos, se les indicó a los niños que reconocieran los alimentos presentes en los puestos.	21/10/2019 11.30-12.30 h
Juego final (evaluación)	Evaluación de las actividades de educación alimentaria y nutricional. En esta actividad se dividió a la clase en 3 grupos. El juego consistió en superar 3 pruebas (Completa la pirámide, Desayuno saludable, El pañuelo de las frutas y las verduras) en las que se demostró lo aprendido durante las sesiones anteriores. La evaluación de los conocimientos sobre la pirámide, grupos de alimentos y desayuno saludable se realizó por observación directa y los conocimientos sobre la	23/10/2019 15.30-17.00 h

	temporada de frutas y verduras se llevó a cabo mediante un cuestionario elaborado ad hoc en base a los contenidos vistos en la actividad de frutas y verduras.	
--	--	--

**ELABORADO POR:** Johana Lisbeth Bustamante Rubio

**FUENTE:** (Trescastro, 2016)

## **TÉCNICAS APLICADAS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN.**

**Técnica de la Encuesta:** La encuesta es una técnica de investigación que consiste en una interrogación verbal o escrita que se realiza a las personas con el fin de obtener determinada información necesaria para una investigación.

Esta técnica fue la que contribuyó significativamente en la recolección de datos, lo cual ayudo para el análisis y discusión de resultados y la comprobación de hipótesis.

**Instrumento:** Es cualquier herramienta que se puede utilizar en la realización y desarrollo de una labor, para llegar de forma satisfactoria al resultado deseado en una tarea específica.

**Cuestionario o test:** El cuestionario es un documento formado por un conjunto de preguntas que deben estar redactadas de forma coherente, y organizadas, secuenciadas y estructuradas de acuerdo con una determinada planificación, con el fin de que sus respuestas nos puedan ofrecer toda la información que se precisa.

### **METODOLOGÍA**

Método deductivo: Deducir mediante la aplicación de técnicas alimentarias los avances en el rendimiento escolar en los estudiantes de segundo año de básica de la escuela “José de San Martín”, del cantón Ventanas.

Método inductivo: Se pretende aplicar el método de enseñanza socializada, el mismo que busca la integración social de educando y mejorar su aprendizaje.

### **Resultados Obtenidos.**

- Mediante el desarrollo y la aplicación en los estudiantes de la Unidad Educativa José de San Martín, se logró que la selección de alumnos previamente realizada pueda alcanzar un promedio de 8 y 9 puntos a su promedio.
- Creé en toda la comunidad estudiantil una adecuada educación alimentaria y nutricional para beneficio de su rendimiento académico.

## **Conclusiones.**

En base al proyecto realizado se considera que el entorno estudiantil no goza de hábitos alimenticios saludables, debido a factores tales como: la cultura, la economía y la falta de información nutricional.

- Existe una evidente relación entre niños con déficit alimenticio y su rendimiento académico.
- Tradicionalmente la alimentación de los ecuatorianos se basa en comidas que no brindan mayor beneficio al desarrollo mental y físico del niño.
- El salario básico unificado está por debajo del costo de la canasta básica, por lo tanto no permite a los padres acceder a una buena alimentación para los niños provenientes de familias de bajos recursos.
- Existe un porcentaje elevado de niños que asisten a la institución sin siquiera haber desayunado.

## **Recomendaciones.**

- Las autoridades de la Unidad Educativa José de San Martín en conjunto con el comité central de padres de familia deberían realizar charlas y capacitaciones para toda la comunidad estudiantil promoviendo hábitos alimenticios saludables con el fin de mejorar el rendimiento académico de los estudiantes.
- Hacer concientizar a los padres de familia sobre la importancia del desayuno y no enviar a los niños a clases sin desayunar.
- Realizar programas de ayuda y seguimiento con estudiantes que presentan problemas de alimentación y rendimiento académico.
- Hacer conciencia, valorar y aprovechar el desayuno escolar que ofrece el gobierno, ya que contribuye en algo a los estudiantes que muchas veces vienen sin su primera comida del día.



## **Bibliografía.**

(LOE)., L. O. (2009). 44. From <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd6448.pdf>

Pelletier, D. B. (2012). Beneficios de la alimentacion nutricional. *NUTRICIÓNLA BASE*

*PARA EL DESARROLLO*, 50. From

<https://www.unscn.org/layout/modules/resources/files/Brief1-12SP.pdf>

Pérez, E. G. (2014). Educación Alimenaria y Nutricional. 188.

Rivera Barragán, M. d. (2007). *La educación en nutrición, hacia una perspectiva socia*. From

<http://www.redalyc.org/pdf/214/21433115.pdf>

Sánchez, E. M. (2008). Percepción del contexto educativo. *Contexto socioeconómico,*

*percepción del contexto educativo y tiempo de estudio en relación con los resultados*

*de aprendizaje en la educación primaria*, 46. From

<http://www.scielo.org.co/pdf/inno/v17n30/v17n30a03.pdf>

## ANEXOS.

### Ingesta de desayunos nutritivos.



