



**UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**UNIDAD DE POSGRADO**  
**MAESTRÍA EN EDUCACIÓN**

**TEMA:**

---

LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN COMO EJE TRANSVERSAL PARA  
EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS NIÑOS DE QUINTO AÑO DE BÁSICA

---

Trabajo de investigación previo a la obtención del título de Magister en Educación

Modalidad: Proyecto de Investigación

**Autora:** Dra. Narváez Enríquez Narciza Jacqueline.

**Tutora:** Lic. Vinuesa Granda Mónica Patricia, MSc.

QUITO – ECUADOR

2024

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,  
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA  
DEL TRABAJO DE TÍTULACIÓN**

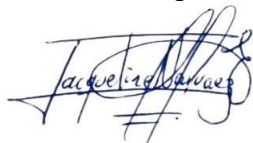
Yo, Narciza Jacqueline Narváez Enríquez, declaro ser autor del Trabajo de Investigación con el nombre **“LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN COMO EJE TRANSVERSAL PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS NIÑOS DE QUINTO AÑO DE BÁSICA”**, como requisito para optar al grado de Magister en Educación y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Quito, a los 01 días de marzo de 2024, firmo conforme:

Autora: Narciza Jacqueline Narváez Enríquez



Firma:

Número de Cédula: 0400797387

Dirección: Jorge Erazo–N50-250 y Homero Salas, sector Pinar Bajo, Quito-Pichincha  
Correo Electrónico: jacquenarvaez@hotmail.com

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “**LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN COMO EJE TRANSVERSAL PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS NIÑOS DE QUINTO AÑO DE BÁSICA**” presentado por Narciza Jacqueline Narváz Enríquez, para optar por el Título de Magíster en Educación.

### **CERTIFICO**

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador que se designe.

Quito, 24 de febrero de 2024

.....

Lic. Mónica Patricia Vinuesa Granda, MSc.

## DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Magister en Educación son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor.

Quito, 01 de marzo 2024

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Jacqueline Narváez', with a stylized flourish below it.

Narciza Jacqueline Narváez Enríquez

CC: 0400797387

## **APROBACIÓN TRIBUNAL**

El trabajo de Titulación, ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: **LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN COMO EJE TRANSVERSAL PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS NIÑOS DE QUINTO AÑO DE BÁSICA** previo a la obtención del Título de Magister en Educación, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de titulación.

Quito, 01 de marzo de 2024

.....

**Lic. Córdor Quimbita Beatriz Hortencia PhD.**

PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

**Lic. Zambrano Londoño Marcos Roberto MSc.**

EXAMINADOR

.....

**Lic. Vinuesa Granda Mónica Patricia MSc.**

DIRECTOR

## **DEDICATORIA**

Con amor y gratitud, dedico este trabajo de investigación a mi querido hijo David, quien ha sido mi inspiración constante y mi motivación para seguir adelante. Su presencia en mi vida ha sido como un faro de luz, iluminando cada paso que doy. También quiero expresar mi profundo agradecimiento a los niños de quinto año de básica, cuyo desarrollo integral es el corazón de nuestra investigación. Agradezco su participación activa y su curiosidad, que inspira mi trabajo docente y refuerza mi compromiso por comprender la importancia de la alimentación y nutrición en su crecimiento. A las familias y colegas docentes que han colaborado, mi más sincero agradecimiento por su invaluable apoyo en este camino hacia un bienestar infantil más sólido y saludable. Este trabajo de investigación se realiza con dedicación y con la esperanza de contribuir al bienestar de los niños en su viaje hacia un futuro pleno.

Narciza Narváez E.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco sinceramente la oportunidad de haber llevado a cabo este trabajo de investigación sobre la alimentación y nutrición como eje transversal para el desarrollo integral de los niños de quinto año de básica. Quiero manifestar mi gratitud a todas las personas involucradas en este proyecto, desde los niños participantes hasta los docentes y familias que colaboraron proporcionando información invaluable. Expreso mi agradecimiento a los docentes, tutora y autoridades de la Universidad Indoamérica por brindarme la oportunidad de alcanzar mis objetivos. Su compromiso y apoyo han sido esenciales para enriquecer este estudio y contribuir significativamente a la comprensión de la importancia de la alimentación en el desarrollo integral de los niños.

Narciza Narváez E.

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA**  
**UNIDAD DE POSGRADO**  
**MAESTRÍA EN EDUCACION MENCION EN PEDAGOGÍA**

**TEMA: “LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN COMO EJE TRANSVERSAL PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LOS NIÑOS DE QUINTO AÑO DE BÁSICA”.**

AUTORA: Narciza Jacqueline Narváez Enríquez.

TUTORA: MSc. Mónica Patricia Vinueza Granda.

**RESUMEN EJECUTIVO**

La enseñanza deficiente de alimentación y nutrición en niños de quinto año de educación básica tiene un impacto negativo en su desarrollo integral, evidenciado por altos índices de desnutrición y malnutrición, así como por su desempeño académico y bienestar físico, mental y social. El objetivo principal es comprender la alimentación y nutrición como ejes transversales para el desarrollo integral de los niños en la Escuela de Educación Básica José Enrique Rodó durante el periodo 2023-2024. La investigación emplea un enfoque cuantitativo y un diseño descriptivo coherente con el pensamiento lógico-deductivo y objetivista, respaldado por datos de encuestas. Se propone integrar temáticas nutricionales de manera interdisciplinaria en el currículo y desarrollar una guía educativa para promover hábitos alimenticios saludables, organizada en 4 módulos con estrategias vinculadas a los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Esto fomenta un aprendizaje experiencial y participativo que fortalece a la comunidad educativa y promueve un enfoque integral hacia la salud y el bienestar. Este proyecto confirma la importancia de la alimentación y nutrición para el desarrollo integral de los niños, impactando en su rendimiento académico, salud física, mental y bienestar general. Integrar estos aspectos en el currículo escolar y las actividades diarias se revela como una estrategia efectiva para fomentar hábitos saludables y una comprensión más profunda de una nutrición adecuada. El análisis del desarrollo integral resalta que la educación en alimentación y nutrición beneficia tanto la salud presente como futura de los estudiantes, fortaleciendo su capacidad para tomar decisiones informadas sobre su alimentación, lo que influye positivamente en su autoestima, autonomía y responsabilidad personal y social.

**Palabras clave:** Alimentación, Desarrollo, Integral, Nutrición



## **UNIDAD DE POSGRADO**

### **Master's Degree in Education**

AUTHOR: NARVAEZ ENRIQUEZ NARCIZA

TUTOR: MSc. VINUEZA GRANDA MÓNICA

### **ABSTRACT**

#### **FOOD AND NUTRITION AS A TRANSVERSAL AXIS FOR THE INTEGRAL DEVELOPMENT OF CHILDREN IN THE FIFTH YEAR OF ELEMENTARY SCHOOL**

The deficient teaching of food and nutrition in children in the fifth year of primary education hurts their integral development, evidenced by high malnutrition rates, as well as their academic performance and physical, mental, and social well-being. The main objective is to understand food and nutrition as transversal axes for the integral development of children in the José Enrique Rodo Basic Education School from 2023- 2024. The research employs a quantitative approach and a descriptive design consistent with logical-deductive and objectivist thinking, supported by survey data. It is proposed to integrate nutritional issues in an interdisciplinary manner in the curriculum and to develop an educational guide to promote healthy eating habits, organized into four modules with strategies linked to the Sustainable Development Goals. This fosters experiential and participatory learning that strengthens the educational community and promotes a holistic approach to health and wellness. This project confirms the importance of food and nutrition for the integral development of children, impacting their academic performance, physical and mental health, and general well-being. Integrating these aspects into the school curriculum and daily activities is an effective strategy to foster healthy habits and a deeper understanding of proper nutrition. The analysis of integral development highlights that food and nutrition education benefits students' present and future health, strengthening their ability to make informed decisions about their nutrition, which positively influences their self-esteem, autonomy, and personal and social responsibility.

**KEYWORDS:** Food, Development, Integral, Nutrition



## ÍNDICE DE CONTENIDO

PORTADA.....	i
AUTORIZACIÓN.....	ii
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	iii
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD.....	iv
APROBACIÓN TRIBUNAL.....	v
DEDICATORIA .....	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
RESUMEN EJECUTIVO .....	viii
ABSTRACT .....	ix
INTRODUCCIÓN .....	1
Justificación.....	2
Pertinencia de la investigación.....	3
Fundamentación de variables.....	4
Planteamiento del problema.....	10
Objetivos .....	14
Objetivo general .....	14
Objetivos específicos .....	14
CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO.....	14
Antecedentes de la investigación .....	14
Desarrollo de las categorías fundamentales .....	19

Salud Humana .....	21
Importancia de la Salud Humana. ....	22
Pirámide alimenticia.....	23
Definición de Alimentación .....	24
Definición de Nutrición.....	25
Grupos Alimenticios .....	26
Tipos de Alimentación .....	27
Tipos de Nutrición.....	28
Importancia de una Alimentación Equilibrada .....	30
Macronutrientes y Micronutrientes .....	32
Nutrición y Metabolismo .....	33
Requerimientos Nutricionales.....	34
Constructivismo .....	35
Estrategias Pedagógicas para la Educación Nutricional .....	37
Integración Curricular .....	39
Enseñanza Transversal .....	40
Participación de los Padres y la Comunidad .....	44
Programas de Alimentación Escolar .....	45
Desarrollo Integral de los Niños .....	47
Desarrollo integral de los niños planteado por el Ministerio de Educación	47
Procesos de Aprendizaje .....	50

Relación entre Alimentación y Rendimiento Académico.....	51
Influencia de la Nutrición en la Cognición .....	52
Desarrollo Físico .....	53
Desarrollo Cognitivo.....	54
Desarrollo Emocional y Social.....	55
Socialización y Habilidades Sociales.....	57
Impacto de la Desnutrición y Malnutrición .....	58
Políticas Públicas y Regulaciones.....	59
<b>CAPÍTULO II MARCO METODOLÓGICO .....</b>	<b>64</b>
Enfoque y Diseño de la investigación.....	64
Tipo de investigación .....	65
Proceso de Recolección de datos .....	67
Instrumentos.....	68
Validación de instrumento Cuestionario Alumnos .....	69
Validación de instrumento Cuestionario Adultos .....	70
Análisis de los Resultados.....	71
Análisis de la encuesta administrativos.....	71
Análisis encuesta a docentes .....	93
Análisis encuesta a padres de familia.....	114
Análisis comparado encuestas a adultos .....	137
Análisis de la Encuesta Niños.....	161

CAPÍTULO III.....	176
PROPUESTA.....	176
Objetivo General.....	176
Análisis de Factibilidad.....	177
Portada.....	187
Módulos.....	188
Introducción .....	189
Módulo 1: Fundamentos de Nutrición para Niños de Quinto Año de Básica .....	190
Módulo 2: Hábitos Alimentarios Saludables para Niños de Quinto Año de Básica .....	194
Módulo 3: Cocina y Preparación de Alimentos para Niños de Quinto Año de Básica .....	198
Módulo 4: de Quinto Año de Básica.....	202
CAPITULO IV CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	206
Conclusiones .....	206
Recomendaciones.....	209
BIBLIOGRAFÍA.....	210
ANEXOS.....	219

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla No. 1 Variaciones regionales 2021 .....	5
Tabla No. 2 Prevalencia de la Desnutrición en el Ecuador 2021.....	8
Tabla No. 3 Características de la salud humana .....	21
Tabla No.4 Aspectos de la salud integral.....	22
Tabla No.5 Grupos Alimenticios .....	27
Tabla No. 6 Estrategias Pedagógicas relativas a Educación Nutricional .....	38
Tabla No. 7 Aspectos de la enseñanza transversal.....	41
Tabla No. 8 Nutrientes y su papel en una alimentación equilibrada y saludable.....	42
Tabla No. 9: Resumen de los planes de alimentación escolar en Ecuador de los últimos 8 años .....	46
Tabla No. 10 Procesos de Aprendizaje .....	50
Tabla No.11 Desarrollo físico .....	54
Tabla No.12 Desarrollo cognitivo.....	55
Tabla No.13 Desarrollo emocional y social .....	56
Tabla No.14 Resultados Cronbach para encuesta alumnos .....	69
Tabla No.15 Resultados Cronbach para encuesta adultos .....	71
Tabla No.16 Pregunta 1 encuesta administrativos .....	71
Tabla No. 17 Pregunta 2 encuesta administrativos .....	73
Tabla No. 18 Pregunta 3 encuesta administrativos .....	74
Tabla No.19 Pregunta 4 encuesta administrativos .....	76
Tabla No.20 Pregunta 5 encuesta administrativos .....	77

Tabla No.21 Pregunta 6 encuesta administrativos .....	79
Tabla No. 22 Pregunta 7 encuesta administrativos .....	80
Tabla No.23 Pregunta 8 encuesta administrativos .....	82
Tabla No.24 Pregunta 9 encuesta administrativos .....	83
Tabla No.25 Pregunta 10 encuesta administrativos .....	84
Tabla No.26 Pregunta 11 encuesta administrativos .....	86
Tabla No. 27 Pregunta 12 encuesta administrativos .....	87
Tabla No. 28 Pregunta 13 encuesta administrativos .....	89
Tabla No.29 Pregunta 14 encuesta administrativos .....	90
Tabla No.30 Pregunta 15 encuesta administrativos .....	92
Tabla No.31 Pregunta 1 encuesta docentes.....	93
Tabla No.32 Pregunta 2 encuesta docentes.....	94
Tabla No.33 Pregunta 3 encuesta docentes.....	96
Tabla No.34 Pregunta 4 encuesta docentes.....	97
Tabla No.35 Pregunta 5 encuesta docentes.....	99
Tabla No. 36 Pregunta 6 encuesta docentes.....	100
Tabla No.37 Pregunta 7 encuesta docentes.....	101
Tabla No.38 Pregunta 8 encuesta docentes.....	103
Tabla No.39 Pregunta 9 encuesta docentes.....	104
Tabla No.40 Pregunta 10 encuesta docentes.....	106
Tabla No.41 Pregunta 11 encuesta docentes.....	107

Tabla No.42 Pregunta 12 encuesta docentes.....	108
Tabla No.43 Pregunta 13 encuesta docentes.....	110
Tabla No.44 Pregunta 14 encuesta docentes.....	111
Tabla No.45 Pregunta 15 encuesta docentes.....	113
Tabla No. 46 Pregunta 1 encuesta padres de familia .....	114
Tabla No.47 Pregunta 2 encuesta padres de familia .....	116
Tabla No.48 Pregunta 3 encuesta padres de familia .....	117
Tabla No.49 Pregunta 4 encuesta padres de familia .....	119
Tabla No.50 Pregunta 5 encuesta padres de familia .....	120
Tabla No.51 Pregunta 6 encuesta padres de familia .....	122
Tabla No.52 Pregunta 7 encuesta padres de familia .....	123
Tabla No.53 Pregunta 8 encuesta padres de familia .....	125
Tabla No. 54 Pregunta 9 encuesta padres de familia .....	126
Tabla No.55 Pregunta 10 encuesta padres de familia .....	128
Tabla No. 56 Pregunta 11 encuesta padres de familia .....	129
Tabla No. 57 Pregunta 12 encuesta padres de familia .....	131
Tabla No. 58 Pregunta 13 encuesta padres de familia .....	132
Tabla No. 59 Pregunta 14 encuesta padres de familia .....	134
Tabla No. 60 Pregunta 15 encuesta padres de familia .....	135
Tabla No. 61 Pregunta 1 encuesta adultos .....	137
Tabla No. 62 Pregunta 2 encuesta adultos .....	138



Tabla No. 63 Pregunta 3 encuesta adultos .....	140
Tabla No. 64 Pregunta 4 encuesta adultos .....	141
Tabla No. 65 Pregunta 5 encuesta adultos .....	142
Tabla No. 66 Pregunta 6 encuesta adultos .....	144
Tabla No. 67 Pregunta 7 encuesta adultos .....	145
Tabla No. 68 Pregunta 8 encuesta adultos .....	147
Tabla No. 69 Pregunta 9 encuesta adultos .....	148
Tabla No. 70 Pregunta 10 encuesta adultos .....	149
Tabla No. 71 Pregunta 11 encuesta adultos .....	151
Tabla No.72 Pregunta 12 encuesta adultos .....	152
Tabla No. 73 Pregunta 13 encuesta adultos .....	154
Tabla No. 74 Pregunta 14 encuesta adultos .....	155
Tabla No. 75 Pregunta 15 encuesta adultos .....	156
Tabla No. 76 Pregunta 1 encuesta niños .....	161
Tabla No. 77 Pregunta 2 encuesta niños .....	162
Tabla No. 78 Pregunta 3 encuesta niños .....	163
Tabla No. 79 Pregunta 4 encuesta niños .....	164
Tabla No. 80 Pregunta 5 encuesta niños .....	166
Tabla No. 81 Pregunta 6 encuesta niños .....	167
Tabla No. 82 Pregunta 7 encuesta niños .....	168
Tabla No. 83 Pregunta 8 encuesta niños .....	169

Tabla No. 84 Pregunta 9 encuesta niños .....	170
Tabla No. 85 Pregunta 10 encuesta niños .....	172
Tabla No. 86 Pregunta 11 encuesta niños .....	173
Tabla No. 87 Pregunta 12 encuesta niños .....	174
Tabla No. 88. Estrategias y acciones de la propuesta vinculadas con los objetivos ODS (Agenda 2030).....	179
Tabla No. 89 Datos informativos de la institución .....	186
Tabla No. 90 Descripción y aplicación Módulo 1 .....	193
Tabla No. 91 Descripción y aplicación Módulo 2 .....	197
Tabla No. 92 Descripción y aplicación Modulo 3 .....	201
Tabla No. 93 Desarrollo y aplicación del Módulo 4.....	205
Tabla No. 94: Variable Independiente (Alimentación y Nutrición) .....	219
Tabla No. 95 Variable Dependiente (Desarrollo Integral).....	221

## ÍNDICE DE FIGURAS

Gráfico No. 1 Desnutrición crónica infantil.....	9
Gráfico No. 2 Árbol de problemas.....	11
Gráfico No. 3 Organizador Lógico de Variables .....	19
Gráfico No. 4 Constelación de Ideas de la Variable Independiente .....	20
Gráfico No. 5 Constelación de Ideas de la Variable Dependiente .....	20
Gráfico No. 6 Pirámide alimenticia .....	24
Imagen No.7 Ubicación de la Escuela de Educación Básica José Enrique Rodó.....	66
Gráfico No. 8 Pregunta 1 encuesta administrativos .....	72
Gráfico No. 9 Pregunta 2 encuesta administrativos .....	73
Gráfico No. 10 Pregunta 3 encuesta administrativos .....	75
Gráfico No. 11 Pregunta 4 encuesta administrativos .....	76
Gráfico No. 12 Pregunta 5 encuesta administrativos .....	78
Gráfico No. 13 Pregunta 6 encuesta administrativos .....	79
Gráfico No. 14 Pregunta 7 encuesta administrativos .....	81
Gráfico No. 15 Pregunta 8 encuesta administrativos .....	82
Gráfico No.16 Pregunta 9 encuesta administrativos .....	84
Gráfico No. 17 Pregunta 10 encuesta administrativos .....	85
Gráfico No. 18 Pregunta 11 encuesta administrativos .....	86
Gráfico No. 19 Pregunta 12 encuesta administrativos .....	88
Gráfico No. 20 Pregunta 13 encuesta administrativos .....	89

Gráfico No. 21 Pregunta 14 encuesta administrativos .....	91
Gráfico No. 22 Pregunta 15 encuesta administrativos .....	92
Gráfico No. 23 Pregunta 1 encuesta docentes.....	93
Gráfico No. 24 Pregunta 2 encuesta docentes.....	95
Gráfico No. 25 Pregunta 3 encuesta docentes.....	96
Gráfico No. 26 Pregunta 4 encuesta docentes.....	98
Gráfico No. 27 Pregunta 5 encuesta docentes.....	99
Gráfico No.28 Pregunta 6 encuesta docentes.....	100
Gráfico No. 29 Pregunta 7 encuesta docentes.....	102
Gráfico No. 30 Pregunta 8 encuesta docentes.....	103
Gráfico No.31 Pregunta 9 encuesta docentes.....	105
Gráfico No. 32 Pregunta 10 encuesta docentes.....	106
Gráfico No. 33 Pregunta 11 encuesta docentes.....	108
Gráfico No. 34 Pregunta 12 encuesta docentes.....	109
Gráfico No. 35 Pregunta 13 encuesta docentes.....	110
Gráfico No. 36 Pregunta 14 encuesta docentes.....	112
Gráfico No. 37 Pregunta 15 encuesta docentes.....	113
Gráfico No. 38 Pregunta 1 encuesta padres de familia .....	115
Gráfico No. 39 Pregunta 2 encuesta padres de familia .....	116
Gráfico No. 40 Pregunta 3 encuesta padres de familia .....	118
Gráfico No. 41 Pregunta 4 encuesta padres de familia .....	119

Gráfico No. 42 Pregunta 5 encuesta padres de familia .....	121
Gráfico No.43 Pregunta 6 encuesta padres de familia .....	122
Gráfico No. 44 Pregunta 7 encuesta padres de familia .....	124
Gráfico No. 45 Pregunta 8 encuesta padres de familia .....	125
Gráfico No. 46 Pregunta 9 encuesta padres de familia .....	127
Gráfico No. 47 Pregunta 10 encuesta padres de familia .....	128
Gráfico No. 48 Pregunta 11 encuesta padres de familia .....	130
Gráfico No. 49 Pregunta 12 encuesta padres de familia .....	131
Gráfico No. 50 Pregunta 13 encuesta padres de familia .....	133
Gráfico No. 51 Pregunta 14 encuesta padres de familia .....	134
Gráfico No. 52 Pregunta 15 encuesta padres de familia .....	136
Gráfico No. 53 Pregunta 1 encuesta adultos .....	137
Gráfico No. 54 Pregunta 2 encuesta adultos .....	139
Gráfico No. 55 Pregunta 3 encuesta adultos .....	140
Gráfico No. 56 Pregunta 4 encuesta adultos .....	142
Gráfico No. 57 Pregunta 5 encuesta adultos .....	143
Gráfico No. 58 Pregunta 6 encuesta adultos .....	144
Gráfico No. 59 Pregunta 7 encuesta adultos .....	146
Gráfico No. 60 Pregunta 8 encuesta adultos .....	147
Gráfico No. 61 Pregunta 9 encuesta adultos .....	149
Gráfico No. 62 Pregunta 10 encuesta adultos .....	150

Gráfico No. 63 Pregunta 11 encuesta adultos .....	151
Gráfico No. 64 Pregunta 12 encuesta adultos .....	153
Gráfico No. 65 Pregunta 13 encuesta adultos .....	154
Gráfico No. 66 Pregunta 14 encuesta adultos .....	156
Gráfico No. 67 Pregunta 15 encuesta adultos .....	157
Gráfico No. 68 Pregunta 1 encuesta niños .....	161
Gráfico No. 69 Pregunta 2 encuesta niños .....	162
Gráfico No. 70 Pregunta 3 encuesta niños .....	164
Gráfico No. 71 Pregunta 4 encuesta niños .....	165
Gráfico No. 72 Pregunta 5 encuesta niños .....	166
Gráfico No. 73 Pregunta 6 encuesta niños .....	167
Gráfico No. 74 Pregunta 7 encuesta niños .....	168
Gráfico No. 75 Pregunta 8 encuesta niños .....	170
Gráfico No. 76 Pregunta 9 encuesta niños .....	171
Gráfico No. 77 Pregunta 10 encuesta niños .....	172
Gráfico No. 78 Pregunta 11 encuesta niños .....	173
Gráfico No. 79 Pregunta 12 encuesta niños .....	175
Gráfico No. 80 Portada de la Guía .....	187

## ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo I. Operacionalidad de las variables.....	219
Anexo II. Cuestionario sobre la Alimentación y Nutrición como eje transversal en el Desarrollo Integral de los Niños de Quinto Año de Básica .....	224
Anexo III. Cuestionario para Niños de 9 a 10 Años sobre la Alimentación y Nutrición como eje transversal para el desarrollo integral en tu Vida Escolar. ....	230
Anexo IV. Validación de la propuesta por especialista .....	234
Anexo V. Validación encuesta niños .....	236
Anexo VI. Validación encuesta adultos .....	237

## INTRODUCCIÓN

La presente investigación sobre la alimentación y nutrición como eje transversal para el desarrollo integral de los niños de quinto de educación general básica, busca comprender como alimentación y nutrición son aspectos fundamentales en el desarrollo integral de los niños, y su importancia en el contexto educativo es innegable. En Ecuador, la realidad de la educación presenta desafíos particulares que influyen en la alimentación y nutrición infantil. A pesar de los esfuerzos del gobierno ecuatoriano por mejorar la calidad de la educación, la falta de recursos y la desigualdad en la distribución de estos recursos continúan siendo obstáculos importantes. Las escuelas del sector público carecen de bares escolares adecuados y programas de alimentación que garanticen una nutrición equilibrada para los estudiantes.

La falta de educación alimentaria y nutricional en las instituciones públicas y privadas contribuyen a la persistencia de malos hábitos alimenticios entre los niños y niñas, con preferencia por alimentos procesados en lugar de opciones naturales, lo que destaca la disparidad en la calidad de la alimentación ofrecida y consumida. A menudo, se observa un consumo excesivo de alimentos procesados de baja calidad nutricional, mientras que opciones más saludables son pasadas por alto.(Josa et al., 2022).

Es muy importante el comprender el grado de relación entre la alimentación y nutrición y el desarrollo integral, pues nos permitirá conocer a más profundidad sobre la problemática de educación alimentaria y nutricional en las instituciones educativas.

El Ministerio de educación (2023), enfatiza que el currículo busca la integración de la alimentación y nutrición como ejes transversales, resaltando su relevancia en áreas como ciencias, salud y bienestar; junto con la implementación de programas de alimentación escolar saludable, que son pasos clave para garantizar el desarrollo integral de los niños en el país. Sin embargo, persiste un desafío considerable: la falta de compromiso por parte de docentes y familias para incorporar hábitos saludables de alimentación de manera efectiva, lo cual es fundamental para el desarrollo integral de los niños y niñas. Este panorama, evidenciado en las políticas



educativas, revela una brecha entre la teoría curricular y su aplicación en la práctica educativa, así como la urgente necesidad de aplicar estrategias más efectivas para promover una educación alimentaria y nutricional adecuada.

Según Huerta (2022), la nutrición impacta de manera significativa en el desarrollo infantil. Los niños, considerados un grupo prioritario en la sociedad, están en una etapa formativa donde la nutrición adecuada es esencial no solo para su crecimiento físico, sino también para su desarrollo cognitivo y emocional, subrayando que la nutrición es un derecho universal.

(Bajaña et al., 2020), recalca la importancia de una alimentación adecuada que se refleja en el rendimiento académico y el comportamiento escolar de los estudiantes. Los hábitos alimenticios deficientes están correlacionados con enfermedades y estados de irritabilidad, los cuales pueden afectar negativamente el comportamiento y la capacidad de adaptación al entorno escolar.

Integrar la enseñanza sobre alimentación y nutrición en el sistema educativo se presenta como una estrategia perspicaz para abordar esta urgencia nutricional. No solo se trata de inculcar hábitos alimenticios saludables entre los estudiantes, sino también de mejorar su bienestar general. Al educar sobre la importancia de una dieta equilibrada, se busca dejar una marca duradera en la salud y desarrollo a largo plazo de los niños. Esta iniciativa refleja un esfuerzo conjunto para abordar los problemas nutricionales desde la base en el ámbito educativo, y para sembrar semillas de hábitos de vida saludables y sostenibles en las generaciones futuras.

## **Justificación**

La nutrición infantil constituye un problema global de gran magnitud. A pesar del reconocimiento universal del derecho a la alimentación, en Ecuador se enfrenta un desafío específico: la pobreza, la falta de medios y educación alimentaria en algunas familias, lo cual impide proporcionar una dieta equilibrada a los niños y niñas (Burgos et al., 2021). Esta carencia nutricional repercute directamente en el desarrollo normal

de los menores, desencadenando problemas de desnutrición que afectan su rendimiento académico.

La educación alimentaria y nutricional emerge como un componente esencial en la formación de estudiantes. Su objetivo no se limita solo a mejorar la educación, sino también a promover un estilo de vida saludable y bienestar integral. Este estudio busca analizar cómo integrar la alimentación y nutrición como ejes transversales en los planes de estudio de nivel medio (Chávez, 2023). Se enfocará en las estrategias desarrolladas para sensibilizar a las familias y a los niños sobre la importancia de una nutrición adecuada, proporcionando conocimientos esenciales sobre los requerimientos nutricionales y elaborando alternativas de solución para mejorar la alimentación en el ámbito educativo.

La línea de investigación se centra en la praxis pedagógica, explorando las estrategias metodológicas que pueden incorporarse en la práctica docente diaria. El propósito es fomentar un aprendizaje significativo y el desarrollo integral de los estudiantes. La interrelación entre la praxis pedagógica, la alimentación y la nutrición se concreta mediante un enfoque transversal. Esto implica que la educación nutricional no se circunscribe exclusivamente al área de Ciencias Naturales, sino que se integra a través de todas las áreas curriculares. Se propone un currículo integrador que incluya contenidos relacionados con la alimentación y nutrición en diversas asignaturas, combinado con actividades prácticas, trabajo colaborativo y desarrollo de proyectos interdisciplinarios. Estos esfuerzos buscan no solo impartir educación nutricional de calidad, sino también contribuir al bienestar físico, emocional y social de los estudiantes, fomentando la adopción de hábitos saludables que perduren a lo largo de la vida.

### **Pertinencia de la investigación**

La alimentación y educación es un derecho de los niños, el tema de investigación se fundamenta en la siguiente normativa:

La investigación sobre los derechos fundamentales de los niños, como la alimentación y la educación, se sustenta en normativas tanto internacionales como nacionales que subrayan la importancia de estos aspectos para el desarrollo integral humano. Según la FAO (2010), la alimentación no solo es un proceso decisivo, sino también un derecho fundamental que contribuye al mantenimiento de la salud física y mental. En consonancia con esta perspectiva, la Constitución de la República del Ecuador de 2008 establece diversos derechos y obligaciones vinculados a la educación, salud, la alimentación, seguridad social, acceso al agua y el desarrollo integral de la población. Esto engloba los Derechos del Buen Vivir, que aseguran el acceso a alimentos saludables y suficientes, así como los Derechos de los Niños, que garantizan la satisfacción de sus necesidades básicas. Además, la Constitución impone al Estado la responsabilidad de garantizar estos derechos, resaltando la importancia de la educación como un derecho inalienable y una responsabilidad estatal, enfocada en el desarrollo integral del individuo. Adicionalmente, tanto la Ley Orgánica de Educación Intercultural (LOEI) de Ecuador como el Código de la Niñez y Adolescencia reconocen el derecho a la salud integral y nutrición de los niños y adolescentes, si bien estos derechos se ven menoscabados por prácticas alimenticias inadecuadas. Estas regulaciones subrayan la imperiosa necesidad de incorporar la alimentación y la nutrición de manera integral en las políticas públicas y en el sistema educativo, con el fin de asegurar el bienestar y el desarrollo óptimo de los niños y adolescentes.

### **Fundamentación de variables**

A nivel global, la nutrición infantil es un factor clave para el desarrollo físico, cognitivo y emocional. Organizaciones como la UNESCO y el Programa Mundial de Alimentos, alineadas con los Objetivos de Desarrollo Sostenible, enfatizan la importancia de abordar la inseguridad alimentaria y promover sistemas alimentarios sostenibles. Esta perspectiva resalta la interconexión entre la nutrición, la salud y la educación como pilares fundamentales para el desarrollo. Este esfuerzo se alinea con la consecución de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), que buscan abordar

desafíos sociales, económicos y ambientales globales (Programa Mundial de Alimentos (PMA, 2023).

Los ODS, establecidos por las Naciones Unidas, proponen metas ambiciosas, incluyendo la erradicación de la pobreza en todas sus formas y dimensiones, garantizando el acceso universal a alimentos, agua, vivienda, atención médica y educación. Además, se enfocan en acabar con el hambre, alcanzar la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición, y promover la agricultura sostenible para asegurar una alimentación adecuada para todos. También se proponen objetivos relacionados con la salud y el bienestar en todas las etapas de la vida, reduciendo la mortalidad infantil y mejorando el acceso a servicios de salud de calidad (PMA et al., 2020).

A continuación, se presenta un análisis a nivel regional de la problemática del hambre de la población mundial.

**Tabla No. 1 Variaciones regionales 2021**

<b>PAÍS</b>	<b>EFEECTO</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>África</b>	Sufrió seguridad alimentaria	20.2
<b>Asia</b>	Sufrió seguridad alimentaria	9.1
<b>América Latina y el Caribe</b>	Sufrió seguridad alimentaria	8.6
<b>Oceanía</b>	Sufrió seguridad alimentaria	5.8
<b>América septentrional y Europa</b>	Sufrió seguridad alimentaria	2.5

**Fuente:** (PMA et al., 2020)

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

En 2019, se reportó que aproximadamente 571 millones de mujeres de entre 15 y 49 años sufrían de anemia a nivel mundial, un problema de salud notablemente prevalente en grupos vulnerables. Además, las disparidades socioeconómicas se reflejaron en la nutrición infantil: en hogares pobres y sin educación formal, el 6,7% de los niños menores de cinco años presentaban bajo peso en 2020, contrastando con el 5,7% de niños con sobrepeso en hogares más acomodados. A nivel global, el 22% de los niños menores de cinco años sufrían de retraso en el crecimiento (PMA et al., 2020).

La situación se agravó en 2020, cuando casi 3.100 millones de personas no podían permitirse una dieta equilibrada. Esta crisis alimentaria se intensificó debido a los impactos económicos de la pandemia de COVID-19 y las subsiguientes medidas de confinamiento, que provocaron un aumento en los precios de los alimentos, afectando a 112 millones de personas adicionales desde 2019. En 2021, la inseguridad alimentaria grave alcanzó niveles aún más altos, con aproximadamente 2.300 millones de personas, equivalentes al 11,7% de la población mundial, sufriendo de inseguridad alimentaria moderada o grave (Op. Cit.).

La inestabilidad económica derivada de políticas gubernamentales inadecuadas ha contribuido a una disminución en los beneficios marginales de las medidas para reducir el hambre y la desnutrición, como lo indican estudios recientes. En este contexto, la pobreza emerge como un factor crítico que afecta la nutrición, la educación, la salud y la resiliencia de los niños. Según la Organización Mundial de la salud/ UNICEF/Banco Mundial (2020), los niños que viven en la pobreza tienen el doble de probabilidades de fallecer antes de los cinco años. La pobreza influye negativamente en la nutrición, las oportunidades educativas y la salud, amplificando los efectos de la adversidad y la incertidumbre.

En octubre de 2019, UNICEF resaltó los impactos adversos de los sistemas alimentarios inadecuados y la desnutrición en los niños. En un informe alarmante, se indicó que dos de cada tres niños entre seis meses y dos años no recibían suficientes

calorías para sostener sus cuerpos y cerebros en desarrollo. Esta carencia nutricional no solo amenaza el bienestar físico de los niños, sino que también puede obstaculizar su aprendizaje y desarrollo cerebral, subrayando la urgencia de abordar la desnutrición y mejorar los sistemas alimentarios para proteger y fomentar el desarrollo saludable de la infancia (Unicef, 2020).

En América Latina, la alimentación y la nutrición son fundamentales para el desarrollo integral de la población, entre los años 2019 y 2021, se registró una prevalencia del hambre del 7,9 % en América del Sur, del 8,4 % en Mesoamérica y del 16,4 % en el Caribe. Respecto a la inseguridad alimentaria moderada o grave, en el año 2021, el 40,6 % de la población regional experimentó esta situación, en contraste con el 29,3 % a nivel mundial.

La región de América Latina y el Caribe se enfrenta cada vez más al complejo desafío de la malnutrición, que abarca no solo la desnutrición, como el retraso en el crecimiento, la desnutrición infantil y las carencias de vitaminas y minerales, sino también el sobrepeso y la obesidad. A pesar de mejoras en la desnutrición, persisten desafíos como el aumento de la desnutrición infantil y la obesidad, lo que afecta a la salud pública y el desarrollo sostenible. (OMS, 2020).

El Programa Mundial de Alimentos (2022), señala que la seguridad alimentaria es una prioridad clave en varios países de América Latina, que no solo se centra en la disponibilidad de alimentos, sino también en el acceso a opciones de calidad y la capacidad para mantener una dieta equilibrada. Para abordar estos desafíos, muchos países de la región han puesto en marcha políticas y programas nutricionales, así como iniciativas para promover la agricultura sostenible.

La colaboración entre naciones y con organizaciones internacionales se ha identificado como un elemento clave para afrontar los desafíos nutricionales y alimentarios en la región. Esta cooperación es decisiva para intercambiar conocimientos, experiencias y recursos que contribuyan a mejorar la situación de la población (Arellano-Esparza, 2022).

Burgos et al. (2021), señala que, en Ecuador, la desnutrición infantil crónica es un problema grave, afectando a aproximadamente 370,000 niños menores de cinco años, según UNICEF en 2021. El retraso en el crecimiento afecta al 26% de los niños en esta franja etaria a nivel nacional, con tasas que superan el 50% en algunas provincias. La prevalencia general de desnutrición se resume en la siguiente tabla.

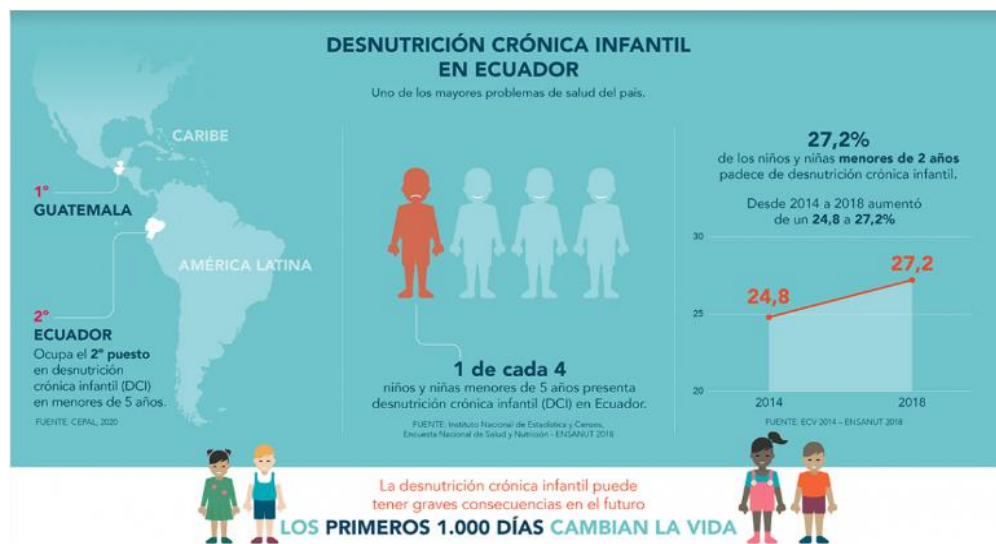
**Tabla No. 2 Prevalencia de la Desnutrición en el Ecuador 2021.**

<b>Regiones del Ecuador</b>	<b>ZONA</b>	<b>EFEECTO</b>	<b>PORCENTAJES</b>
<b>Ecuador</b>	Urbana	Desnutrición	23.2
<b>Sierra</b>	Rural	Desnutrición	32
<b>Costa</b>	Rural	Desnutrición	15.7
<b>Oriente</b>	Rural	Desnutrición	22.7
<b>Islas Galápagos</b>		Desnutrición	5.8

**Fuente:**(Burgos et al., 2021)

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narvárez E

Aunque existen programas de nutrición, su impacto ha sido limitado en ciertas comunidades rurales, donde la desnutrición crónica infantil sigue siendo extremadamente alta. Como respuesta, las naciones andinas, incluyendo Ecuador, han mejorado los procedimientos de alimentación escolar mediante contrataciones especiales con empresas locales, a través de sistemas de alimentación escolar más efectivos y adaptados a sus necesidades, buscando contrarrestar la desnutrición infantil y sus efectos en el desarrollo integral de los niños.



### Gráfico No. 1 Desnutrición crónica infantil

Fuente: (UNICEF, 2021)

En Ecuador, esta problemática es particularmente grave, con altas tasas de desnutrición crónica en niños menores de cinco años, especialmente en áreas rurales.

De lo anterior se evidencia que, en Ecuador, la prevalencia de desnutrición mostró variaciones regionales significativas. A pesar de los esfuerzos continuos desde 1993 con 12 programas enfocados en salud y nutrición, la desnutrición crónica infantil persiste como un grave problema de salud pública, identificado por UNICEF en 2021. Sus causas incluyen alimentación insuficiente o no saludable, enfermedades en la primera infancia, falta de acceso a agua potable y saneamiento, y barreras para acceder a servicios de salud. Esta problemática tiene consecuencias duraderas: los niños afectados enfrentan dificultades académicas, un mayor riesgo de sobrepeso u obesidad en la adultez y mayores desafíos para encontrar empleo, además de un incremento en el riesgo de enfermedades no transmisibles como la hipertensión y la diabetes. En el contexto educativo, creemos que la nutrición influye en el rendimiento académico: en el año lectivo 2021-2022, los estudiantes de Básica Media en instituciones fiscales registraron un promedio bajo en sus evaluaciones por debajo del promedio nacional de



690 puntos, resaltando así la relación entre nutrición y desempeño académico, según datos de UNICEF de 2022.

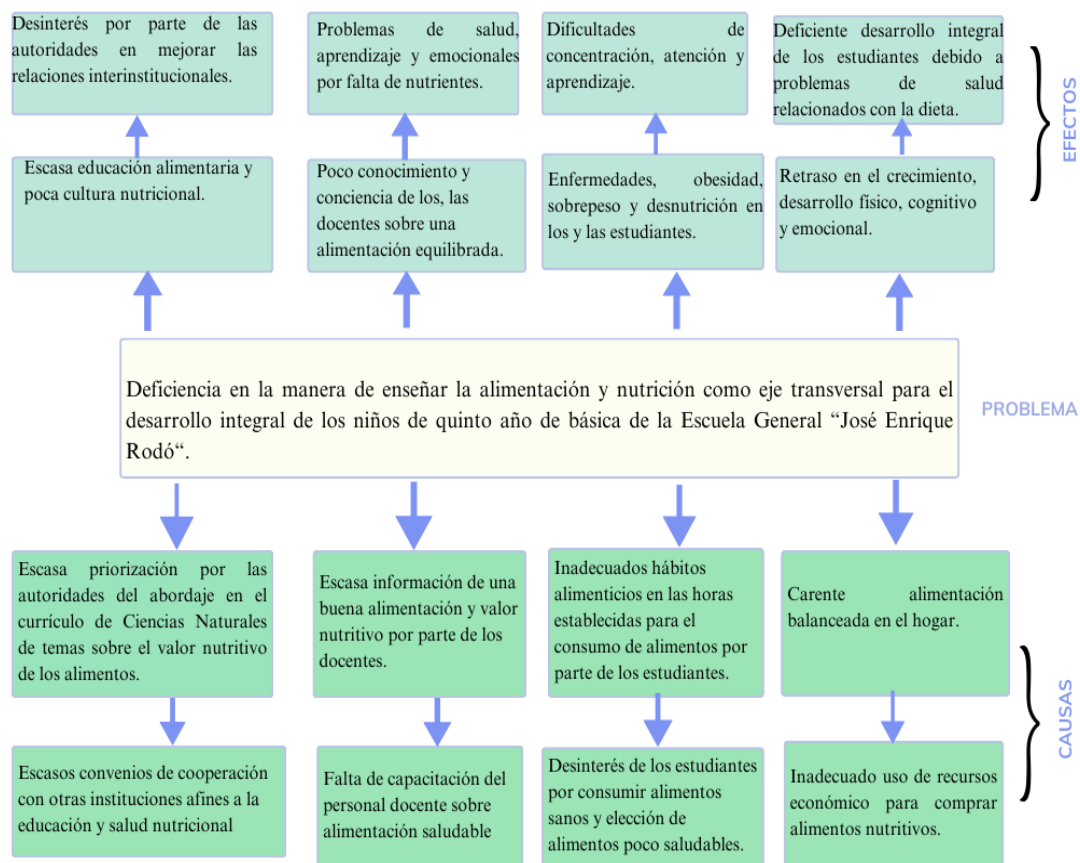
### **Planteamiento del problema**

La nutrición en Ecuador enfrenta desafíos significativos, principalmente debido a la falta de educación sobre alimentos nutritivos y otros factores asociados. Investigaciones han resaltado la influencia crítica de la alimentación en el desarrollo humano, especialmente en niños y niñas (Chillogalli et al., 2021). El consumo predominante de alimentos poco saludables como comida chatarra, comida rápida, y productos con preservantes o transgénicos, está afectando adversamente el desarrollo físico y cognitivo de los niños, así como su capacidad de aprendizaje y desempeño académico. Adicionalmente, estos hábitos alimenticios están conduciendo a problemas como la obesidad, lo que motiva la necesidad de investigar más a fondo en el ámbito educativo.

Durante las jornadas pedagógicas, se ha observado que los niños se muestran cansados, desmotivados, con poca concentración y atención. En los recreos, la elección de alimentos poco saludables, ya sea traídos de casa o adquiridos en la institución, es común. A pesar de que el bar escolar ofrece opciones con valor nutricional como frutas, arroz con menestra y jugos naturales, se prefiere el consumo de alimentos chatarra, que no contribuyen a la nutrición, ni al bienestar integral de los niños.

Al examinar los hábitos alimenticios y al consultar a los profesores respecto a posibles factores vinculados con la desmotivación, falta de atención en clases, dificultades para retener conocimientos y resultados académicos deficientes, surge un patrón inquietante. Los niños evidencian problemas que van desde desnutrición y obesidad hasta bajo rendimiento académico y obstáculos en el aprendizaje. Esta situación se manifiesta de manera pronunciada en los estudiantes de Quinto Año de Educación General Básica de la institución “José Enrique Rodó”, y es probable que esté impactando negativamente en su desarrollo integral. Este escenario resalta la

urgencia de abordar de manera exhaustiva la nutrición infantil, considerando tanto la alimentación escolar como la educación nutricional tanto en el hogar como en el aula.



## ARBOL DE PROBLEMAS

### Gráfico No. 2 Árbol de problemas

Elaborado por: Narciza Jacqueline Narváez E.

### Análisis crítico

Para sustentar de manera crítica la deficiencia en la enseñanza de la alimentación y nutrición como eje transversal para el desarrollo integral en niños de quinto año de educación general básica, se pueden considerar varios aspectos:

La escasa priorización del abordaje en el currículo de temas relacionados como la alimentación y nutrición como un eje transversal ha desencadenado poca cultura

nutricional y una escasa educación alimentaria, afectando a la salud, aprendizaje, la dieta equilibrada y trastornos emocionales.

El déficit de nutrientes en la alimentación diaria de los niños se identifica como una causa principal del bajo rendimiento y desempeño académico. Esta carencia nutricional, especialmente si persiste desde una edad temprana, puede llevar a problemas graves de salud e incluso a la mortalidad infantil. La nutrición juega un papel fundamental en el desarrollo del ser humano, influenciando directamente la supervivencia infantil, así como el desarrollo físico y cognitivo. Una dieta desequilibrada, caracterizada por un consumo elevado de carbohidratos, azúcares y comida chatarra, puede resultar en un desequilibrio nutricional, repercutiendo negativamente en el desarrollo físico y mental de los niños. Esto puede manifestarse en síntomas como retardo en el crecimiento, falta de atención o concentración, sueño y desmayos durante las horas de clase, lo que resalta la importancia de una alimentación nutritiva y balanceada, complementada con actividad física para mantener la salud.

La deficiente alimentación no solo impacta el desarrollo integral de los niños en términos físicos y cognitivos, sino que también acarrea problemas de salud asociados con la dieta. La responsabilidad de proporcionar una nutrición adecuada recae principalmente en la familia, ya que son los primeros educadores de sus hijos, estableciendo normas y hábitos alimenticios en el hogar, incluyendo la elección de alimentos en las loncheras y la programación de las comidas. Además, los docentes desempeñan un papel crucial al impartir valores y promover costumbres alimenticias saludables, con el objetivo de mejorar la nutrición y elevar los niveles de concentración y atención en los niños para facilitar su aprendizaje.

#### **Delimitación de la investigación. -**

**Campo:** Educativo

**Área:** Alimentación y Constructivismo

**Aspecto:** La alimentación y nutrición como eje transversal y desarrollo integral

**Delimitación Espacial:** Esta investigación se realizará en la Unidad Educativa

“José Enrique Rodó”

**Delimitación Temporal:** Período lectivo 2023-2024

Unidades de Observación: grupo de 70 niños de 5to. Año de educación básica, 10 docentes, 3 autoridades y grupo de 55 padres de familia o representantes.

### **Formulación del problema**

¿Cuál es la manera de enseñar la alimentación y nutrición como eje transversal para el desarrollo integral de los niños de Quinto año de básica de la Escuela General Básica “José Enrique Rodó” período 2023-2024?

### **Interrogantes de investigación**

**VI.** ¿Cómo se desarrollan los ejes de alimentación y nutrición dentro del currículo por parte de los docentes?

**VD.** ¿De qué manera se evidencia el desarrollo integral que promueva aprendizajes para la vida de los estudiantes?

**P.** Existe una alternativa de solución para deficiente alimentación y nutrición que afecta el desarrollo integral.

### **Destinatarios del proyecto**

Participarán 70 niños, 40 hombres, 30 mujeres entre las edades de 9 a 10 años, 10 docentes, 3 autoridades y 55 padres de familia o representantes de grado de la escuela General Básica “José Enrique Rodó”.

## **Objetivos**

### **Objetivo general**

Comprender la alimentación y nutrición como eje transversal para el desarrollo integral de los niños de quinto año de básica de la Escuela General Básica “José Enrique Rodó”, periodo 2023-2024

### **Objetivos específicos**

- Identificar los ejes de alimentación y nutrición dentro del Currículo por parte de los docentes.
- Analizar el desarrollo integral que promueva aprendizajes para la vida de los estudiantes.
- Elaborar guía didáctica para la comunidad educativa en relación a la alimentación y nutrición para el desarrollo integral para los niños y niñas.

## **CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO**

### **Antecedentes de la investigación**

Los antecedentes de la investigación en el ámbito de la alimentación y nutrición para el desarrollo integral de los niños proveen un contexto esencial para comprender la importancia y la evolución de este tema, fundamentándonos en revisar investigaciones anteriores como base y soporte. Estos antecedentes abarcan estudios que han delineado el conocimiento actual sobre cómo una nutrición adecuada influye significativamente en el desarrollo físico, cognitivo y emocional de los niños. A continuación, se señalan algunos de ellos:

El estudio de Nunes et al. (2018), en el que se describe las acciones sobre alimentación y nutrición publicadas en la literatura científica en el contexto de la

atención primaria de salud en Brasil, basándose en una revisión exploratoria de estudios realizados entre 2007 y 2016. La investigación, que consultó bases de datos como Lilacs, PubMed, Scopus y Web of Science, incluyó 103 artículos, principalmente de la región sudeste de Brasil, enfocándose en temas como hábitos alimenticios, estado nutricional y enfermedades crónicas no transmisibles. Aunque la mayoría de las acciones propuestas provenían de universidades con objetivos diagnósticos, se observó una falta de iniciativas en promoción de salud y alimentación saludable. El estudio revela un creciente interés en el tema, pero destaca la necesidad de una investigación más alineada con las necesidades reales de salud y sugiere una mayor colaboración entre universidades, gestión de salud y servicios para desarrollar investigaciones relevantes y mejorar la planificación y ejecución de los programas existentes

El artículo de revisión de Luna et al. (2018), que parte de una investigación más amplia titulada “Caracterización de la seguridad alimentaria y nutricional en menores en su primera infancia”, busca explorar la conexión entre el estado nutricional y el neurodesarrollo en niños de 0 a 5 años. A través de una metodología de indagación bibliográfica teórica y hermenéutica, se analizaron 60 artículos de los últimos 15 años para comprender mejor cómo el estado nutricional y el neurodesarrollo interactúan y afectan a los niños en sus primeros años de vida. Este estudio aclara conceptualmente términos como estado nutricional, malnutrición, evaluación nutricional y neurodesarrollo infantil, y examina cómo estos factores influyen en el crecimiento y adaptación del niño. Aunque la mayoría de los estudios revisados sugieren una relación directa entre nutrición y neurodesarrollo en la primera infancia, algunos autores argumentan que esta conexión no es tan decisiva como otros procesos fisiológicos y endocrinos en esta etapa. Se destaca la importancia de continuar investigando esta relación. Se concluye que el estado nutricional es un factor ambiental clave en el neurodesarrollo, potenciando las capacidades neuronales para un crecimiento equilibrado, donde los nutrientes desempeñan un rol esencial en la activación del neurodesarrollo y en la adquisición de habilidades de adaptación en el niño.

En la misma línea De La Cruz (2020), indica que la educación en salud, nutrición y alimentación se ha convertido en una prioridad para los países, tal como señalan organizaciones internacionales como la OMS, OPS y FAO. Este estudio aborda, en primer lugar, los referentes conceptuales de la salud como un aspecto crucial de la educación, enfatizando un enfoque transdisciplinario bajo un modelo social centrado en la escuela como núcleo de promoción y desarrollo. A continuación, se examina la evolución del concepto de nutrición y su vinculación con la alimentación, considerando la tridimensionalidad biológico-social-ambiental y la necesidad de enfoques sostenibles que se relacionen con la calidad de vida, sin obviar los efectos de la malnutrición, las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) y la desnutrición fetal como posibles causas epigenéticas de estas enfermedades. Finalmente, se exploran las diversas perspectivas del fenómeno alimentario en la sociedad, incluyendo la cultura alimentaria y su aprendizaje social, y se plantea cómo estos aspectos pueden integrarse en una verdadera pedagogía de la alimentación. Se busca articular la salud y la alimentación como un conocimiento interdisciplinario específico, logrando una Educación Alimentaria y Nutricional transversal e integral que fomente nuevos caminos hacia el desarrollo, la calidad de vida y el bienestar desde la infancia.

Sobre los efectos de la desnutrición en el desarrollo integral Lazo et al., (2020), señala que la desnutrición es un problema global recurrente que afecta significativamente a niños y embarazadas, provocando enfermedades y muertes y obstaculizando el desarrollo normal de los individuos. Dada la importancia de esta problemática en la salud humana y el bienestar general, se realizó un estudio transversal para identificar los casos de desnutrición crónica y sus impactos en el desarrollo integral de los niños, considerando los diferentes subsistemas en los que se desenvuelven. Para evaluar la variable de desnutrición, se utilizó la antropometría, considerando peso y talla, en una muestra intencional de 88 niños de entre 1 mes y 5 años de la parroquia Mariscal Sucre en el cantón Milagro, provincia del Guayas. Además, se recopilaron datos de los padres sobre la alimentación y las condiciones sanitarias de estos niños. Los resultados revelaron la presencia de desnutrición crónica

en los niños, atribuible a dietas inadecuadas, malas condiciones sanitarias y falta de recursos. Esta situación repercute negativamente en el desarrollo físico e intelectual de los niños, limitado por el estado de salud deteriorado debido a la desnutrición que padecen.

En relación con la docencia el trabajo De La Cruz et al., (2021), compara y contrasta las estrategias y enfoques de formación docente en Educación Alimentaria y Nutricional (EAN) adoptadas por la Universidad Nacional de Educación “Enrique Guzmán y Valle” (UNE-EGyV) en Perú y la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL) en Venezuela. Inicialmente, se presenta un análisis comparativo de los principales indicadores de salud en América Latina según la OMS, destacando el papel crucial de las escuelas en la educación para la salud en la región. Posteriormente, se expone la propuesta de la UNE-EGyV para la formación de docentes en EAN, abarcando su estructura jurídico-curricular, áreas de formación, administración curricular, competencias generales y específicas, y los enfoques didácticos y evaluativos para las distintas especialidades, coordinadas por sus respectivas facultades. Por otro lado, se detalla la propuesta de la UPEL, enfocada principalmente en el Nivel de Educación Inicial, que se basa en un currículo por competencias alineado con lineamientos internacionales y nacionales, como el proyecto Tunning y UNESCO, y considera la educación como un proceso continuo y permanente. En esta propuesta, se enfatizan aspectos como la estructura y administración curricular, la extensión, el servicio comunitario y la investigación como soportes del currículo. Finalmente, se reflexiona sobre las similitudes y diferencias entre estas dos visiones, resaltando la importancia y el compromiso de la educación en la formación de recursos humanos y señalando un camino para la colaboración en Latinoamérica.

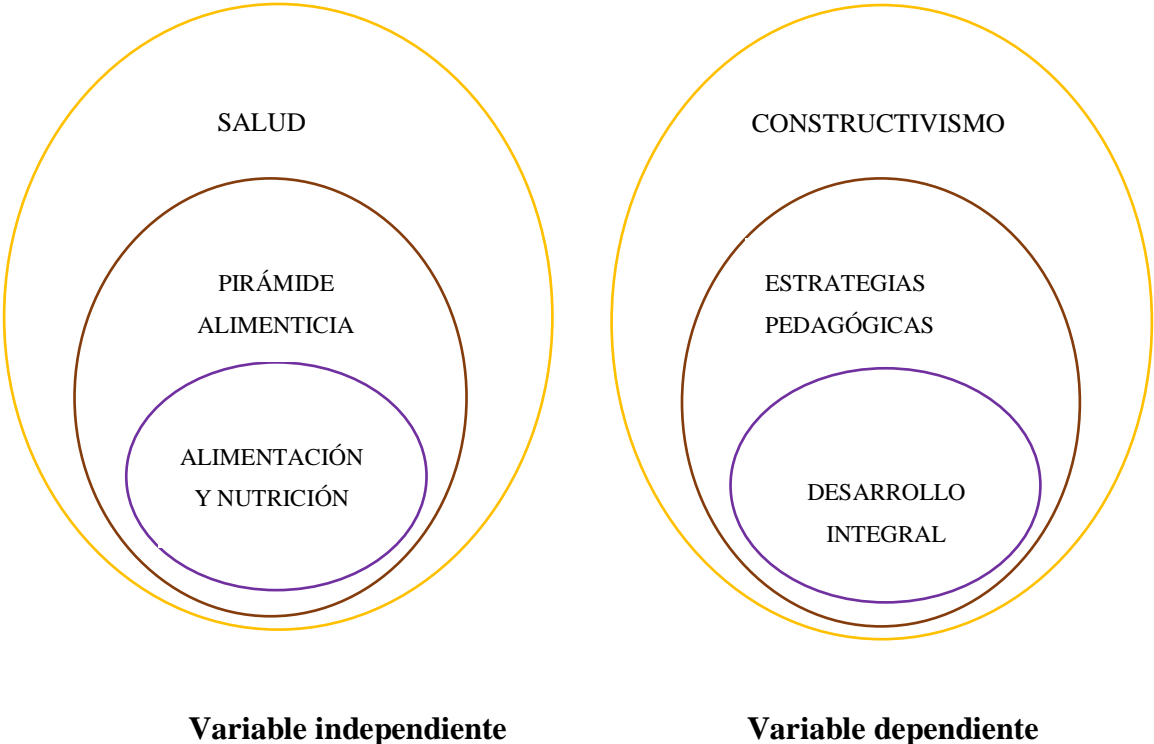
A lo largo de las últimas décadas, la investigación en esta área ha destacado la correlación entre los hábitos alimenticios establecidos en la infancia y su impacto a largo plazo en la salud y el bienestar. Esta línea de investigación también ha examinado las consecuencias de la malnutrición y la desnutrición, subrayando la necesidad de intervenciones efectivas y programas educativos. Además, ha explorado el papel de la



educación nutricional en las escuelas y la influencia del entorno familiar y social en los patrones alimenticios de los niños. Estos antecedentes proporcionan un marco fundamental para el análisis y la comprensión de los desafíos y oportunidades actuales en la promoción de una nutrición saludable entre los niños en edad escolar.

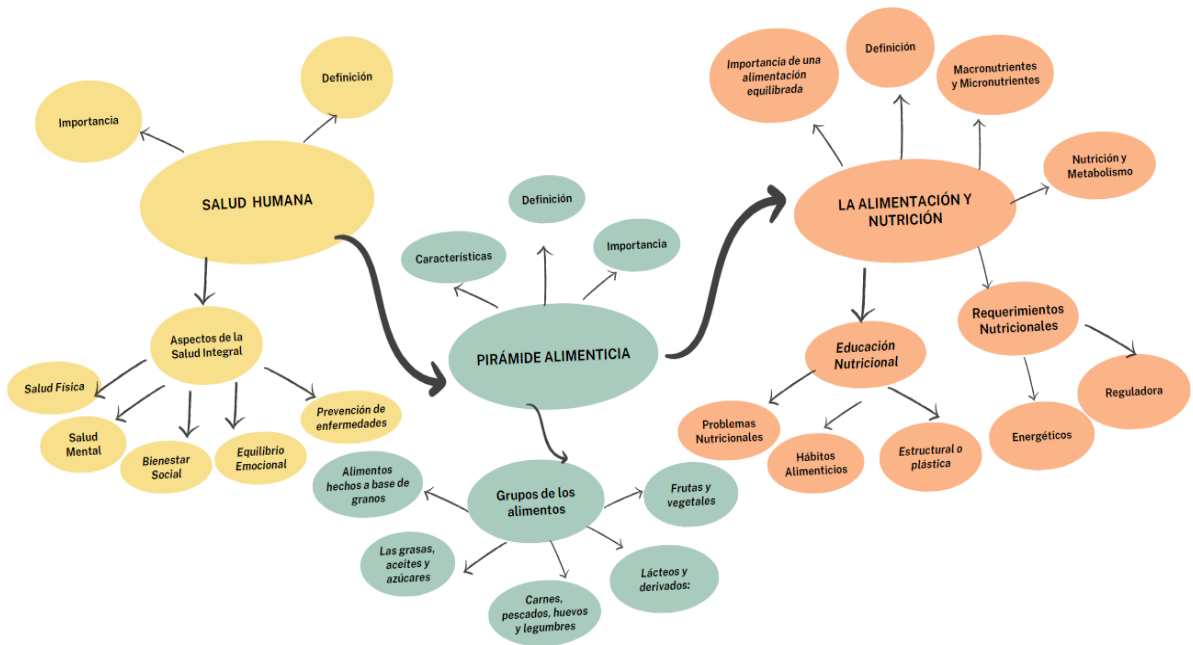
Al revisar los estudios previos mencionados, se evidencia la importancia de investigar la alimentación y nutrición como elementos clave para el desarrollo integral de los niños de quinto de básica. Esta investigación se centra en integrar la educación en salud, nutrición y alimentación en el sistema educativo, destacando su relevancia para promover hábitos saludables y comprender la relación entre la nutrición y el desarrollo integral. Se hace hincapié en la pedagogía de la alimentación como herramienta educativa para abordar esta problemática. Además, se menciona la necesidad de implementar enfoques sostenibles para mejorar la calidad de vida, lo que implica cambios tanto a nivel individual como social y ambiental para asegurar hábitos alimenticios saludables en la comunidad.

**Desarrollo de las categorías fundamentales**



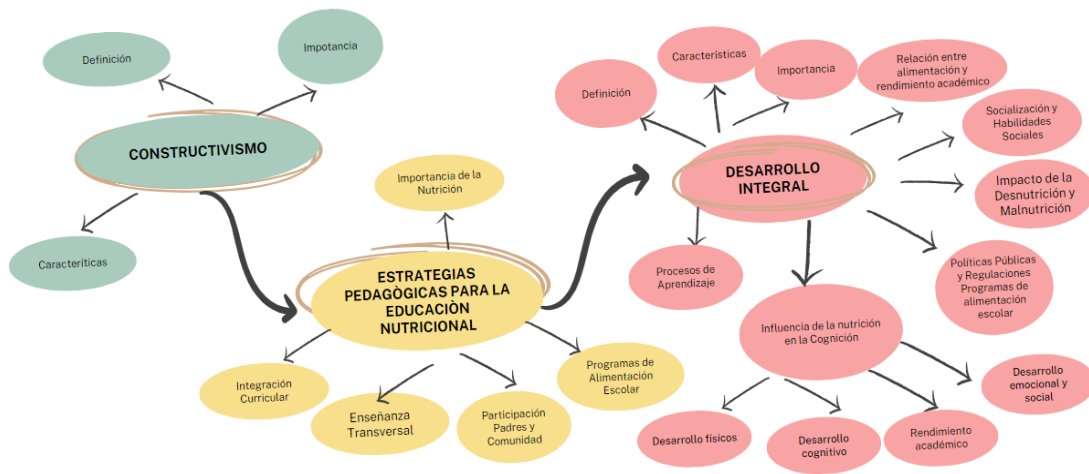
**Gráfico No. 3 Organizador Lógico de Variables**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 4 Constelación de Ideas de la Variable Independiente**

Elaborado por: Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 5 Constelación de Ideas de la Variable Dependiente**

Elaborado por: Narciza Jacqueline Narváez E.

## DESARROLLO TEÓRICO DEL OBJETO Y CAMPO

### Desarrollo fundamental de la Variable Independiente

#### Salud Humana

Según Deossa, (2020), la salud se define como un estado completo de bienestar físico, mental y social, extendiéndose más allá de la mera ausencia de enfermedades o afecciones. La salud implica una condición óptima que abarca el bienestar físico, mental y social, permitiendo a las personas disfrutar de una elevada calidad de vida y desempeñar sus actividades cotidianas de manera eficiente. La visión integral de la salud considera un enfoque sistémico del bienestar, integrando todos los aspectos de la vida de un individuo. Este enfoque holístico se centra en el fomento del equilibrio y la armonía entre el cuerpo, la mente y el espíritu, trascendiendo la simple prevención de patologías.

**Tabla No. 3 Características de la salud humana**

Característica	Descripción
Holístico	La salud incluye tanto las facetas físicas y mentales como las sociales del bienestar.
Dinámica	La salud es un estado en constante cambio y desarrollo, influenciado por una serie de factores.
Equilibrio	Lograr el bienestar requiere encontrar el equilibrio adecuado entre varias facetas de la salud, incluida la dieta, el ejercicio y la salud mental.
Resiliencia	Las personas con buena salud son capaces de manejar y adaptarse a las dificultades y cambios en su entorno.
Prevención	Mantener la salud implica tomar medidas proactivas para defenderse de las enfermedades y fomentar un estilo de vida saludable.

**Fuente:** (Elías et al., 2021)

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

### **Importancia de la Salud Humana.**

La alimentación y la nutrición adecuada son los pilares fundamentales para mantener y promover todos los aspectos de la salud. Una alimentación equilibrada combinada con hábitos saludables, ejercicio regular y el manejo del estrés, puede mantener una salud óptima durante toda la vida (Deossa, 2020).

Debemos considerar diferentes aspectos en la salud integral incluyen:

**Tabla No.4 Aspectos de la salud integral**

Aspecto de Salud	Descripción
Salud Física	Incluye la salud general del cuerpo y su capacidad para funcionar normalmente, abarcando una alimentación saludable, ejercicio constante, descanso y sueño adecuados, la prevención de enfermedades y el manejo de condiciones médicas preexistentes.
Salud Mental	Refiere al bienestar mental y emocional de una persona. Implica tener un estado mental sano y equilibrado, poder manejar bien el estrés, tener una alta autoestima y la capacidad de reconocer y abordar problemas de manera oportuna.
Equilibrio Emocional	Se relaciona con la capacidad de una persona para reconocer, comunicar y regular adecuadamente sus emociones. Una alimentación completa y rica en nutrientes puede influir positivamente en el bienestar mental y emocional.
Bienestar Social	Las relaciones y conexiones que una persona establece con otras y su entorno social son fundamentales. Una red de apoyo sólida puede influir positivamente en el bienestar general.
Prevención de Enfermedades	Es posible prevenir enfermedades crónicas como la obesidad, enfermedades cardíacas, diabetes tipo 2 y ciertos tipos de cáncer con una dieta saludable. Además, la alimentación influye en la cognición y el estado de ánimo.

**Fuente:** (Elías et al., 2021)

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narvárez E.

Estos aspectos de la salud evidencian la interconexión entre la alimentación y el bienestar integral. Una dieta equilibrada y saludable no solo mejora la salud física, sino que también es esencial para el bienestar mental, emocional y social, subrayando la importancia de la nutrición en la prevención de enfermedades y en el mantenimiento de un estado de salud óptimo.

### **Pirámide alimenticia**

Silva (2020), indica que la pirámide alimenticia es un modelo gráfico diseñado para ilustrar las proporciones y tipos de alimentos que se deben consumir diariamente para mantener una dieta balanceada y saludable. Esta herramienta educativa divide los alimentos en diferentes categorías, ubicadas en niveles que representan la cantidad relativa en que deben ser consumidos. En la base de la pirámide se encuentran los alimentos que deben constituir la mayor parte de la dieta, como granos, cereales integrales, frutas y verduras. Estos alimentos son ricos en nutrientes esenciales como vitaminas, minerales, fibra y carbohidratos complejos.

En los niveles intermedios, se ubican las proteínas como carnes magras, pescados, huevos y legumbres, así como los productos lácteos, que son importantes fuentes de proteína, calcio y otros minerales. Estos grupos alimenticios deben consumirse en cantidades moderadas. En la parte superior de la pirámide se encuentran los alimentos que deben consumirse con menor frecuencia y en porciones más pequeñas, como las grasas, aceites y dulces (Cevallos et al., 2021).



**Gráfico No. 6 Pirámide alimenticia**

**Fuente:** (Silva, 2020)

La pirámide alimenticia es una herramienta valiosa para una alimentación equilibrada, alentando la diversidad de alimentos en las proporciones adecuadas. Ha evolucionado para reflejar las recomendaciones nutricionales actuales y las necesidades específicas de diversas poblaciones, con el fin de promover hábitos saludables y prevenir enfermedades relacionadas con la dieta. Es una guía esencial para nutricionistas, educadores y el público en general, facilitando la planificación de comidas saludables.

### **Definición de Alimentación**

La alimentación es un proceso biológico y social fundamental, esencial para la vida de todos los seres vivos. Desde una perspectiva biológica, se refiere a la acción de consumir y asimilar sustancias, comúnmente conocidas como alimentos, que proveen los nutrientes necesarios para sustentar las funciones vitales del organismo. Estos nutrientes incluyen carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas y minerales, esenciales para el crecimiento, la reparación de tejidos, la producción de energía y la regulación de numerosos procesos corporales (Bembibre, 2022).

Desde un enfoque más amplio(Cano et al., 2021), exponen que la alimentación también engloba los aspectos relacionados con la elección, preparación y consumo de los alimentos. Estos aspectos están profundamente influenciados por factores culturales, económicos, ambientales y sociales. En cada cultura, las prácticas alimentarias se desarrollan y evolucionan con el tiempo, influenciadas por la disponibilidad de alimentos, las tradiciones, las creencias religiosas y los avances tecnológicos en la producción y preparación de alimentos.

En el contexto de la salud pública y la nutrición, la alimentación adecuada es reconocida como un determinante clave para la salud y el bienestar. Una dieta equilibrada y nutritiva es fundamental para prevenir la malnutrición en todas sus formas, ya sea por déficit o exceso, y para proteger contra diversas enfermedades no transmisibles. Por lo tanto, la alimentación no solo satisface una necesidad biológica básica, sino que también juega un papel crucial en la promoción de un estilo de vida saludable y en el mantenimiento de la salud pública (Abadeano et al., 2019).

La alimentación va más allá de simplemente comer; es un proceso complejo que abarca aspectos biológicos, culturales y sociales. Su importancia radica en su influencia en el desarrollo humano y la salud pública, siendo crucial para mantener una vida saludable y prevenir enfermedades. Un enfoque integral que considere tanto aspectos nutricionales como sociales y culturales es esencial para abordar desafíos como la malnutrición y promover hábitos alimenticios saludables a nivel individual y comunitario. Es necesario comprender la alimentación en su totalidad para diseñar políticas y programas efectivos que mejoren la nutrición y el bienestar general.

### **Definición de Nutrición**

La nutrición es una ciencia que estudia la relación entre la dieta, los estados de salud y enfermedad, y el proceso por el cual el organismo ingiere, absorbe, transporta, utiliza y excreta sustancias alimenticias. Es un aspecto crucial del bienestar humano, ya que implica la adecuada obtención y aprovechamiento de los nutrientes esenciales para el funcionamiento óptimo del cuerpo. Los nutrientes, que incluyen proteínas,



carbohidratos, grasas, vitaminas y minerales, son componentes vitales de los alimentos que contribuyen al crecimiento, la reparación y el mantenimiento de todas las funciones corporales (Pérez et al., 2023).

La nutrición se enfoca no solo en qué comemos, sino también en cómo los diferentes componentes alimenticios impactan nuestra salud y cómo pueden ser utilizados de manera efectiva por el organismo. Por lo tanto, abarca un amplio espectro que va desde la nutrición celular hasta la nutrición a nivel de poblaciones enteras. En el ámbito de la salud pública, la nutrición se centra en cómo prevenir enfermedades y mantener un estado de salud óptimo a través de una dieta adecuada y equilibrada (Kaufer, 2021).

Se puede acotar que la nutrición tiene implicaciones directas en diversas áreas como la medicina, la dietética, la epidemiología y la psicología, vinculando la ingesta de alimentos con el estado de salud general y el bienestar psicosocial de los individuos. Un enfoque adecuado en nutrición puede prevenir y tratar diversas condiciones de salud, desde deficiencias nutricionales hasta enfermedades crónicas, y es fundamental en todas las etapas de la vida, desde la gestación hasta la vejez. En resumen, la nutrición es una disciplina integral que juega un papel vital en la promoción de estilos de vida saludables y en la mejora de la calidad de vida.

### **Grupos Alimenticios**

Los grupos alimenticios clasifican los alimentos según sus propiedades nutricionales y su función en una dieta balanceada. Generalmente, estos grupos se dividen en cinco categorías principales, cada una proporcionando nutrientes específicos esenciales para la salud y el bienestar del cuerpo humano. Estos grupos son:

**Tabla No.5 Grupos Alimenticios**

Grupo Alimenticio	Descripción
Granos y Cereales	Incluyen pan, arroz, pasta, cereales y productos de trigo, maíz, avena, cebada y centeno. Fuente principal de carbohidratos complejos, fibra, vitaminas B y minerales.
Frutas y Verduras	Aportan vitaminas, minerales, fibra y antioxidantes. Variedad de colores indica diferentes nutrientes. Recomendada una amplia variedad y colorido.
Proteínas	Engloba carnes, aves, pescados, huevos, legumbres, tofu y frutos secos. Fundamental para crecimiento y reparación de tejidos. Proporciona proteínas, hierro, zinc y vitaminas B.
Lácteos	Incluye leche, yogur, queso y otros productos lácteos. Fuente principal de calcio y proteínas, vitaminas D y B12. Opciones bajas en grasa son recomendables.
Grasas y Aceites	Esenciales, pero deben consumirse con moderación. Proporcionan ácidos grasos esenciales y ayudan en la absorción de vitaminas liposolubles.

**Fuente:** (Pérez et al., 2023)

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

Cada grupo alimenticio desempeña un papel único en la nutrición, y una dieta equilibrada requiere una combinación adecuada de todos ellos. Los grupos alimenticios sirven como guía para asegurar que se consuman todos los nutrientes necesarios para el mantenimiento de la salud y la prevención de enfermedades nutricionales. Es importante recordar que las porciones y el equilibrio entre estos grupos pueden variar según las necesidades individuales, la edad, el sexo, el nivel de actividad física y otros factores de salud.

### **Tipos de Alimentación**

La elección de un tipo de alimentación depende de las preferencias personales, necesidades nutricionales individuales y consideraciones de salud.

Alimentación equilibrada: Se basa en consumir una variedad de alimentos de todos los grupos alimenticios en las proporciones adecuadas para obtener los nutrientes necesarios para el cuerpo.

Alimentación vegetariana: Consiste en una dieta que excluye la carne, pescado y aves. Puede incluir lácteos y huevos (lacto-ovo-vegetarianismo) o excluir todos los productos de origen animal (vegetarianismo estricto o veganismo).

Alimentación vegana: Es una forma extrema de vegetarianismo que excluye todos los productos de origen animal, incluyendo lácteos, huevos, miel y cualquier otro producto derivado de animales.

Alimentación paleo: Se basa en alimentos que supuestamente eran consumidos por nuestros ancestros del Paleolítico, como carnes magras, pescado, frutas, verduras, frutos secos y semillas, excluyendo granos, lácteos y alimentos procesados.

Alimentación baja en carbohidratos (dieta baja en carbohidratos): Se caracteriza por limitar la ingesta de carbohidratos y aumentar el consumo de proteínas y grasas saludables.

Alimentación mediterránea: Se basa en la tradicional dieta de países mediterráneos como Grecia e Italia, enfatizando el consumo de frutas, verduras, pescado, aceite de oliva y moderado consumo de vino tinto.

### **Tipos de Nutrición**

Los tipos de nutrición se pueden clasificar de varias formas según los nutrientes que se consumen y sus funciones en el cuerpo. A continuación, se detallan:

Macronutrientes: Se refiere a los nutrientes que el cuerpo necesita en grandes cantidades para obtener energía. Incluyen carbohidratos, proteínas y grasas.

**Micronutrientes:** Son nutrientes esenciales que el cuerpo necesita en pequeñas cantidades para llevar a cabo una variedad de funciones biológicas. Esto incluye vitaminas y minerales.

**Hidratación:** La ingesta adecuada de agua es esencial para el buen funcionamiento del cuerpo humano. El agua es vital para muchas funciones biológicas, como la regulación de la temperatura corporal, la digestión y el transporte de nutrientes.

**Nutrición por etapas de la vida:** Las necesidades nutricionales varían según la etapa de la vida de una persona. Esto incluye la nutrición durante el embarazo, la lactancia, la infancia, la adolescencia, la adultez y la vejez.

**Nutrición deportiva:** Se refiere a la ingesta de alimentos y suplementos específicos para optimizar el rendimiento deportivo, la recuperación y la salud en general en personas activas físicamente.

**Nutrición clínica:** Se enfoca en el uso de la alimentación y la nutrición para tratar condiciones médicas específicas, como la diabetes, la obesidad, las enfermedades del corazón, entre otras.

**Nutrición preventiva:** Consiste en seguir una dieta equilibrada y saludable para prevenir enfermedades y promover el bienestar general.

### **Importancia de la Pirámide Alimenticia**

La importancia radica en:

**Educación Nutricional:** La pirámide alimenticia sirve como una valiosa herramienta educativa para comprender la importancia de una dieta equilibrada (Silva, 2020).

**Planificación de Comidas:** Proporciona una guía práctica para planificar comidas balanceadas, asegurando una ingesta adecuada de todos los grupos de alimentos (Op. Cit.).

Prevención de Enfermedades: Siguiendo las recomendaciones de la pirámide alimenticia, es posible prevenir una variedad de enfermedades relacionadas con la dieta, como la obesidad, la diabetes y las enfermedades cardíacas (Op. Cit.).

Actualizaciones y Adaptaciones: A lo largo del tiempo, la pirámide alimenticia se ha actualizado y adaptado para reflejar nuevas investigaciones y necesidades nutricionales. Se han creado versiones específicas para diferentes grupos demográficos, como niños, adultos mayores o personas con condiciones de salud particulares.

Es importante considerar que las proporciones y cantidades de alimentos varían según las necesidades individuales, como la edad, el género y el nivel de actividad física. La pirámide alimenticia puede adaptarse para reflejar estos requisitos dietéticos y preferencias culturales específicas. A pesar de esto, sigue siendo una herramienta útil para comprender y aplicar los principios de una alimentación saludable, promoviendo decisiones informadas sobre la dieta y el estilo de vida.

### **Importancia de una Alimentación Equilibrada**

Solís (2020), explica que una alimentación equilibrada es fundamental para mantener una buena salud y prevenir una amplia gama de enfermedades relacionadas con la nutrición. Este tipo de alimentación implica consumir una variedad de alimentos en las proporciones adecuadas para proporcionar al cuerpo todos los nutrientes necesarios. Los beneficios de una dieta equilibrada son numerosos y abarcan diferentes aspectos de la salud física y mental.

Una alimentación equilibrada ofrece una serie de beneficios físicos significativos. Ayuda a mantener un peso saludable, lo que reduce el riesgo de enfermedades crónicas como la obesidad, la diabetes tipo 2, las enfermedades cardiovasculares y ciertos tipos de cáncer. Además, proporciona al cuerpo la energía y los nutrientes esenciales necesarios para funciones vitales, como la reparación y construcción de tejidos, el suministro de energía, la absorción de vitaminas y minerales, y otros procesos biológicos (Baldeón & Delgado, 2019).

Desde el punto de vista mental y emocional, una nutrición adecuada puede mejorar el estado de ánimo, la claridad mental y la capacidad general para concentrarse y realizar tareas. Algunos estudios han demostrado que ciertas dietas pueden tener un impacto positivo en la salud mental, incluyendo la reducción de síntomas de depresión y ansiedad (Vázquez et al., 2019).

Una dieta equilibrada es esencial en todas las etapas de la vida, ya que las necesidades nutricionales cambian con la edad. En los niños, es crucial para un crecimiento y desarrollo adecuados, mientras que, en adultos y ancianos, ayuda a mantener la salud y la funcionalidad. La importancia de una alimentación equilibrada radica en su capacidad para mejorar y mantener la salud, prevenir enfermedades y mejorar la calidad de vida en general. Adoptar hábitos alimenticios saludables no solo beneficia de inmediato, sino que también sienta las bases para un futuro más saludable.

### **Beneficios de la Alimentación Equilibrada**

Los beneficios de una alimentación equilibrada son numerosos y significativos para la salud y el bienestar general. Una dieta balanceada proporciona al cuerpo los nutrientes esenciales para su óptimo funcionamiento, ayudando a mantener sistemas corporales vitales y prevenir enfermedades. Además, promueve un sistema inmunológico más fuerte, lo que reduce el riesgo de enfermedades infecciosas y crónicas. Mantener un peso corporal saludable es otro beneficio clave de una dieta equilibrada, lo que ayuda a prevenir afecciones como la obesidad, la diabetes tipo 2 y las enfermedades cardiovasculares (Baldeón & Delgado, 2019).

En términos de salud mental, una alimentación balanceada puede mejorar el estado de ánimo y la capacidad cognitiva, influenciando positivamente en la memoria, la concentración y la prevención de trastornos mentales como la depresión. Para los niños y adolescentes, una nutrición adecuada es esencial para su crecimiento y desarrollo físico y cognitivo, mientras que, en los adultos y ancianos, ayuda a mantener la vitalidad y retrasa el deterioro asociado con la edad.

## **Macronutrientes y Micronutrientes**

Díaz et al. (2021), señalan que los nutrientes son componentes esenciales en los alimentos que el cuerpo humano necesita para funcionar correctamente. Se clasifican en dos categorías principales: macronutrientes y micronutrientes, cada uno desempeñando roles específicos y cruciales en la salud y el bienestar.

**Macronutrientes:** Son aquellos nutrientes que el cuerpo requiere en grandes cantidades. Incluyen:

1. **Carbohidratos:** Son la principal fuente de energía del cuerpo. Se encuentran en alimentos como granos, frutas, verduras y legumbres. Los carbohidratos se dividen en simples (azúcares) y complejos (fibra y almidones) (Díaz et al., 2021).
2. **Proteínas:** Esenciales para el crecimiento, la reparación de tejidos y la función inmunitaria. Las proteínas se encuentran en carnes, pescados, huevos, productos lácteos, legumbres y frutos secos (Op. Cit.).
3. **Grasas:** Son necesarias para la absorción de vitaminas liposolubles, la producción de hormonas y la protección de los órganos. Las grasas saludables se encuentran en aceites vegetales, pescado, aguacate y frutos secos (Op. Cit.).

**Micronutrientes:** Son necesarios en cantidades más pequeñas, pero son igualmente esenciales. Incluyen:

1. **Vitaminas:** Compuestos orgánicos necesarios para el metabolismo, la función inmune y el desarrollo celular. Cada vitamina tiene funciones específicas, y se pueden encontrar en una variedad de alimentos, desde frutas y verduras hasta productos de origen animal (Sánchez, 2021).
2. **Minerales:** Elementos inorgánicos que ayudan en procesos como la formación de huesos, la regulación del equilibrio de fluidos y la función muscular.

Ejemplos incluyen calcio, hierro y potasio, presentes en diversos alimentos como lácteos, carnes, verduras de hoja verde y frutas (Op. Cit.).

La ingesta adecuada de macronutrientes y micronutrientes es fundamental para la salud. Mientras los macronutrientes proporcionan la energía y los materiales necesarios para el funcionamiento y el crecimiento del cuerpo, los micronutrientes son cruciales para asegurar el buen funcionamiento de los procesos biológicos y prevenir deficiencias que pueden llevar a enfermedades. Una dieta equilibrada que incluya una variedad de alimentos es la mejor manera de obtener todos estos nutrientes esenciales.

### **Nutrición y Metabolismo**

La relación entre nutrición y metabolismo es intrínseca y fundamental para el funcionamiento del organismo humano. La nutrición se refiere a la ingesta y utilización de alimentos y nutrientes por el cuerpo, mientras que el metabolismo abarca el conjunto de procesos bioquímicos que ocurren dentro de las células para convertir estos nutrientes en energía y componentes necesarios para el crecimiento, la reparación y la función normal del cuerpo (Ruiz, 2023).

**Nutrición:** Implica la absorción de macronutrientes (carbohidratos, proteínas y grasas) y micronutrientes (vitaminas y minerales) de los alimentos. Estos nutrientes son esenciales para proveer la energía necesaria para el metabolismo y para suministrar los materiales necesarios para la construcción y mantenimiento de los tejidos corporales, así como para la regulación de los procesos fisiológicos (Matsudo, 2019).

**Metabolismo:** Se divide en dos procesos principales: el catabolismo y el anabolismo. El catabolismo es el proceso de descomposición de las moléculas para obtener energía; por ejemplo, la descomposición de los carbohidratos en glucosa que luego se utiliza para generar ATP, la moneda energética del cuerpo. El anabolismo, por otro lado, implica la utilización de esta energía para construir componentes celulares, como proteínas y ácidos nucleicos (Barreto et al., 2003).



De los párrafos anteriores se puede deducir que la eficiencia del metabolismo depende de la calidad y cantidad de nutrientes disponibles. Una nutrición adecuada asegura que el cuerpo tenga suficientes recursos para realizar sus funciones metabólicas eficientemente. Por ejemplo, una dieta rica en nutrientes esenciales favorece un metabolismo óptimo que puede ayudar en el control del peso, la mejora de la salud cardiovascular y el fortalecimiento del sistema inmunológico. La nutrición y el metabolismo están estrechamente relacionados y son codependientes. Una nutrición adecuada es crucial para un metabolismo saludable y, a su vez, un metabolismo eficiente es esencial para el aprovechamiento de los nutrientes obtenidos de la dieta. Este equilibrio es vital para mantener la salud general y prevenir enfermedades metabólicas y nutricionales.

### **Requerimientos Nutricionales**

Los autores Escobar & Fernández (2023) señalan que los requerimientos nutricionales se refieren a la cantidad y el tipo de nutrientes que un individuo necesita consumir para mantener una salud óptima, crecer adecuadamente y realizar todas las funciones vitales del cuerpo de manera eficiente. Estos requerimientos pueden variar significativamente según varios factores como la edad, el sexo, el nivel de actividad física, el estado de salud general y condiciones específicas como el embarazo o ciertas enfermedades.

Es crucial reconocer que los requerimientos nutricionales son individuales y pueden variar a lo largo de la vida de una persona. La evaluación periódica de estos requerimientos y la adaptación de la dieta son esenciales para promover la salud y prevenir enfermedades relacionadas con la alimentación. Entender y satisfacer los requerimientos nutricionales es fundamental para mantener la salud y el bienestar. Una dieta equilibrada que satisfaga estos requerimientos es crucial para el crecimiento físico y mental, la prevención de enfermedades y una buena calidad de vida en general.

### **Desarrollo fundamental de la Variable Dependiente**

## **Constructivismo**

En el trabajo de Cepeda et al. (2018), se expone que el constructivismo, una teoría educativa y psicológica influyente, se basa en la premisa de que el aprendizaje es un proceso activo donde los individuos construyen su propio conocimiento y comprensión del mundo. Esta teoría está profundamente arraigada en los trabajos de Jean Piaget, un psicólogo suizo reconocido por su estudio del desarrollo cognitivo en los niños. Piaget postuló que el aprendizaje ocurre a través de la interacción continua entre el individuo y su entorno, y que el conocimiento se construye progresivamente a medida que los estudiantes integran nuevas experiencias con sus esquemas cognitivos existentes.

En el constructivismo, se enfatiza que el conocimiento no es una copia de la realidad, sino una construcción del ser humano. Esta construcción se realiza a través de dos procesos que Piaget denominó asimilación y acomodación. La asimilación ocurre cuando los individuos incorporan nueva información en sus estructuras cognitivas preexistentes, mientras que la acomodación se refiere a la modificación de estas estructuras en respuesta a nuevas experiencias (Vega et al., 2019).

Este enfoque de aprendizaje ve al educador no como un proveedor de conocimientos, sino como un facilitador que ayuda a los estudiantes a construir su propio entendimiento. Las estrategias educativas basadas en el constructivismo animan a los alumnos a explorar activamente, cuestionar, descubrir y reflexionar, lo que fomenta un aprendizaje profundo y significativo.

Otras figuras prominentes en el desarrollo del constructivismo incluyen a Lev Vygotsky, quien destacó la importancia del entorno social y cultural en el aprendizaje, y Jerome Bruner, que enfatizó la importancia de la estructura en el aprendizaje y apoyó la idea de que los niños son capaces de aprender cualquier material si se les presenta de manera adecuada a su etapa de desarrollo (Vega et al., 2019).

Juntos, estos teóricos han contribuido a un cambio fundamental en la comprensión del proceso educativo, alejándose de la enseñanza basada en la transmisión de conocimientos hacia una que valora la construcción activa del conocimiento por parte del estudiante.

En el contexto de la enseñanza de la alimentación y nutrición como eje transversal para el desarrollo integral de los niños de quinto año de básica, la aplicación del constructivismo proporciona un enfoque pedagógico dinámico y participativo. Este enfoque se centra en la idea de que los estudiantes construyen activamente su conocimiento y comprensión, lo que es particularmente relevante para temas complejos y aplicados como la alimentación y nutrición.

**Experiencias de Aprendizaje Contextualizadas:** Bajo un enfoque constructivista, la educación en nutrición se aborda a través de experiencias de aprendizaje que son directamente relevantes para la vida de los estudiantes. Esto podría incluir la exploración de los alimentos que consumen en su vida cotidiana, la comprensión de las etiquetas de los alimentos y la discusión sobre las diferentes prácticas alimenticias en sus familias y comunidades. Al vincular el aprendizaje con su entorno y experiencias personales, los estudiantes pueden construir un entendimiento más significativo y aplicable de la nutrición.

**Aprendizaje Basado en Proyectos y Experimentación:** En el marco del constructivismo, el aprendizaje basado en proyectos es una estrategia clave. Los estudiantes podrían participar en proyectos articulando las diferentes asignaturas como el diseño y mantenimiento de un huerto escolar, la preparación de comidas saludables o la realización de experimentos para entender la composición de diferentes alimentos. Estas actividades permiten a los estudiantes aplicar conceptos de nutrición de manera práctica, fomentando la comprensión a través de la experiencia directa.

**Desarrollo de Habilidades de Pensamiento Crítico:** El enfoque constructivista también enfatiza el desarrollo de habilidades de pensamiento crítico. Los estudiantes pueden ser alentados a investigar y debatir sobre temas como la

seguridad alimentaria, las dietas sostenibles y la publicidad de alimentos. Al analizar críticamente estos temas, los estudiantes desarrollan la capacidad de cuestionar y reflexionar sobre la información relacionada con la nutrición, lo que les ayuda a tomar decisiones informadas.

**Colaboración y Aprendizaje Social:** Siguiendo a teóricos como Vygotsky, el constructivismo subraya la importancia del aprendizaje social. En el contexto de la nutrición, esto podría traducirse en actividades grupales donde los estudiantes colaboran para investigar diferentes dietas, intercambiar recetas saludables o trabajar juntos en la planificación de menús equilibrados. Estas actividades fomentan la interacción social y el aprendizaje colaborativo, aspectos clave en el desarrollo cognitivo y social.

**Reflexión y Autonomía en el Aprendizaje:** Finalmente, el constructivismo promueve la reflexión y la autonomía en el aprendizaje. Los estudiantes pueden llevar diarios de alimentación, reflexionar sobre sus hábitos alimenticios y establecer metas personales relacionadas con la nutrición. Al hacerlo, no solo internalizan la información, sino que también desarrollan habilidades para la autogestión y la toma de decisiones saludables.

Finalmente se puede indicar que aplicar el constructivismo en la enseñanza de la alimentación y nutrición permite a los estudiantes de quinto año de básica no solo aprender sobre conceptos nutricionales, sino también experimentar, reflexionar y aplicar estos conocimientos de manera práctica y significativa en sus vidas. Este enfoque fomenta un aprendizaje profundo y duradero, esencial para el desarrollo integral de los niños.

### **Estrategias Pedagógicas para la Educación Nutricional**

La educación nutricional en entornos pedagógicos juega un papel vital en la promoción de hábitos alimenticios saludables y en la prevención de problemas relacionados con la nutrición (Pinto & Balderas, 2022). Para ser efectiva, requiere de

estrategias pedagógicas innovadoras y adaptadas a las diferentes edades y contextos. Estas estrategias deben estar diseñadas para involucrar, informar y motivar a los estudiantes en su aprendizaje sobre nutrición y salud. En la tabla a continuación se mencionan algunas estrategias relativas a la educación nutricional:

**Tabla No. 6 Estrategias Pedagógicas relativas a Educación Nutricional**

Estrategia	Descripción
Integración Curricular	Incorporar temas de nutrición en el currículo escolar de manera transversal, abordando asignaturas como ciencias, matemáticas y estudios sociales.
Aprendizaje Práctico y Experiencial	Promover actividades prácticas como la preparación de alimentos, visitas a mercados y granjas, y proyectos de jardinería escolar.
Uso de Tecnología y Medios Digitales	Implementar herramientas tecnológicas y digitales para enseñar nutrición, como aplicaciones educativas y juegos interactivos.
Educación Basada en Proyectos	Desarrollar proyectos que impliquen investigación y presentación sobre temas de nutrición, fomentando el trabajo en equipo y la investigación.
Colaboración con Familias y Comunidad	Involucrar a las familias y la comunidad en la educación nutricional a través de talleres, boletines y eventos comunitarios.
Programas de Alimentación Escolar	Participar en programas de alimentación escolar que ofrezcan comidas equilibradas y saludables, como plataformas para enseñar sobre nutrición.

**Fuente:** (Pinto & Balderas, 2022)

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

Se debe indicar que las estrategias pedagógicas para la educación nutricional deben ser interactivas, integradoras y adaptadas a la edad de los estudiantes para ser efectivas. Al educar a los niños y jóvenes sobre la importancia de una nutrición adecuada, no solo se promueve su salud y bienestar actual, sino que también se les dota de conocimientos y habilidades que pueden influir positivamente en sus elecciones alimenticias a lo largo de toda su vida.

## **Integración Curricular**

La integración curricular en educación nutricional implica incorporar conceptos y prácticas de nutrición en diferentes áreas del currículo escolar, no limitándose a una asignatura específica, sino extendiéndose de manera transversal a través de diversas materias (Peñuela, 2021). Esta estrategia reconoce que la educación sobre nutrición y salud no es un tema aislado, sino una parte integral del aprendizaje y desarrollo general de los estudiantes.

1. **Ciencias y Biología:** En estas materias, la nutrición puede ser abordada a través del estudio del cuerpo humano, la comprensión de cómo los diferentes nutrientes afectan el organismo, y la relación entre la dieta, la salud y las enfermedades.
2. **Matemáticas:** La nutrición puede integrarse en matemáticas a través del análisis de información nutricional, el cálculo de calorías, proporciones y porcentajes en las etiquetas de alimentos, y la gestión de dietas balanceadas.
3. **Estudios Sociales y Geografía:** Estas asignaturas permiten explorar la nutrición desde una perspectiva cultural y global, examinando diferentes dietas alrededor del mundo, la seguridad alimentaria, y el impacto de la nutrición en las comunidades y el desarrollo sostenible.
4. **Educación Física y Salud:** En estas clases, la educación nutricional se centra en la relación entre la alimentación, el ejercicio, el bienestar físico y el estilo de vida saludable.
5. **Artes y Tecnología:** Incluso en áreas creativas y técnicas, la nutrición puede ser incorporada, por ejemplo, a través de proyectos de diseño para campañas de concienciación sobre alimentación saludable o la creación de menús y recetas balanceadas.

La integración curricular de la educación nutricional fomenta un enfoque holístico y práctico, permitiendo a los estudiantes comprender la importancia de una

dieta saludable y cómo se relaciona con diferentes aspectos de sus vidas y su entorno. Al integrar la nutrición en el currículo de manera transversal, se promueve la creación de una cultura de salud y bienestar en el entorno escolar, preparando a los estudiantes con conocimientos y habilidades para tomar decisiones informadas sobre su alimentación.

### **Enseñanza Transversal**

Rosales (2019), sobre la enseñanza transversal indica que es un enfoque educativo que implica la integración de temas o conceptos clave en diversas áreas del currículo, en lugar de tratarlos de forma aislada en una asignatura específica. Este enfoque permite que los estudiantes comprendan la relevancia y la aplicación de ciertos temas, como la nutrición, la sostenibilidad o la ciudadanía, en varios contextos y materias. La enseñanza transversal fomenta un aprendizaje más holístico y significativo.

**Tabla No. 7 Aspectos de la enseñanza transversal**

<b>Aspecto</b>	<b>Descripción</b>
<b>Interdisciplinariedad</b>	Conexión de conceptos y habilidades de diferentes disciplinas para mostrar cómo se interrelacionan las áreas del conocimiento.
<b>Relevancia y Aplicabilidad</b>	Enfatiza la importancia y aplicabilidad de temas en la vida cotidiana y en diversos contextos, mejorando la comprensión y el interés de los estudiantes.
<b>Desarrollo de Habilidades Críticas</b>	Fomenta el pensamiento crítico, la resolución de problemas y la creatividad al aplicar el conocimiento de manera integrada y reflexiva.
<b>Conciencia Social y Ética</b>	Promueve la conciencia social, la responsabilidad y la ética entre los estudiantes, preparándolos para ser ciudadanos informados y comprometidos.
<b>Adaptabilidad y Flexibilidad Curricular</b>	Requiere flexibilidad en el diseño y la implementación del currículo, permitiendo la adaptación a las necesidades y contextos de los estudiantes.

**Fuente:** (Rosales, 2019)

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

De lo anterior se deduce que la enseñanza transversal es un enfoque pedagógico valioso que enriquece la experiencia educativa, proporcionando a los estudiantes una comprensión más profunda y aplicada de temas importantes. Facilita el desarrollo de un pensamiento más integrado y prepara a los estudiantes para enfrentar desafíos y oportunidades en un mundo interconectado y en constante cambio.

### **Importancia de la nutrición como eje transversal en el desarrollo integral**

El autor Chávez (2023), explica que la nutrición desempeña un papel esencial en el bienestar y la salud humana, influyendo en los aspectos físicos, mentales y emocionales de la vida. Una dieta equilibrada y suficiente proporciona al organismo los nutrientes necesarios para un rendimiento óptimo y contribuye a la prevención de enfermedades a lo largo de toda la vida. Los nutrientes adecuados son fundamentales para el crecimiento, el desarrollo, el fortalecimiento de la función inmunológica y la prevención de enfermedades.



Particularmente en la niñez y la adolescencia, una nutrición adecuada es crucial. Durante estas etapas, la nutrición no solo afecta el desarrollo físico y el crecimiento cognitivo, sino que también establece hábitos alimenticios que perdurarán durante toda la vida. La desnutrición, por otro lado, puede tener un impacto negativo significativo en la memoria, el aprendizaje y la función cerebral, lo que a menudo resulta en un bajo rendimiento escolar (Escobar & Fernández, 2023).

Además, una buena nutrición es vital para la productividad laboral; las personas bien alimentadas tienden a trabajar de manera más efectiva. La sostenibilidad de la dieta es otro aspecto importante, ya que abarca la salud del planeta y de sus habitantes. La producción de alimentos y su impacto ambiental sugieren la necesidad de adoptar dietas más éticas y sostenibles (Alomar, 2023).

La nutrición también juega un papel crucial en la equidad y la justicia social. Abordarla como un eje transversal permite promover una distribución justa de los recursos alimentarios y enfrentar las disparidades en el acceso a una alimentación y nutrición saludables. Además, los aspectos culturales y tradicionales de los alimentos contribuyen a la identidad y la diversidad cultural, reforzando la importancia de la nutrición en varios aspectos de la sociedad y la cultura.

### **Requerimientos Nutricionales**

Los requerimientos de nutrientes son un conjunto de aportes energéticos y valores de referencia de diferentes nutrientes que se consideran ideales para preservar la buena salud y prevenir enfermedades, ya sea por exceso o por deficiencia.

La Organización Mundial de la Salud (2021) recomienda un porcentaje de cada uno de los nutrientes que se detalla a continuación:

**Tabla No. 8 Nutrientes y su papel en una alimentación equilibrada y saludable**

Tipo de Nutriente	Descripción
-------------------	-------------

<b>Energéticos</b>	El aporte de energía debe ser suficiente para cubrir los requerimientos de mantenimiento del organismo, calculándose en relación a la energía por unidad de altura.
<b>Carbohidratos</b>	Son la principal fuente de energía. Según la OMS, se recomienda que constituyan entre el 50-55% de la dieta, encontrándose en alimentos como pan, arroz y pasta.
<b>Lípidos o Grasas</b>	Moléculas orgánicas esenciales para la vida, con un requerimiento del 30-35% según la OMS. Forman una película lipídica que protege a la célula y son fundamentales para la salud cerebral y del sistema nervioso. Se encuentran en aceites, mantequilla, nueces y aguacates.
<b>Estructural o Plástica</b>	Los nutrientes plásticos ayudan a mantener y regenerar los tejidos, así como a formar la estructura del organismo.
<b>Proteínas</b>	Moléculas grandes y complejas que realizan funciones vitales en el cuerpo. La OMS recomienda que constituyan entre el 12-15% de la dieta. Las fuentes incluyen carne, productos lácteos, nueces y algunos granos o guisantes.
<b>Reguladores o Protectores</b>	Proporcionan nutrientes vitales para el funcionamiento armónico de los reguladores y la energía, incluyendo frutas, verduras y agua, ricos en vitaminas, minerales y oligoelementos.
<b>Vitaminas</b>	Compuestos orgánicos necesarios para una variedad de procesos biológicos. Las vitaminas liposolubles incluyen A, D, E y K, mientras que las solubles en agua son las B y C.
<b>Minerales</b>	Sustancias inorgánicas importantes para el equilibrio de líquidos, desarrollo óseo y otros procesos fisiológicos. Ejemplos incluyen magnesio, zinc, hierro y calcio.

**Fuente:** (Escobar & Fernández, 2023)

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

**Educación nutricional.**

Para ayudar a los estudiantes a comprender los fundamentos de una alimentación saludable y guiar sus elecciones dietéticas, incorpore la educación nutricional en los planes de estudios escolares. Según la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO, 2023), la educación alimentaria y nutricional comprende estrategias educativas y actividades de aprendizaje diseñadas para promover hábitos alimentarios saludables entre escolares, adolescentes y sus comunidades. Los niños y los adolescentes deben desarrollar habilidades educativas y participar en experiencias alimentarias significativas en la escuela, la familia y la sociedad para así comprender lo que es una alimentación saludable y una dieta nutritiva. La educación alimentaria y nutricional es un componente fundamental de los planes y programas académicos, las actividades extracurriculares sobre alimentación y salud para la toma de decisiones alimentarias saludables.

### **Participación de los Padres y la Comunidad**

Yepes & Cánovas (2013) indican que la participación de los padres y la comunidad en el proceso educativo es fundamental para el desarrollo y el éxito de los estudiantes. Este involucramiento abarca desde el apoyo en el hogar, donde los padres ayudan con las tareas y fomentan hábitos de estudio saludables, hasta la interacción directa con las escuelas. Mantener una comunicación efectiva con los maestros y el personal escolar permite a los padres estar al tanto del progreso académico de sus hijos y abordar cualquier desafío que pueda surgir. Además, su participación en actividades escolares, ya sea como voluntarios en eventos o proyectos, enriquece la experiencia educativa y fortalece la comunidad escolar.

La colaboración no se limita a las aulas; también incluye la participación en consejos escolares o comités de toma de decisiones, lo que contribuye a una gestión escolar más inclusiva y considerada. Fuera del entorno escolar, la implicación de la comunidad en programas educativos amplía las oportunidades de aprendizaje para los estudiantes. La conexión con bibliotecas, centros culturales y empresas locales no solo

enriquece el currículo, sino que también proporciona experiencias prácticas valiosas(Rego et al., 2022).

La participación activa de los padres y la comunidad también es crucial para promover la importancia de la educación dentro de la comunidad en general. Al convertirse en defensores de la educación y participar en campañas de concienciación, pueden ayudar a garantizar que las necesidades educativas de todos los niños sean atendidas. En conjunto, estas acciones de padres y miembros de la comunidad no solo mejoran la calidad de la educación, sino que también fortalecen los lazos entre las escuelas, las familias y la comunidad, creando un entorno de apoyo integral para el crecimiento y desarrollo de los estudiantes.

### **Programas de Alimentación Escolar**

Los programas de alimentación escolar representan una iniciativa crucial en la promoción de la salud y el bienestar de los estudiantes. Estos programas no solo aseguran que los niños reciban comidas nutritivas y balanceadas, sino que también sirven como plataformas educativas para enseñar sobre nutrición y hábitos alimenticios saludables.

El informe acerca del Programa de Alimentación Escolar en Ecuador ofrece un análisis de la evolución del programa desde sus inicios en 1989 hasta la fecha actual. A lo largo de los años, el programa ha experimentado notables modificaciones tanto en términos de administración como en el contenido de las raciones alimenticias. En su fase inicial, brindaba beneficios a 600,000 niños y adolescentes, y para el año 2022, esta cifra se incrementó significativamente, alcanzando a 2,877,114 beneficiarios.(Ministerio de Educación, 2023)

Actualmente, el programa está normado por la Ley Orgánica y se concibe como un complemento nutricional que no sustituye la ingesta calórica que debe preverse en los hogares de los beneficiarios. Este complemento nutricional aporta hasta el 15% de la ingesta calórica diaria de los niños y jóvenes y está diseñado para evitar que pasen más de cuatro horas sin ingerir ningún alimento. En la tabla a continuación se presenta

un resumen del Informe de alimentación escolar por parte del Ministerio de Educación (2023):

**Tabla No. 9: Resumen de los planes de alimentación escolar en Ecuador de los últimos 8 años**

<b>Año</b>	<b>Total, de Beneficiarios</b>	<b>Administración PAE</b>	<b>Detalle</b>
<b>2015</b>	2,872,148	INSTITUTO DE PROVISIÓN DE ALIMENTOS	Continuación de la implementación del programa bajo la administración del Ministerio de Educación.
<b>2016</b>	2,918,894	INSTITUTO DE PROVISIÓN DE ALIMENTOS Y UNIDAD NACIONAL DE ALMACENAMIENTO UNA-EP	Inicio de los Convenios Marco para la adquisición de raciones alimenticias (duración hasta diciembre 2018).
<b>2017</b>	2,964,216	MINEDUC	El Ministerio de Educación inicia los procesos de contratación para la adquisición de raciones alimenticias a nivel nacional.
<b>2018</b>	2,983,641	MINEDUC	Proveedores adjudicados responsables de la producción, almacenamiento y entrega de las raciones alimenticias.
<b>2019</b>	2,940,782	MINEDUC	Gestión de prórrogas de los Convenios Marco para evitar desabastecimiento de alimentación escolar.
<b>2020</b>	2,963,829	MINEDUC	Adaptación del programa a la emergencia sanitaria por COVID-19 con modificaciones en la entrega de alimentos.
<b>2021</b>	2,969,873	MINEDUC	Continuación de la entrega de raciones alimenticias bajo las modificaciones realizadas en 2020.
<b>2022</b>	2,877,114	MINEDUC	Modificación de precios de las raciones alimenticias según las condiciones del Estado.
<b>2023</b>	2,862,662	MINEDUC	Coordinación con diferentes entidades del Estado para la implementación de mejoras en el programa.

**Fuente:** (Ministerio de Educación, 2023)

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

Los programas de alimentación escolar son una inversión valiosa en la salud y educación de los niños. Al proporcionar comidas nutritivas y fomentar una educación integral sobre la nutrición, estos programas no solo abordan las necesidades físicas inmediatas de los estudiantes, sino que también establecen las bases para hábitos alimenticios saludables y conocimientos nutricionales que pueden durar toda la vida. El Programa de Alimentación Escolar en Ecuador ha demostrado ser una iniciativa significativa en la promoción del bienestar nutricional de los estudiantes, adaptándose continuamente a las necesidades nutricionales, culturales y económicas del país.

### **Desarrollo Integral de los Niños**

#### **Definición:**

El desarrollo integral de los niños se refiere al proceso de crecimiento y maduración en todos los aspectos fundamentales de un individuo: físico, cognitivo, emocional y social. Este concepto abarca el desarrollo físico, que incluye la salud y el bienestar corporal; el desarrollo cognitivo, relacionado con las habilidades de aprendizaje, la memoria y el pensamiento; el desarrollo emocional, que implica comprender y manejar las emociones; y el desarrollo social, que se refiere a la interacción con otros y la construcción de relaciones (Torres, 2018).

### **Desarrollo integral de los niños planteado por el Ministerio de Educación**

El Ministerio de Educación de Ecuador se dedica a promover el desarrollo integral de los niños como uno de sus principales objetivos educativos. Este enfoque busca abordar todas las dimensiones del crecimiento de los estudiantes, no solo académicamente, sino también en aspectos emocionales, sociales, físicos y culturales. El desarrollo integral se centra en proporcionar experiencias educativas que fomenten el crecimiento holístico de los niños, promoviendo su bienestar general y preparándolos para enfrentar los desafíos de la vida de manera equilibrada y saludable. Esto implica la implementación de programas educativos que incluyan actividades extracurriculares,

atención a la salud y el bienestar emocional, así como la participación activa de la familia y la comunidad en el proceso educativo.

Ecuador ha establecido múltiples políticas y acuerdos con respecto a la educación y el desarrollo integral de los niños como parte de sus iniciativas educativas a lo largo de los años. Según el Ministerio de Educación de Ecuador, el desarrollo integral de los niños tiene como objetivo principal asegurar que los estudiantes alcancen su máximo potencial en todos los aspectos de su vida, lo que a su vez contribuye al desarrollo sostenible del país.

El Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES) se encarga de garantizar el desarrollo integral de los niños menores de 36 meses a través de una serie de acciones orientadas al cuidado, la protección y la educación inclusiva, promoviendo la corresponsabilidad familiar y comunitaria.

En el ámbito educativo ecuatoriano, el (Ministerio de Educación, 2018), bajo la dirección del ministro Freddy Peñafiel, ha establecido el artículo 3 del "Desarrollo Integral", el cual establece los pilares esenciales para una formación integral de los estudiantes. Este artículo destaca la necesidad imperiosa de una educación inclusiva, equitativa y de calidad para todos los niños y jóvenes, sin importar su trasfondo socioeconómico, cultural o geográfico. Asimismo, resalta la importancia de inculcar valores como la solidaridad, la responsabilidad, el respeto por la diversidad y la equidad de género en el proceso educativo.

Los acuerdos establecidos en relación con el desarrollo integral de los niños incluyen:

Promover una educación inclusiva y equitativa que garantice el acceso de todos los niños a una educación de calidad.

Fomentar un enfoque integral de la educación que abarque no solo el desarrollo académico, sino también el crecimiento personal, social y emocional de los estudiantes.

Priorizar la formación de valores como la solidaridad, la responsabilidad, el respeto por la diversidad y la equidad de género en el proceso educativo.

Establecer mecanismos de evaluación y seguimiento del progreso en el desarrollo integral de los niños para identificar áreas de mejora y asegurar el cumplimiento de los objetivos educativos.

Fortalecer la colaboración entre el Ministerio de Educación, las instituciones educativas, los padres de familia y la comunidad en general para crear un entorno de aprendizaje favorable y apoyar el desarrollo integral de los niños en todas las áreas de sus vidas.

### **Importancia del Desarrollo Integral**

La importancia del desarrollo integral en la infancia radica en su impacto a largo plazo en la vida de un individuo. Un desarrollo saludable y equilibrado durante los primeros años de vida es crucial para el bienestar general y el éxito en etapas posteriores (Escobar & Fernández, 2023).

- **Desarrollo Físico:** La salud física y el crecimiento adecuado son fundamentales para que los niños puedan explorar su mundo y participar activamente en actividades de aprendizaje (Luque & García, 2019).
- **Desarrollo Cognitivo:** Las habilidades cognitivas permiten a los niños procesar información, entender conceptos, resolver problemas y desarrollar habilidades de pensamiento crítico (Rivas, 2021).
- **Desarrollo Emocional:** La capacidad de entender y manejar emociones es vital para el bienestar personal y para establecer relaciones saludables (González et al., 2022).
- **Desarrollo Social:** Las habilidades sociales facilitan la interacción efectiva con otros, la construcción de relaciones significativas y la adaptación a diversos entornos sociales (Op. Cit).



Fomentar el desarrollo integral en los niños implica proporcionar un entorno enriquecedor, con oportunidades de aprendizaje, apoyo emocional y social, nutrición adecuada y atención médica. Esta aproximación holística asegura que los niños no solo crezcan sanos físicamente, sino que también desarrollen su máximo potencial intelectual, emocional y social, estableciendo una base sólida para su futuro.

### **Procesos de Aprendizaje**

Pana (2023), en su trabajo menciona que los procesos de aprendizaje son las secuencias y mecanismos a través de los cuales los individuos adquieren conocimientos, habilidades, valores y actitudes. Estos procesos son fundamentales para el desarrollo cognitivo y la adaptación al entorno. El aprendizaje puede ocurrir de manera formal, como en entornos educativos estructurados, o de forma informal, como en la interacción cotidiana con el entorno y las personas.

**Tabla No. 10 Procesos de Aprendizaje**

<b>Tipo de Aprendizaje</b>	<b>Descripción</b>
<b>Aprendizaje Cognitivo</b>	Adquisición de habilidades intelectuales como razonamiento, memoria y comprensión. Incluye percepción, pensamiento y solución de problemas.
<b>Aprendizaje Social y Emocional</b>	Desarrollo de la capacidad de reconocer y manejar emociones, establecer relaciones, mostrar empatía, tomar decisiones responsables y manejar situaciones sociales.
<b>Aprendizaje Motor</b>	Desarrollo de habilidades motoras como coordinación, equilibrio y destreza física. Esencial en las primeras etapas de la vida.
<b>Aprendizaje por Observación y Imitación</b>	Aprendizaje que se produce al observar e imitar el comportamiento de otros, fundamental en el desarrollo social.
<b>Aprendizaje por Descubrimiento</b>	Proceso de exploración activa y experimentación con el entorno, conduciendo a nuevos conocimientos o comprensiones.
<b>Aprendizaje Colaborativo</b>	Aprendizaje en grupo para alcanzar un objetivo común, compartiendo conocimientos y experiencias.

**Fuente:** (Pana, 2023; Prado, 2023)

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

Estos procesos de aprendizaje no ocurren de forma aislada, sino que se interconectan y se influyen mutuamente, contribuyendo al desarrollo integral de los individuos. En el contexto educativo, es esencial proporcionar entornos y experiencias de aprendizaje que aborden estos diversos aspectos, fomentando un desarrollo holístico y equilibrado. Además, reconocer y adaptarse a los diferentes estilos y ritmos de aprendizaje de cada individuo es clave para maximizar su potencial de aprendizaje.

### **Relación entre Alimentación y Rendimiento Académico**

Chillogalli et al., (2021), exponen que la relación entre la alimentación y el rendimiento académico es un área de interés clave en la educación y la salud pública. Numerosos estudios han demostrado que la nutrición juega un papel crucial en el funcionamiento cognitivo, la concentración y la capacidad general de aprendizaje de los niños y adolescentes.

1. **Energía y Concentración:** Una dieta equilibrada proporciona la energía necesaria para que los estudiantes se mantengan alerta y concentrados durante el día escolar. Los carbohidratos complejos, las proteínas y las grasas saludables son fundamentales para mantener niveles de energía estables, lo que ayuda a mejorar la atención y la concentración (Bajaña et al., 2020).
2. **Función Cognitiva:** Los nutrientes esenciales, como las vitaminas del grupo B, el hierro y el omega-3, son importantes para el desarrollo cerebral y la función cognitiva. Las deficiencias en estos nutrientes pueden llevar a una disminución en la capacidad cognitiva, afectando el aprendizaje y el rendimiento académico (op Cit.).
3. **Salud Emocional y Comportamiento:** La nutrición también afecta el estado emocional y el comportamiento. Una alimentación inadecuada puede resultar en irritabilidad, ansiedad o depresión, lo cual puede interferir con la capacidad de los estudiantes para participar en actividades escolares y sociales (Chillogalli et al., 2021).

4. **Desarrollo Físico y Rendimiento Escolar:** El desarrollo físico adecuado, apoyado por una nutrición óptima, es esencial para el rendimiento académico. Problemas como el retraso en el crecimiento o la obesidad pueden afectar negativamente la autoestima y la participación en actividades escolares(Bajaña et al., 2020).

En conclusión, existe una conexión significativa entre la alimentación y el rendimiento académico. Una nutrición adecuada es esencial no solo para el bienestar físico de los estudiantes, sino también para su capacidad cognitiva y emocional. Las escuelas y las familias tienen un papel importante en proporcionar y promover dietas saludables, lo que puede resultar en mejoras tangibles en el rendimiento académico y en el desarrollo general de los niños y adolescentes. Implementar programas de nutrición escolar y educar a los estudiantes y familias sobre una alimentación saludable son pasos clave para fomentar el éxito académico y el bienestar general.

### **Influencia de la Nutrición en la Cognición**

La nutrición tiene una influencia significativa en la cognición, es decir, en los procesos mentales relacionados con el conocimiento, el entendimiento, el aprendizaje y la memoria(Jimoh et al., 2018). Una nutrición adecuada es fundamental para el desarrollo y funcionamiento del cerebro, y su impacto se observa en todas las etapas de la vida.

1. **Desarrollo Cerebral en la Infancia y la Niñez:** Durante los primeros años de vida, los nutrientes esenciales como los ácidos grasos omega-3, el hierro y el zinc son cruciales para el desarrollo cerebral. Una nutrición adecuada en esta etapa es fundamental para el desarrollo cognitivo, incluyendo habilidades como el lenguaje, la memoria y la resolución de problemas(Calceto et al., 2019).
2. **Rendimiento Académico en la Niñez y Adolescencia:** La nutrición afecta directamente el rendimiento académico. Una dieta equilibrada mejora la concentración, la atención y la capacidad de aprendizaje. Por otro lado, la

desnutrición o una dieta pobre puede conducir a dificultades de concentración, menor capacidad de memoria y un rendimiento académico deficiente (Jimoh et al., 2018).

3. **Función Cognitiva en Adultos:** En la adultez, una buena nutrición sigue siendo esencial para mantener la función cognitiva. Se ha demostrado que dietas equilibradas, ricas en frutas, verduras, pescados y granos integrales, pueden reducir el riesgo de deterioro cognitivo y enfermedades neurodegenerativas como el Alzheimer (Calceto et al., 2019).
4. **Envejecimiento y Cognición:** Una nutrición adecuada puede ayudar a retrasar o prevenir el declive cognitivo relacionado con la edad. Los nutrientes antioxidantes y antiinflamatorios son especialmente importantes para proteger las células cerebrales del daño a lo largo del tiempo (Op. Cit.).

De lo anterior se puede indicar que la nutrición desempeña un papel vital en el desarrollo y mantenimiento de la función cognitiva a lo largo de la vida. Una alimentación equilibrada y rica en nutrientes esenciales no solo apoya el desarrollo cerebral y cognitivo en la infancia y la adolescencia, sino que también es clave para mantener la agudeza mental en la adultez y en el envejecimiento. Por lo tanto, la nutrición debe considerarse como un componente integral en las estrategias para mejorar y mantener la salud cognitiva.

### **Desarrollo Físico**

El desarrollo físico se refiere al crecimiento corporal y al aumento de habilidades motoras en un individuo, desde el nacimiento hasta la adultez. Este proceso incluye cambios en la estatura, el peso, la proporción corporal y la capacidad funcional de los sistemas del cuerpo (Guillamón et al., 2018). El desarrollo físico es un componente crítico del crecimiento general y está profundamente interconectado con el desarrollo cognitivo, emocional y social. En la tabla a continuación se detalla las diferentes etapas, características e importancia del desarrollo físico:

**Tabla No.11 Desarrollo físico**

<b>Etapa</b>	<b>Características</b>	<b>Importancia</b>
<b>Infancia y Niñez Temprana</b>	Rápido desarrollo de habilidades motoras gruesas y finas. Nutrición adecuada, ejercicio y chequeos médicos son fundamentales.	Apoya el crecimiento general y el desarrollo cognitivo, emocional y social.
<b>Niñez Tardía</b>	Crecimiento constante, refinamiento de habilidades motoras y coordinación. Aumento de la capacidad para actividades físicas complejas.	Nutrición y actividad física son cruciales para mantener un crecimiento saludable.
<b>Adolescencia</b>	Rápido crecimiento físico y cambios hormonales debido a la pubertad. Cambios en la estatura, masa muscular y distribución de la grasa corporal.	Periodo crítico para el desarrollo físico y la formación de una identidad saludable.
<b>Adultez</b>	Estabilización del desarrollo físico. Declive gradual en la fuerza, resistencia y flexibilidad en la adultez media y tardía.	Mantenimiento de la salud y prevención de enfermedades relacionadas con el envejecimiento.

**Fuente:** (Caro, 2018)

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

El desarrollo físico es un proceso dinámico que requiere atención a lo largo de todas las etapas de la vida. Factores como la nutrición adecuada, el ejercicio regular y el cuidado médico son fundamentales para mantener un desarrollo físico saludable. Este desarrollo no solo afecta la salud y el bienestar general, sino también la capacidad de interactuar con el entorno y participar en actividades sociales y laborales.

### **Desarrollo Cognitivo**

Sánchez (2019), expone que el desarrollo cognitivo es el proceso por el cual un individuo adquiere y utiliza habilidades mentales para pensar, aprender, razonar, recordar y relacionarse con su entorno. Este proceso es fundamental en todas las etapas de la vida y abarca una variedad de habilidades intelectuales y funciones cerebrales. En la tabla a continuación se detalla las diferentes etapas, características e importancia del desarrollo cognitivo:

**Tabla No.12 Desarrollo cognitivo**

<b>Etapas</b>	<b>Características</b>	<b>Importancia</b>
<b>Infancia y Niñez Temprana</b>	Crecimiento y desarrollo cerebral rápidos. Aprendizaje del lenguaje, exploración del entorno, desarrollo del pensamiento lógico y resolución de problemas.	La estimulación temprana y las experiencias de aprendizaje son cruciales para el desarrollo cognitivo saludable.
<b>Niñez Tardía y Adolescencia</b>	Desarrollo de pensamiento complejo y abstracto, toma de decisiones avanzada, comprensión y procesamiento de información compleja.	Es una etapa clave para el desarrollo de habilidades de razonamiento avanzado y procesamiento de información.
<b>Adulthood</b>	Aplicación de conocimientos y habilidades para resolver problemas cotidianos, adaptación a cambios, toma de decisiones y planificación.	Uso continuo de habilidades cognitivas para la funcionalidad y adaptación en la vida cotidiana.
<b>Envejecimiento</b>	Posible disminución en memoria y velocidad de procesamiento, mantenimiento o mejora en sabiduría y habilidades de resolución de problemas.	Mantenimiento de la función cognitiva y adaptación a los cambios relacionados con el envejecimiento.

**Fuente:** (Sánchez, 2019)

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

El desarrollo cognitivo es influenciado por factores genéticos y ambientales, incluyendo la nutrición, la educación, las experiencias sociales y culturales, y las enfermedades físicas y mentales. Una nutrición adecuada, un entorno enriquecedor y estimulante, y la educación continua son fundamentales para fomentar un desarrollo cognitivo saludable a lo largo de la vida. En resumen, el desarrollo cognitivo no solo implica la adquisición de conocimientos, sino también la capacidad de pensar críticamente, resolver problemas y adaptarse a los cambios, lo cual es esencial para la funcionalidad y la calidad de vida en todas las etapas.

### **Desarrollo Emocional y Social**

Heredia, (2020), indica que el desarrollo emocional y social es un aspecto integral y dinámico del crecimiento humano, que desempeña un papel crucial en la

formación de la identidad individual y la habilidad para interactuar efectivamente en la sociedad. Este proceso complejo y multifacético se inicia desde los primeros días de la vida y continúa a lo largo de todas las etapas del desarrollo humano. Implica no solo el aprendizaje y la adaptación a las emociones propias y ajenas, sino también el establecimiento de relaciones significativas y la construcción de una red social sólida y funcional. La comprensión de la evolución del desarrollo emocional y social es fundamental para apreciar cómo los individuos crecen, aprenden y se relacionan con el mundo que los rodea, ofreciendo una perspectiva valiosa en la psicología del desarrollo, la educación y las ciencias del comportamiento. En la tabla a continuación se detalla las diferentes etapas, características e importancia del desarrollo emocional y social.

**Tabla No.13 Desarrollo emocional y social**

<b>Etapas</b>	<b>Desarrollo Emocional</b>	<b>Desarrollo Social</b>
<b>Infancia Temprana</b>	Desarrollo de la conciencia emocional, aprendizaje de la expresión y regulación de emociones.	Formación de vínculos afectivos, inicio de la socialización y el juego interactivo.
<b>Niñez</b>	Mayor comprensión de las emociones propias y ajenas, desarrollo de empatía y habilidades de autocontrol.	Desarrollo de amistades, cooperación y habilidades sociales básicas en entornos escolares y de juego.
<b>Adolescencia</b>	Intensificación emocional, búsqueda de identidad, mayor independencia y exploración de relaciones fuera de la familia.	Formación de relaciones más profundas fuera de la familia, influencia de grupos de pares y desarrollo de habilidades sociales avanzadas.
<b>Adulthood</b>	Estabilidad emocional, habilidad para manejar complejidades emocionales y establecer relaciones maduras.	Establecimiento de relaciones estables, roles sociales definidos y contribución activa a la sociedad.

**Fuente:** (Heras Sevilla et al., 2016; Heredia, 2020)

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

En resumen, el desarrollo emocional y social es un proceso continuo que evoluciona a lo largo de la vida de un individuo. Cada etapa trae consigo desafíos únicos y oportunidades para el crecimiento emocional y social, contribuyendo al

bienestar general y la capacidad de funcionar efectivamente en diversos entornos sociales.

### **Socialización y Habilidades Sociales**

En el trabajo de Cipriano (2020) se expone que la socialización y el desarrollo de habilidades sociales constituyen aspectos fundamentales en el crecimiento y desarrollo humano. Estos procesos son esenciales para la integración exitosa de un individuo en la sociedad y para su interacción efectiva en diversos contextos sociales. A través de la socialización, las personas aprenden a navegar por el complejo tejido de relaciones y estructuras sociales, mientras que el desarrollo de habilidades sociales les permite comunicarse, colaborar y resolver conflictos de manera efectiva. Estos aspectos son críticos no solo para el bienestar personal y las relaciones interpersonales, sino también para el éxito en ámbitos académicos y profesionales. Comprender la naturaleza y la importancia de la socialización y las habilidades sociales es crucial para apreciar cómo se conforma la experiencia social humana y cómo los individuos se adaptan y contribuyen a su entorno social.

#### **Socialización:**

La socialización es un proceso fundamental por el cual los individuos aprenden y asimilan las normas, valores, costumbres y comportamientos aceptados en su sociedad. Este proceso comienza en la infancia y continúa a lo largo de toda la vida. A través de la socialización, los individuos aprenden a interactuar con otros, comprenden su rol en la sociedad y adquieren las habilidades necesarias para participar en la vida comunitaria. La familia, la escuela, los grupos de pares y los medios de comunicación son agentes clave en el proceso de socialización, cada uno contribuyendo de manera única al desarrollo social del individuo (Coq & Gerardin, 2020).

#### **Habilidades Sociales:**

Las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten a los individuos interactuar y comunicarse efectivamente con otros en diversas situaciones



sociales. Estas habilidades incluyen la capacidad de escuchar, comunicarse claramente, cooperar, resolver conflictos, respetar las diferencias, mostrar empatía y establecer relaciones saludables. El desarrollo de habilidades sociales es esencial para el éxito en muchas áreas de la vida, incluyendo las relaciones personales, la educación y el entorno laboral (Cipriano, 2020).

La socialización y el desarrollo de habilidades sociales son procesos interactivos y bidireccionales. Mientras que la socialización influye en la adquisición de habilidades sociales, la eficacia con la que un individuo utiliza estas habilidades también puede afectar su proceso de socialización. Por ejemplo, un niño que desarrolla habilidades sociales sólidas puede interactuar más efectivamente con sus compañeros y adultos, lo que a su vez enriquece su experiencia de socialización. También la socialización y las habilidades sociales son componentes cruciales del desarrollo humano. Juntas, facilitan la integración del individuo en la sociedad y el desarrollo de relaciones interpersonales significativas. La promoción de un entorno social saludable y el fomento de habilidades sociales efectivas desde una edad temprana son fundamentales para el bienestar y el éxito de un individuo en la sociedad.

### **Impacto de la Desnutrición y Malnutrición**

Según el plan estratégico de Programa Mundial de Alimentos (2022) El impacto de la desnutrición y malnutrición en Ecuador se ha visto agravado por una serie de desafíos socioeconómicos y medioambientales. Entre 2019 y 2021, Ecuador experimentó un aumento de la pobreza, con 11 millones de personas cayendo en la pobreza extrema y 20 millones enfrentando inseguridad alimentaria. Este período también destacó la prevalencia de la malnutrición, con uno de cada cuatro niños sufriendo de malnutrición crónica y seis de cada 10 adultos con sobrepeso u obesidad.

La desnutrición crónica infantil en Ecuador es particularmente preocupante, siendo la segunda más alta en América Latina y el Caribe. La prevalencia de esta condición en niños y niñas menores de 5 años es alarmante, y es aún más elevada en los de 0 a 24 meses, incrementándose del 24.8% al 27.2% entre 2014 y 2018. Esta

situación es más crítica en niños de zonas rurales, pueblos indígenas y en las regiones del Amazonas y de la Sierra (Programa Mundial de Alimentos, 2022b).

Además, la inseguridad alimentaria grave o moderada en hogares con niños, niñas y adolescentes ha aumentado significativamente, afectando de manera desproporcionada a los pueblos indígenas, poblaciones en movilidad humana y hogares monoparentales liderados por mujeres. La disponibilidad y fácil acceso a alimentos procesados, ricos en carbohidratos refinados y grasas, contribuye a una dieta poco saludable y agrava el problema de la malnutrición (Op. Cit)

La desnutrición y malnutrición tienen un impacto significativo en la salud y el desarrollo de los niños en Ecuador. La falta de nutrientes esenciales puede llevar a problemas de crecimiento, deficiencias en el desarrollo cognitivo y un mayor riesgo de enfermedades. Por otro lado, la malnutrición, que incluye tanto la desnutrición como el sobrepeso y la obesidad, puede tener consecuencias graves para la salud a largo plazo. Las políticas públicas y los programas de alimentación escolar son esenciales para combatir estos problemas, asegurando que los niños reciban una alimentación adecuada que apoye su crecimiento y aprendizaje óptimos.

## **Políticas Públicas y Regulaciones**

### **Normativas**

Ecuador ha establecido varias normativas para regular y mejorar la nutrición y alimentación escolar. Estas incluyen leyes y regulaciones que aseguran el suministro de alimentos nutritivos en las escuelas y la promoción de hábitos alimenticios saludables. Las políticas se enfocan en establecer estándares nutricionales para las comidas escolares, garantizar la seguridad alimentaria y promover la educación nutricional.

En la Constitución de la República del Ecuador de la Asamblea Nacional del Ecuador (2008), varios artículos se relacionan directamente con la temática de alimentación y nutrición para el desarrollo integral de los niños:

**Artículo 12:** Este artículo enfatiza el derecho humano al agua, declarándolo fundamental e irrenunciable. El agua es considerada un patrimonio nacional estratégico de uso público, inalienable y esencial para la vida. Este derecho es crucial para asegurar que los niños tengan acceso a agua limpia y segura, un elemento fundamental para una buena nutrición y salud.

**Artículo 13:** Se establece el derecho de las personas y colectividades al acceso seguro y permanente a alimentos sanos, suficientes y nutritivos, preferentemente producidos a nivel local y en consonancia con las diversas identidades y tradiciones culturales. El Estado ecuatoriano promueve la soberanía alimentaria, lo cual es esencial para garantizar que los niños reciban una alimentación adecuada que contribuya a su desarrollo integral.

**Artículo 26:** La educación es definida como un derecho de las personas a lo largo de su vida y un deber ineludible e inexcusable del Estado. Este artículo subraya la educación como un área prioritaria de la política pública y de la inversión estatal, garantizando la igualdad e inclusión social, condiciones indispensables para el "buen vivir". La participación de las personas, las familias y la sociedad en el proceso educativo es fundamental. Esto incluye la educación sobre alimentación y nutrición, que es crucial para el desarrollo integral de los niños.

**Artículo 27:** Aquí se detalla que la educación se enfocará en el desarrollo holístico del ser humano, en el marco del respeto a los derechos humanos, al medio ambiente sustentable y a la democracia. La educación debe ser participativa, obligatoria, intercultural, democrática, inclusiva, diversa, de calidad y calidez. Debe impulsar la equidad de género, la justicia, la solidaridad y la paz, y fomentar el sentido crítico, el arte, la cultura física, la iniciativa individual y comunitaria, así como el desarrollo de competencias y capacidades. Esto resalta la importancia de integrar temas de alimentación y nutrición en la educación para contribuir al desarrollo integral de los niños.

**Capítulo Segundo - Derechos del Buen Vivir (Sección Primera: Agua y Alimentación):** Este capítulo de la Constitución abarca los principios de aplicación de los derechos y especifica los derechos del buen vivir, incluyendo secciones dedicadas a agua y alimentación, ambiente sano, educación y salud. Todos estos aspectos son fundamentales para el desarrollo integral de los niños, ya que un ambiente sano, una educación integral y un acceso adecuado a servicios de salud son indispensables para su crecimiento y desarrollo saludable.

Respecto a la ley Orgánica de Salud de la Asamblea Nacional (2015):

**Artículo 1:** Establece la salud como un derecho fundamental, enfatizando la responsabilidad del Estado en garantizar servicios de salud, incluyendo aspectos relacionados con la nutrición y la alimentación adecuada.

**Artículo 3:** Define principios como universalidad y equidad, fundamentales en la promoción de una nutrición adecuada y acceso equitativo a servicios de salud nutricional.

**Artículo 9:** Trata sobre los determinantes de la salud, incluyendo la nutrición, destacando la importancia de una dieta equilibrada para el bienestar general.

**Artículo 14:** Se centra en la promoción de la salud y prevención de enfermedades, subrayando la nutrición como un aspecto clave para prevenir afecciones relacionadas con la alimentación.

**Artículo 22:** Aborda la atención integral en salud, incluyendo la nutrición como un componente esencial de la atención sanitaria.

**Artículo 23:** Garantiza los derechos de los pacientes en el sistema de salud, lo cual incluiría derechos relacionados con la nutrición y la alimentación saludable.

**Artículo 26:** Resalta la importancia de la participación comunitaria en la gestión de la salud, lo que podría incluir iniciativas de nutrición y educación alimentaria.

El Código de la Niñez y Adolescencia en Ecuador de la Asamblea Nacional (2017) establece una serie de artículos que están directamente relacionados con la salud, nutrición y bienestar de los niños y adolescentes. Estos artículos enfatizan la importancia de garantizar una adecuada alimentación y acceso a servicios de salud para el desarrollo integral de los menores. Algunos de los artículos relevantes son:

**Artículo 11:** Derecho a la Salud - Establece el derecho de los niños y adolescentes a la protección de la salud y a servicios de salud que sean necesarios, incluyendo la nutrición y el desarrollo físico y mental.

**Artículo 12:** Derecho a la Seguridad Social - Asegura el derecho de los menores a beneficiarse de la seguridad social, lo cual implica acceso a servicios de salud, incluyendo la nutrición.

**Artículo 13:** Derecho a un Nivel de Vida Adecuado - Garantiza el derecho de los niños y adolescentes a un nivel de vida que permita su desarrollo físico, mental, espiritual, moral y social, lo que implica el acceso a una alimentación adecuada y a condiciones de vida saludables.

**Artículo 14:** Derecho a la Alimentación - Específicamente se refiere al derecho de los menores a una alimentación balanceada que asegure su desarrollo óptimo.

**Artículo 15:** Derecho a No Ser Separados de los Padres - Excepto cuando las condiciones de vida, incluyendo la alimentación y la salud, puedan ser perjudiciales para el menor.

**Artículo 38:** Obligaciones de la Madre y el Padre - Incluye la responsabilidad de garantizar una nutrición adecuada y cuidados de salud para sus hijos.

**Artículo 44:** Protección Contra el Abuso y la Negligencia - Incluye la prevención del abuso que pueda resultar en problemas de nutrición y salud.

**Artículo 47:** Medidas de Protección - Incluye medidas específicas para garantizar la salud y la nutrición adecuada de los niños y adolescentes en situaciones de vulnerabilidad.

Estos artículos y secciones reflejan el compromiso del Estado ecuatoriano con el bienestar y desarrollo de los niños, enfatizando la importancia de garantizar el acceso a agua limpia y alimentos nutritivos, así como la provisión de una educación integral que incluya la enseñanza de buenos hábitos de alimentación y nutrición.

## CAPÍTULO II MARCO METODOLÓGICO

### **Enfoque y Diseño de la investigación**

Como parte de coherencia metodológica, el abordaje de la investigación se corresponde con el enfoque cuantitativo, un diseño de campo de nivel descriptivo; este enfoque está alineado con la corriente del pensamiento lógico deductivo y objetivista, en virtud que los datos que se obtuvieron de la aplicación de la encuesta permitieron respaldar el cumplimiento de los objetivos sobre la alimentación y nutrición como eje transversal para el desarrollo integral de los niños. Para Hernández y Mendoza (2018), lo cuantitativo “utiliza la recolección de datos para probar (...) con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin establecer pautas de comportamiento (...)” (p. 5).

Desde otra perspectiva, Arias, Holgado, Tafur y Vásquez (2021) describen que la metodología cuantitativa mide variables por medio de valores de carácter estadísticos e inferenciales. Por tanto, se dispuso de cifras que reflejen la tendencia de los aspectos valorados en el instrumento, garantizando así, un procedimiento estructurado, predictivo y generalizado, al cuantificar el fenómeno.

En efecto, este estudio cuantitativo hizo hincapié en los acontecimientos y hechos que rodean la realidad problemática desde una visión generalizada sobre los resultados, otorgándole mayor objetividad al basarse en datos estadísticos, minimizando las subjetividades. De modo que, se basa en el método deductivo como epicentro del paradigma positivista, cuya relación del sujeto-objeto tiene cualidades independientes.

Asimismo, el trabajo se abordó desde un diseño de campo, cuya premisa fundamental es ubicar datos de fuentes primarias directamente de la realidad. En el discurso de Romero, Real, Ordóñez, Gavino y Saldarriaga (2021), se sustenta en datos e información recopilados en encuestas, observaciones, notas *in situ*, etc., donde se

producen hechos de una realidad determinada para documentar el comportamiento que experimenta, en este caso particular en la Escuela General Básica “José Enrique Rodó”.

En ese sentido, los objetivos específicos estipularon identificar los ejes de alimentación y nutrición dentro del currículo por parte de los docentes, además de analizar el desarrollo integral que promueva aprendizajes para la vida de los estudiantes, lo que se llevó a cabo en la fase empírica de recolección de los datos con la aplicación del cuestionario, es decir, con el diseño de campo se documentaron y observaron los eventos en el contexto natural donde ocurrieron los hechos de la problemática, asegurando la actualización del conocimiento por medio de fuentes de índole primaria.

### **Tipo de investigación**

El tipo de investigación es descriptiva apoyada en una modalidad proyectiva, aquí los estudios descriptivos se enfocan en el meticuloso detalle de las características y comportamientos específicos relacionados con la nutrición y la alimentación en niños en edad escolar (Toscano, 2018). El objetivo primordial reside en la observación, registro y análisis de los hábitos alimenticios, preferencias y su repercusión en aspectos como el rendimiento escolar, desarrollo cognitivo, emocional y social (Pereyra, 2022).

Estos estudios implican, la recopilación pormenorizada de datos mediante la utilización de encuestas, cuestionarios y observaciones directas. Por ejemplo, se pueden recabar datos sobre los tipos de alimentos consumidos, la frecuencia de comidas saludables y las actitudes de los niños hacia diferentes categorías de alimentos. Por ende, proporciona una representación clara y precisa de la situación actual sin intervenir, ni modificar el entorno de estudio. Resulta esencial para identificar patrones, tendencias y áreas de posible intervención en el ámbito de la nutrición infantil.

En definitiva, el trabajo adopta la modalidad proyectiva, en virtud que presenta una propuesta de guía didáctica para la comunidad educativa en relación con la alimentación y nutrición para el desarrollo integral para los niños y niñas. Para Arias et al., (2021), el objetivo de las investigaciones proyectivas es diseñar una propuesta



para darle solución a una problemática previamente identificada y diagnosticada, lo que agrega valor desde el conocimiento como parte de las actividades del método científico.

### **Descripción de la muestra y el contexto de la investigación**

La presente investigación, titulada "La Alimentación y Nutrición como Eje Transversal para el Desarrollo Integral de los Niños de Quinto Año de Básica", se realizará en la Escuela de Educación Básica "José Enrique Rodó", ubicada en la provincia de Pichincha, cantón de Quito, en la parroquia de La Concepción. Esta institución, de sostenimiento fiscal y con jurisdicción hispana, se caracteriza por ofrecer educación regular en modalidad presencial, con jornada matutina y nivel educativo de Educación General Básica.

### **Imagen No.7 Ubicación de la Escuela de Educación Básica José Enrique Rodó**



**Fuente:**(GoogleMaps, 2023)

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváz E.

La muestra comprende 70 niños y niñas, de entre 9 y 10 años de edad, pertenecientes al quinto año de educación básica de la institución, así como 3 administrativos, 10 docentes y 55 padres de familia, totalizando 138 participantes. En el contexto de la alimentación y la nutrición, la selección de una muestra representativa

resulta crucial para obtener resultados significativos y aplicables a la población, lo que a su vez contribuirá a una mejor comprensión de la relación entre la alimentación y el desarrollo integral.

En este contexto, se ha utilizado el método de muestreo no probabilístico intencional o deliberado, donde cada individuo de la población tiene igual probabilidad de ser seleccionado para la muestra. Este tipo de muestreo implica una selección subjetiva o no aleatoria de los elementos de la población, como es el caso del muestreo por juicio, donde el investigador utiliza su criterio para seleccionar los elementos de la muestra, basándose en el conocimiento del grupo.

El diseño de la muestra asegura una representación adecuada y significativa de los diversos actores involucrados en la educación y nutrición infantil. Se emplearán cuestionarios como principales instrumentos de recolección de datos, dirigidos tanto a los estudiantes como al personal administrativo, docentes y padres de familia. El análisis de estos datos proporcionará información valiosa sobre las percepciones y prácticas relacionadas con la alimentación y la nutrición, y su impacto en el desarrollo integral de los niños en esta institución educativa.

### **Proceso de Recolección de datos**

La investigación titulada "La alimentación y nutrición como eje transversal para el desarrollo integral de los niños de quinto año de básica" en la Escuela de Educación Básica José Enrique Rodó, en la provincia de Pichincha, cantón de Quito, parroquia de La Concepción, se estructura en cuatro etapas fundamentales en su proceso de recolección y análisis de datos.

Inicialmente, el proceso comienza con el diseño y la prueba piloto de los cuestionarios. Se elaborarán dos tipos de cuestionarios, uno destinado a los estudiantes y otro para administrativos, docentes y padres de familia. Estos cuestionarios estarán compuestos por preguntas tanto cerradas en escala de Likert, con el fin de recabar información sobre las percepciones, conocimientos y prácticas en torno a la

alimentación y nutrición. Para asegurar la pertinencia y claridad de las preguntas, se realizará una prueba piloto con un grupo reducido de participantes de cada segmento.

En la segunda etapa, el investigador procederá a la aplicación directa de los cuestionarios. Los cuestionarios se administrarán en un entorno controlado, asegurando un ambiente cómodo y propicio para que los participantes puedan responder con sinceridad y reflexión.

La tercera etapa se centra en la validación de los instrumentos de recolección de datos. Utilizando el software estadístico SPSS, se calculará el Alpha de Cronbach para cada cuestionario. Este paso es crucial para confirmar la fiabilidad y consistencia interna de los instrumentos, lo cual es esencial para garantizar la calidad de los datos recogidos.

Finalmente, el cuarto y último paso es el análisis e interpretación de los datos recolectados. Una vez que los cuestionarios hayan sido completados y recopilados, los datos serán analizados con estadística descriptiva cuantitativamente. Este análisis permitirá identificar las percepciones relevantes de los grupos seleccionados, proporcionando una comprensión profunda del impacto de la alimentación y nutrición en el desarrollo integral de los niños. Este paso es fundamental para alcanzar los objetivos de la investigación, ofreciendo perspectivas y conclusiones basadas en evidencias concretas y rigurosas.

## **Instrumentos**

Los cuestionarios, como instrumentos de aplicación en la investigación, desempeñan un papel fundamental en la recopilación de datos y la obtención de información valiosa. En el contexto de esta investigación, se llevarán a cabo dos cuestionarios destinados a diferentes grupos de participantes. El primero de ellos se administrará a un grupo de 70 alumnos o niños de la institución educativa, mientras que el segundo se aplicará tanto a administrativos como a docentes y padres de familia. Cabe destacar que, dentro de esta muestra, se cuenta con 3 administrativos, 10 docentes

y 55 padres de familia. Estos números resultan del uso de la fórmula muestral adecuada para una población, garantizando así una representación significativa de los diferentes actores involucrados en el proceso educativo y la nutrición de los niños. La recopilación de datos a través de estos cuestionarios permitirá obtener una visión integral y diversificada de las percepciones y opiniones relacionadas con la alimentación y nutrición como elementos clave en el desarrollo integral de los niños en la institución educativa.

### **Validación de instrumento Cuestionario Alumnos**

El "Cuestionario para Niños de 9 a 10 Años sobre la Alimentación y Nutrición como eje transversal para el desarrollo integral en tu Vida Escolar" ha sido diseñado específicamente para recopilar las percepciones de los niños de quinto año de educación básica en relación con la alimentación y su influencia en distintos aspectos de su vida escolar. Este cuestionario consta de 12 afirmaciones que abordan temas clave, como la relación entre una alimentación saludable y el aprendizaje, la concentración en clase, la energía para el juego y el deporte, así como el bienestar emocional. Los niños deberán indicar su nivel de acuerdo utilizando una escala que va desde "No estoy de acuerdo para nada" hasta "Estoy totalmente de acuerdo". La finalidad de este cuestionario es comprender cómo los niños perciben la importancia de una alimentación equilibrada en su desarrollo integral en el entorno escolar, incluyendo su relación con los amigos y su actitud hacia las actividades relacionadas con la nutrición. El detalle de este cuestionario se lo puede observar en el Anexo III de la presente investigación.

### ***Confiabilidad del instrumento Alpha de Cronbach Cuestionario alumnos***

### **Tabla No.14 Resultados Cronbach para encuesta alumnos**

### Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
.790	.809	12

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

El análisis de fiabilidad del cuestionario aplicado a los alumnos arrojó un Coeficiente Alpha de Cronbach de 0.790, con una mejora aún mayor al utilizar el Coeficiente Alpha de Cronbach basado en elementos estandarizados, que registró un valor de 0.809. Estos resultados indican una sólida consistencia interna en el cuestionario, que consta de 12 elementos.

En conjunto, estos hallazgos señalan que el cuestionario es una herramienta confiable para evaluar la percepción de los alumnos en relación con la alimentación y la nutrición en el desarrollo integral, proporcionando una base sólida para la investigación en curso.

### Validación de instrumento Cuestionario Adultos

El "Cuestionario sobre la Alimentación y Nutrición como eje transversal en el Desarrollo Integral de los Niños de Quinto Año de Básica" se ha diseñado para recopilar las percepciones de docentes, autoridades educativas y padres de familia en relación con la alimentación y su influencia en diferentes dimensiones del desarrollo integral de los niños de quinto año de educación básica. Este cuestionario consta de 15 afirmaciones que abordan temas cruciales, como la importancia de una alimentación equilibrada en el desarrollo físico, cognitivo, emocional y social de los niños, así como la implementación de programas de alimentación saludable en la escuela y la colaboración entre los diversos actores educativos.

Los participantes deberán indicar su nivel de acuerdo utilizando una escala que va desde "No estoy de acuerdo para nada" hasta "Estoy totalmente de acuerdo". El propósito de este cuestionario es comprender cómo los adultos perciben la relevancia

de la alimentación y la nutrición en el desarrollo integral de los niños en el contexto escolar, así como su participación y compromiso en estas áreas. El detalle de este cuestionario se lo puede observar en el Anexo II de la presente investigación.

***Confiabilidad del instrumento Alfa de Cronbach Cuestionario Adultos***

**Tabla No.15 Resultados Cronbach para encuesta adultos**

<b>Estadísticas de fiabilidad</b>		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
.801	.819	15

Estos resultados también indican que el cuestionario dirigido a adultos muestra una buena consistencia interna. El Coeficiente Alfa de Cronbach de 0.801 y el coeficiente basado en elementos estandarizados de 0.819 sugieren que las preguntas en el cuestionario están relacionadas entre sí y miden de manera confiable la percepción de los adultos en relación con la alimentación y la nutrición en el desarrollo integral. Esto fortalece la confiabilidad de los datos recopilados a través del cuestionario aplicado a administrativos, docentes y padres de familia, respaldando así la validez de las conclusiones que se puedan obtener en el contexto de la investigación.

**Análisis de los Resultados**

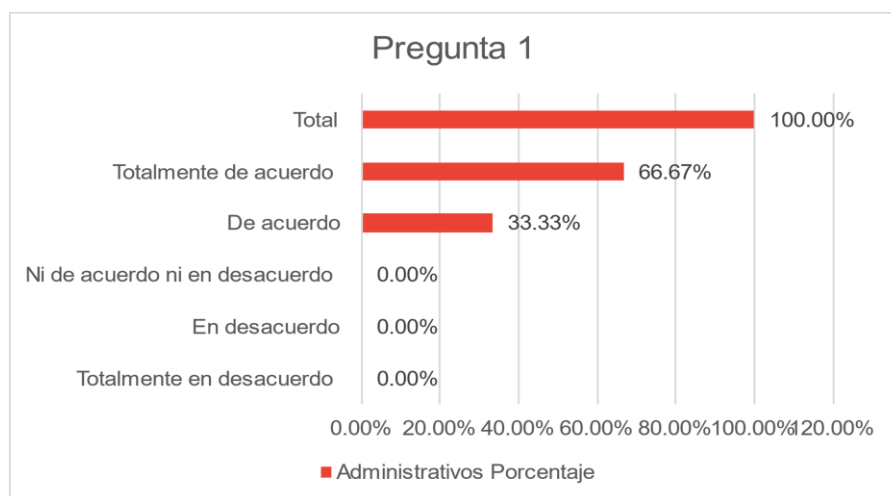
**Análisis de la encuesta administrativos**

***Pregunta 1. ¿Considera que una alimentación equilibrada es crucial para el desarrollo físico de los niños?***

**Tabla No.16 Pregunta 1 encuesta administrativos**

Opciones	Administrativos Frecuencia	Administrativos Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	0	0.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0.00%
De acuerdo	1	33.33%
Totalmente de acuerdo	2	66.67%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 8 Pregunta 1 encuesta administrativos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 16 y gráfico 8, la tendencia de las respuestas del personal administrativo encuestado, evidencia que están totalmente de acuerdo y de acuerdo, respectivamente, que una alimentación equilibrada es crucial para el desarrollo físico de los niños, es decir, el tipo de ingesta que consume durante el quehacer cotidiano diario es un componente clave para asegurar el desarrollo de las capacidades en función a la pirámide alimenticia descrita por Cevallos et al., (2021), lo que está vinculado además, con los planteamientos realizados en la investigación de Luna et al. (2018), quienes revelaron que, el estado nutricional es un factor estratégico en el transitar para

el neurodesarrollo de los infantes, dirigido hacia el fortalecimiento de las capacidades y potencialidades neuronales para garantizar el crecimiento equilibrado.

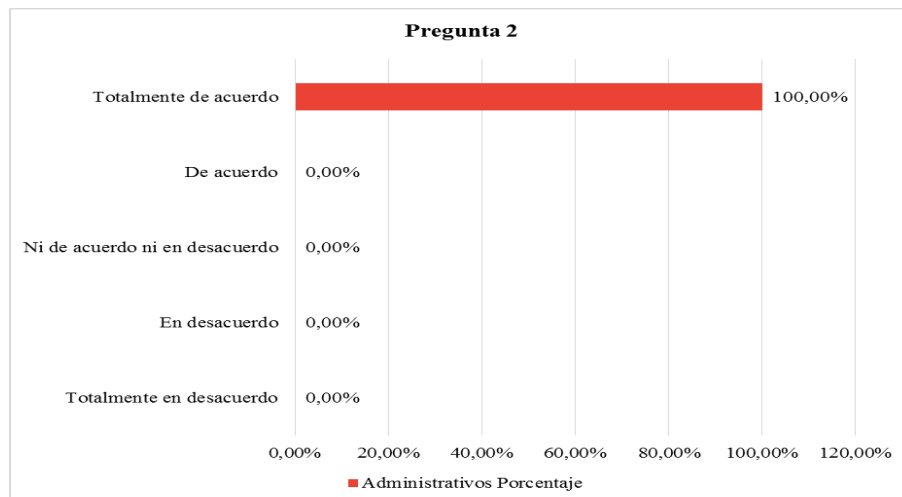
Por ende, en la medida que dispongan de una dieta balanceada en esa misma medida, se mejorarán los niveles de desempeño que activan los esquemas mentales, procesos cognitivos y psíquicos, a los fines de dinamizar la adquisición de competencias, habilidades y destrezas esenciales para la adaptación de los niños y niñas en múltiples contextos educativos.

**Pregunta 2. ¿Cree que los nutrientes como vitaminas y minerales afectan directamente el rendimiento académico?**

**Tabla No. 17 Pregunta 2 encuesta administrativos**

Opciones	Administrativos Frecuencia	Administrativos Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	0	0.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0.00%
De acuerdo	0	0.00%
Totalmente de acuerdo	3	100.00%
<b>Total</b>	3	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 9 Pregunta 2 encuesta administrativos**



**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 17 y gráfico 9, los resultados muestran una tendencia positiva en lo concerniente con que los nutrientes como las vitaminas y minerales afectan directamente el rendimiento académico, es decir, el consumo de alimentos enriquecidos juega un rol significativo en la aportación energética de los niños y niñas que va a repercutir en los niveles de desempeño escolar en términos cuantitativo (calificaciones) y cualitativo. Tales hallazgos, están entrelazados con los estudios de Bajaan et al., (2020), destacan la relevancia de una apropiada dieta alimenticia en los infantes que repercute directamente en el rendimiento escolar, y por ende, en el comportamiento que tiene en el escenario del proceso de enseñanza y aprendizaje.

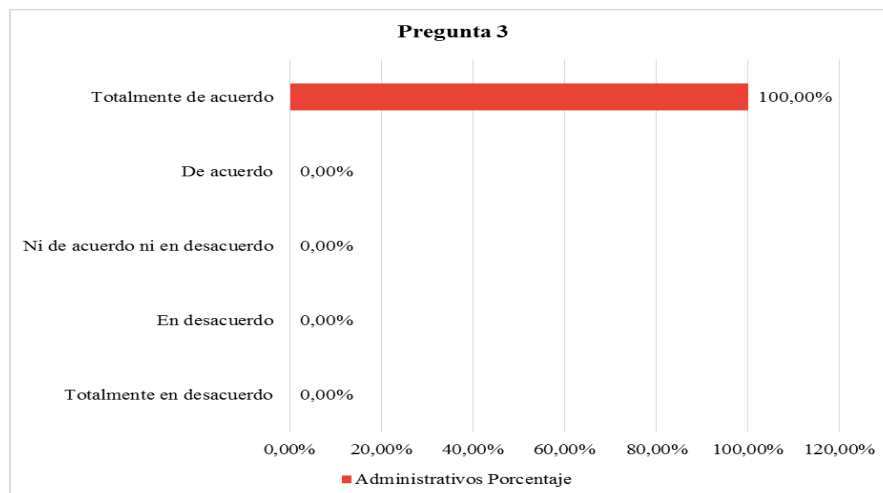
Entonces, el equipo de colaboradores en posiciones administrativas respalda la tesis en la influencia positiva que tienen los nutrientes, como vitaminas y minerales, en los resultados de carácter académico de los niños y niñas, que se ven plasmados en el rendimiento académico, aspecto que constituye el motor de las condiciones físicas para impulsar los esquemas mentales y procesos cognitivos durante el proceso de enseñanza y aprendizaje.

***Pregunta 3. ¿Opina que la educación nutricional debería ser una parte esencial del currículo escolar?***

**Tabla No. 18 Pregunta 3 encuesta administrativos**

<b>Opciones</b>	<b>Administrativos Frecuencia</b>	<b>Administrativos Porcentaje</b>
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	0	0.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0.00%
De acuerdo	0	0.00%
Totalmente de acuerdo	3	100.00%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 10 Pregunta 3 encuesta administrativos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 18 y gráfico 10, se visualiza una tendencia muy positiva desde las percepciones de los sujetos encuestados al señalar que están a favor que la educación nutricional debería ser una parte esencial del currículo escolar, más allá de la práctica de incluir en los centros de formación educativa comedores para asegurar el consumo de comidas para los estudiantes, debe conjugarse además, con agregar en la estructura curricular de los diferentes niveles de estudios de educación primaria, básica y bachillerato, asignaturas para que los alumnos adquieran conocimientos fundamentales de educación nutricional, contribuyendo así, en conocer los tipos de alimentación y nutrientes que son básicos para el desarrollo de capacidades físicas y cognitivas. Resultados alineados con las investigaciones de Pinto & Balderas (2022), donde la educación nutricional en espacios escolares constituye un componente medular para el fomento de hábitos alimenticios saludables, focalizados en prevenir riesgos de problemas de nutrición.

Adicionalmente, la educación nutricional está íntimamente ligada con la pirámide alimenticia abordada por Silva (2020), que coadyuvará en la mejora de los

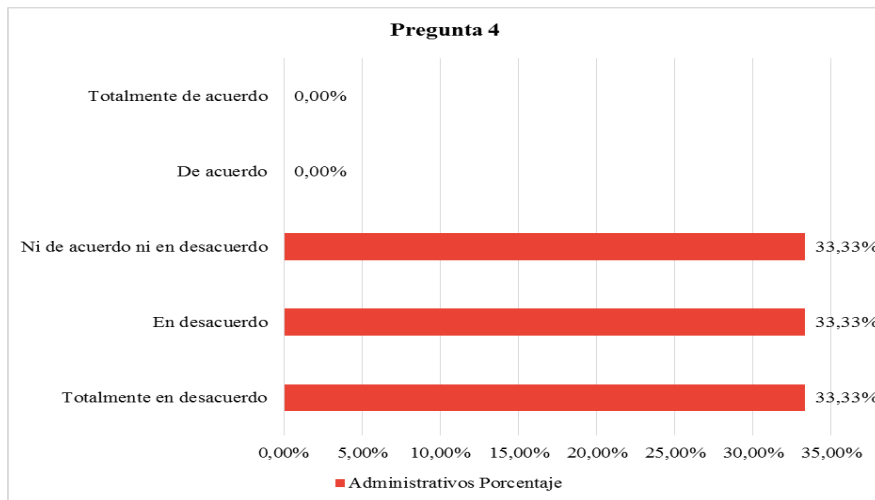
conocimientos de los estudiantes sobre los tipos de alimentos necesarios que garanticen un desarrollo integral e íntegro físico y mental.

**Pregunta 4. ¿La escuela implementa programas de alimentación saludable para los estudiantes?**

**Tabla No.19 Pregunta 4 encuesta administrativos**

Opciones	Administrativos Frecuencia	Administrativos Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	1	33.33%
En desacuerdo	1	33.33%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	33.33%
De acuerdo	0	0.00%
Totalmente de acuerdo	0	0.00%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 11 Pregunta 4 encuesta administrativos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

**Interpretación**

En la tabla 19 y gráfico 11, los datos indican con una tendencia no favorable en las respuestas de los sujetos encuestados, al manifestar que en la escuela no se presentan evidencias en la implementación de programas de alimentación saludable

para los estudiantes, lo que constituye a todas luces debilidades significativas en el marco del desarrollo íntegro e integral de los niños y niñas para contribuir al fortalecimiento de las capacidades físicas y mentales durante el proceso de enseñanza y aprendizaje. Aquí, las investigaciones realizadas por Pinto & Balderas (2022) en el contexto de las estrategias pedagógicas para la educación nutricional, incluye los programas de alimentación escolar como un eje medular en el diseño e implementación de dietas equilibradas a los estudiantes, lo que además representa una herramienta para transmitir conocimientos en esta área de la vida.

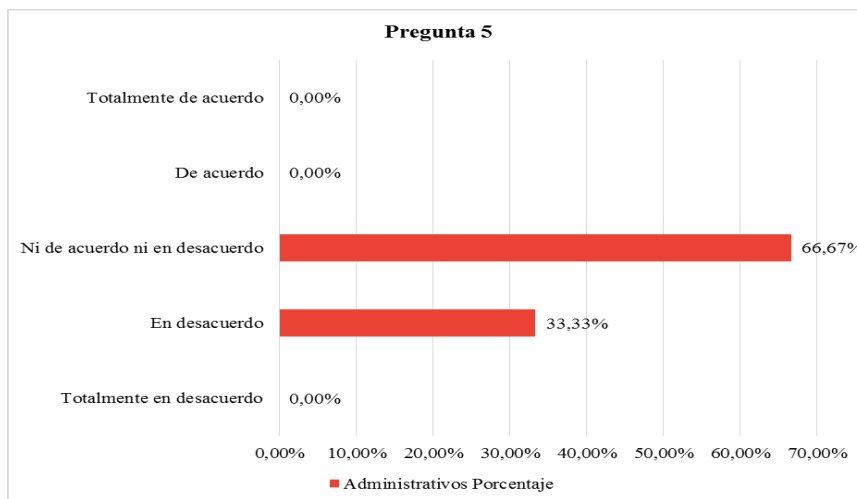
Conviene agregar, que desde finales de la década de los 80 del siglo pasado, en el Ecuador, se implementó como política gubernamental, el Programa de Alimentación Escolar para proveer de raciones alimenticia a los niños y niñas (Ministerio de Educación, 2023b), de tal manera que, se trata de una debilidad que la institución no cuente con programas nutricionales saludables para el conjunto de los alumnos.

***Pregunta 5. ¿Los docentes incorporan temas de nutrición en sus clases?***

**Tabla No.20 Pregunta 5 encuesta administrativos**

Opciones	Administrativos Frecuencia	Administrativos Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	1	33.33%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	66.67%
De acuerdo	0	0.00%
Totalmente de acuerdo	0	0.00%
<b>Total</b>	3	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narvárez E.



**Gráfico No. 12 Pregunta 5 encuesta administrativos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

### *Interpretación*

En la tabla 20 y gráfico 12, la tendencia de la evidencia empírica no proporciona información clara sobre la existencia por parte de los colaboradores administrativos sobre la incorporación de temas de nutrición en las clases, aspecto que es acorde al no disponer de los contenidos en la estructura del diseño curricular y planes de estudios que son los instrumentos de la planificación y programación instruccional que aplican los profesores para preparar las clases que van a impartir, de allí que, el personal administrativo no tenga certeza al respecto.

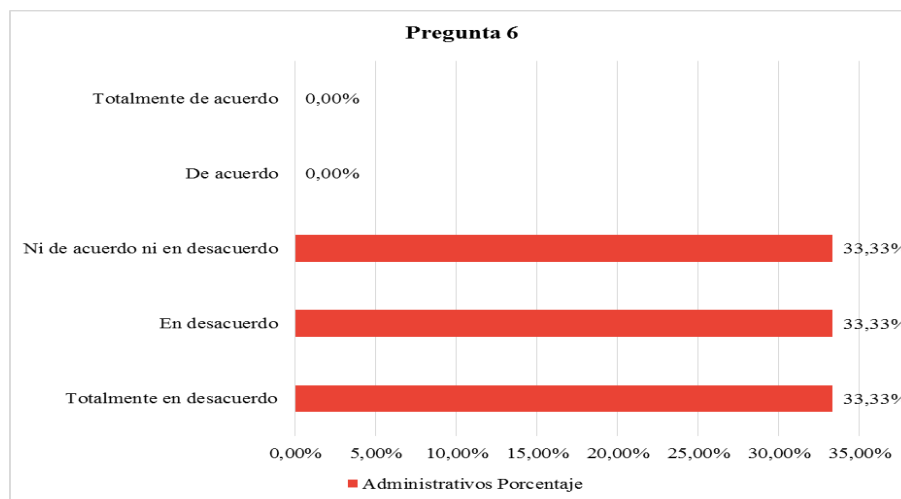
No obstante, ha manifestado el Ministerio de Educación (2023), que por medio de los contenidos de la estructura del currículo busca integrar la alimentación y la nutrición como ejes transversales, haciendo hincapié en áreas como ciencias, salud y bienestar, lo que revela discrepancia entre el plan de estudios y el accionar pedagógico en las aulas, aspecto que requiere atenderse.

**Pregunta 6. ¿Los padres están involucrados en las iniciativas de alimentación escolar?**

**Tabla No.21 Pregunta 6 encuesta administrativos**

Opciones	Administrativos Frecuencia	Administrativos Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	1	33.33%
En desacuerdo	1	33.33%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	33.33%
De acuerdo	0	0.00%
Totalmente de acuerdo	0	0.00%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 13 Pregunta 6 encuesta administrativos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

**Interpretación**

En la tabla 21 y gráfico 13, la tendencia empírica demuestra que el personal administrativo encuestado, los padres no están involucrados en las iniciativas de alimentación escolar, situación que se concibe como una debilidad enmarcada en el proceso de participación que deben tener los padres, madres y representantes legales de los estudiantes dentro de la comunidad educativa como corresponsables y

copartícipes de la formación, tal como han referido Yepes & Cánovas (2013), la participación es primordial para el desarrollo y el éxito de los estudiantes, donde el apoyo de los padres en el seno del hogar no solo se limitan a contribuir en el desarrollo de las actividades académicas (tareas), también deben promover hábitos saludables de alimentación.

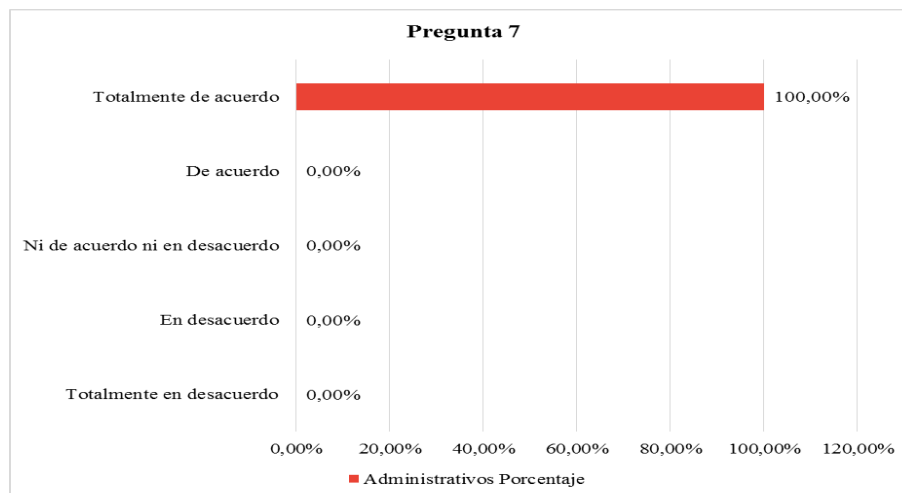
Asimismo, la participación es obligatoria en todas las fases de los padres para con los hijos, la cual está normada en el Código de la Niñez y Adolescencia del Ecuador (2017), específicamente en lo señalado en el artículo 38, que responsabiliza a ambos progenitores de asegurar una nutrición apropiada en el contexto del bienestar y salud para los hijos, de allí que deben involucrarse.

***Pregunta 7. ¿Piensa que una buena nutrición mejora la concentración y atención de los niños en clase?***

**Tabla No. 22 Pregunta 7 encuesta administrativos**

Opciones	Administrativos Frecuencia	Administrativos Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	0	0.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0.00%
De acuerdo	0	0.00%
Totalmente de acuerdo	3	100.00%
<b>Total</b>	3	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 14 Pregunta 7 encuesta administrativos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 22 y gráfico 14, la tendencia empírica es contundente al revelar que la mayoría de los sujetos encuestados están a favor que una buena nutrición mejora la concentración y atención de los niños en clase, aspecto respaldado en múltiples investigaciones de carácter científico, lo que repercute en el desarrollo físico y cognitivo de los estudiantes, demostrado en el rendimiento escolar en términos cualitativo (desempeño) y cuantitativo (calificaciones). Todo ello está vinculado con los estudios de Josa et al., (2022), donde la nutrición y alimentación representan dos componentes primordiales para las actividades en el desarrollo humano de los niños, básicamente cuando se encuentran en espacios educativos.

Además, las investigaciones de Luna et al. (2018), enfatiza en la relación directa entre nutrición y neurodesarrollo en los primeros años de la infancia, de modo que el estado nutricional de los niños mejora las capacidades y potencialidades cognitivas en la adquisición de habilidades. En efecto, el impacto positivo de una buena nutrición en la concentración y atención de los niños en el entorno escolar se verá plasmado en el rendimiento académico.

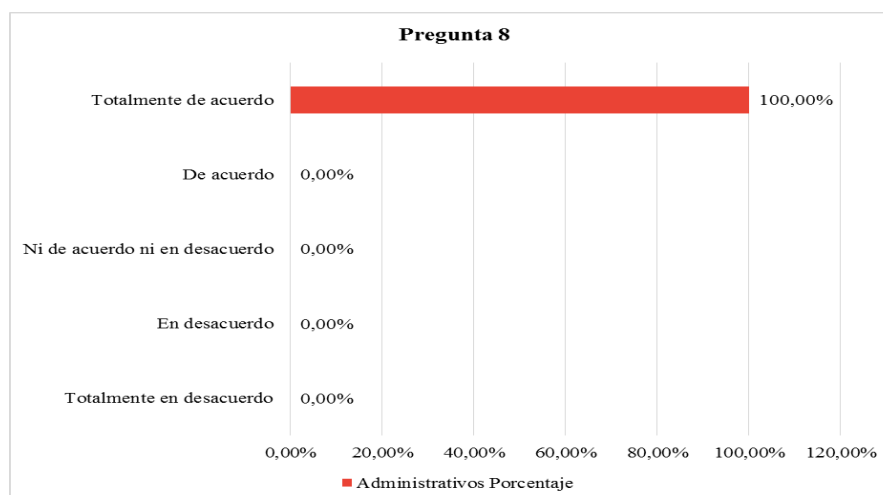


**Pregunta 8. ¿Los niños que desayunan adecuadamente tienen un mejor rendimiento académico?**

**Tabla No.23 Pregunta 8 encuesta administrativos**

Opciones	Administrativos Frecuencia	Administrativos Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	0	0.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0.00%
De acuerdo	0	0.00%
Totalmente de acuerdo	3	100.00%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 15 Pregunta 8 encuesta administrativos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

**Interpretación**

En la tabla 23 y gráfico 15, la tendencia empírica es categórica al expresar de la mayoría de los sujetos encuestados están totalmente de acuerdo que los niños que desayunan adecuadamente tienen un mejor rendimiento académico, naturalmente el consumo de alimentos balanceados y nutritivo está comprobado que mejora las capacidades físicas y mentales en el contexto de las actividades educativas, así lo ha documentado Chillogalli et al., (2021), quienes demostraron la relación entre la

alimentación y el rendimiento académico como parte del funcionamiento apropiado cognoscitivo de los estudiantes, con énfasis en las capacidades de concentración que se desprenden de los procesos cognitivos y esquemas mentales para la asimilación de conocimientos y aprendizajes.

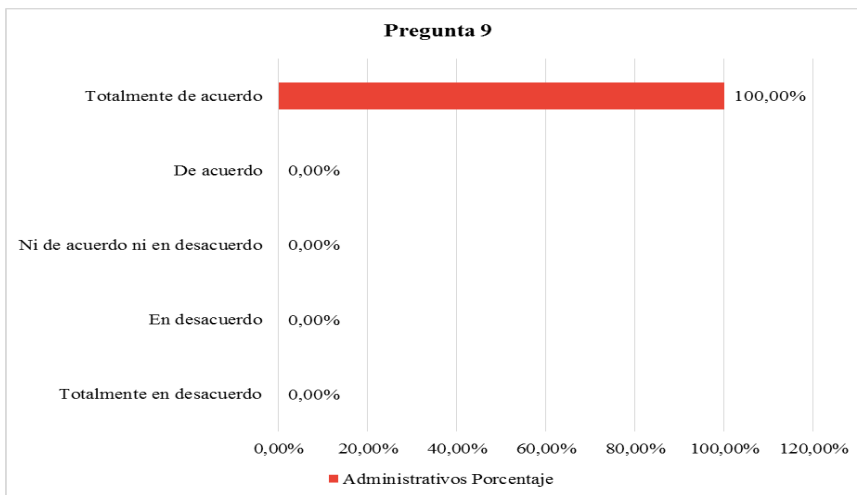
Por ende, aquí el programa de alimentación escolar que implementó desde finales del siglo pasado, las autoridades en materia educativa del Ecuador, manejan las investigaciones científicas sobre la importancia del desayuno en el rendimiento académico de los estudiantes, donde la alimentación matutina es considerada crucial para la mejora sustancial en las actividades y el desempeño propiamente.

**Pregunta 9. ¿La falta de nutrientes esenciales podría afectar negativamente la memoria y el aprendizaje de los niños?**

**Tabla No.24 Pregunta 9 encuesta administrativos**

Opciones	Administrativos Frecuencia	Administrativos Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	0	0.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0.00%
De acuerdo	0	0.00%
Totalmente de acuerdo	3	100.00%
<b>Total</b>	3	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



### Gráfico No.16 Pregunta 9 encuesta administrativos

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

#### *Interpretación*

En la tabla 24 y gráfico 16, la tendencia empírica es sólida por parte de la mayoría de los sujetos encuestados, quienes están totalmente de acuerdo que la falta de nutrientes esenciales sí podría afectar negativamente la memoria y el aprendizaje de los niños, donde la nutrición e ingesta de nutrientes claves desempeñan un papel decisivo en el funcionamiento cognitivo y el aprendizaje. Aspecto acorde con los resultados de las investigaciones de Lazo et al., (2020), al revelar que las dietas inadecuadas que no contienen suficientes alimentos enriquecidos con nutrientes lo que repercute de manera negativa en el desarrollo físico e intelectual de los niños, es decir, en las capacidades y procesos cognitivos como la memoria, atención, pensamiento, entre otros.

Es oportuno resaltar, que los informes de entidades de alcance multilateral global como la Unicef (2020), que han documentado el comportamiento de la falta de nutrientes en los niños y niñas como una amenaza latente para el bienestar físico y mental, que influye en el desarrollo de los aprendizajes. En consecuencia, la importancia de la nutrición en el desarrollo cognitivo es un aspecto fundamental que debe ser abordado dentro de los centros educativos.

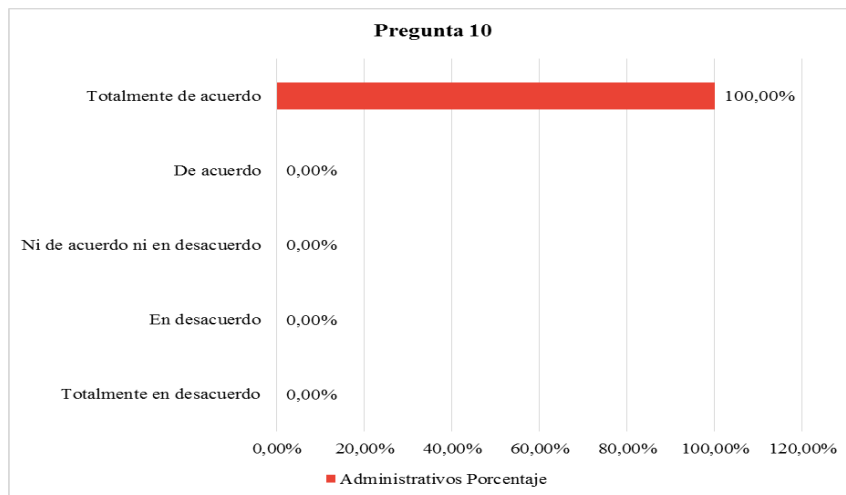
***Pregunta 10. ¿Cree que una alimentación equilibrada contribuye a un mejor estado de ánimo en los niños?***

**Tabla No.25 Pregunta 10 encuesta administrativos**

Opciones	Administrativos Frecuencia	Administrativos Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	0	0.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0.00%
De acuerdo	0	0.00%
Totalmente de acuerdo	3	100.00%

<b>Total</b>	3	100.00%
--------------	---	---------

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 17 Pregunta 10 encuesta administrativos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

### *Interpretación*

En la tabla 25 y gráfico 17, la tendencia es sólida por parte de la mayoría de los sujetos encuestados, quienes están totalmente de acuerdo que una alimentación equilibrada contribuye a un mejor estado de ánimo en los niños, tal como ha referido las investigaciones de Vázquez et al., (2019), en el cual un proceso nutritivo equilibrado y saludable va a repercutir positivamente en la mejora del estado de ánimo, impulsando también, el dinamismo en las capacidades mentales para el desarrollo de actividades (tareas). Asimismo, sostiene Elías et al., (2021), que la alimentación afecta la cognición y el estado de ánimo general, entendiendo que es un sistema interconectado e integrado físico y mental.

Esta tendencia unánime respalda que la dieta equilibrada tiene un impacto positivo en el estado emocional y el bienestar de los niños, donde una alimentación adecuada no solo influye en la salud física, sino también en el estado de ánimo y la

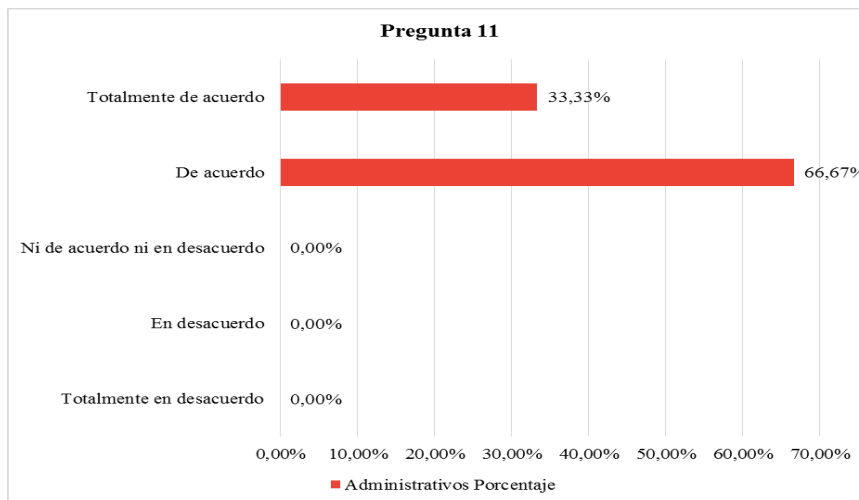
salud mental de los estudiantes como factor determinante en los resultados del rendimiento escolar.

**Pregunta 11. ¿Compartir comidas en la escuela fomenta la socialización entre los estudiantes?**

**Tabla No.26 Pregunta 11 encuesta administrativos**

Opciones	Administrativos Frecuencia	Administrativos Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	0	0.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0.00%
De acuerdo	2	66.67%
Totalmente de acuerdo	1	33.33%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 18 Pregunta 11 encuesta administrativos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

**Interpretación**

En la tabla 26 y gráfico 18, la tendencia revela una posición favorable en la mayoría de los encuestados que están de acuerdo y totalmente de acuerdo,

respectivamente, que compartir comidas en la escuela fomenta la socialización entre los estudiantes, se trata de una actividad natural del ser humano, la de crear lazos en los diferentes espacios donde converge, interactuando e intercambiando con sus pares como parte de la esencia humana, así lo recogen los estudios sobre el desarrollo psicológico del niño de Coq & Gerardin (2020), la socialización es un proceso significativo para adquirir, asimilar y aprender comportamientos que son comunes dentro de la sociedad, y compartir alimentos al momento de las horas de comidas no es la excepción a la regla, crea vínculos para la participación en grupo y desarrollo social.

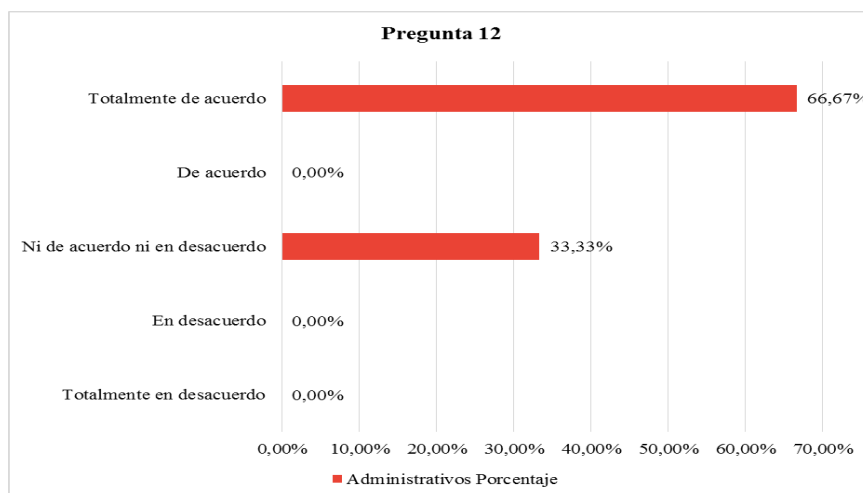
En efecto, es positivo que los estudiantes con los grupos que han creado dentro de la comunidad educativa realicen intercambios de alimentos como una oportunidad para promover la interacción y la socialización entre los compañeros de clase, centradas en las interacciones sociales en el entorno escolar y su relación con la alimentación.

***Pregunta 12. ¿Los niños con una dieta equilibrada muestran mayor autoestima y confianza?***

**Tabla No. 27 Pregunta 12 encuesta administrativos**

Opciones	Administrativos Frecuencia	Administrativos Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	0	0.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	33.33%
De acuerdo	0	0.00%
Totalmente de acuerdo	2	66.67%
<b>Total</b>	3	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narvárez E.



**Gráfico No. 19 Pregunta 12 encuesta administrativos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 27 y gráfico 19, la tendencia en la mayoría de la selección de respuesta de los encuestados revela estar totalmente de acuerdo que, los niños con una dieta equilibrada muestran mayor autoestima y confianza, pues al contar con un estado nutricional balanceado, las capacidades físicas y cognitivas que se desprenden de los procesos mentales, elevan la valoración positiva que tiene el estudiante de sí mismo frente a sus compañeros, lo que origina fortaleza en términos de seguridad para socializar y realizar las actividades escolares. Esto tiene el respaldo en las investigaciones de Bajaña et al., (2020) sobre el desarrollo físico y rendimiento escolar, que una nutrición óptima vigoriza la autoestima, es decir, reduce los problemas asociados con la valoración de sí mismo como estudiante, limitando la participación en las actividades escolares.

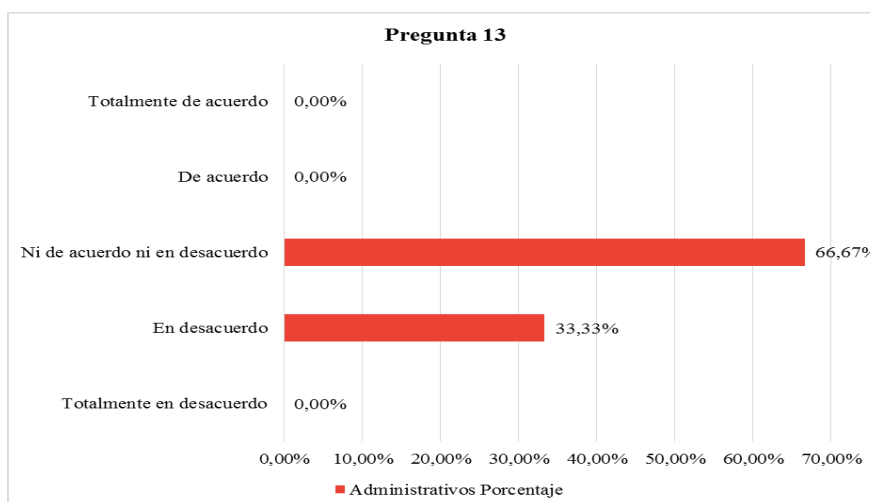
Por ende, una dieta equilibrada está relacionada positivamente con la autoestima y confianza de los niños y niñas, avalando el vínculo entre la alimentación y el bienestar emocional en el entorno escolar, ratificando la importancia de la nutrición en el desarrollo integral.

**Pregunta 13. ¿Reciben los padres de familia suficiente información sobre la importancia de la nutrición en el desarrollo integral?**

**Tabla No. 28 Pregunta 13 encuesta administrativos**

Opciones	Administrativos Frecuencia	Administrativos Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	1	33.33%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	66.67%
De acuerdo	0	0.00%
Totalmente de acuerdo	0	0.00%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 20 Pregunta 13 encuesta administrativos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

**Interpretación**

En la tabla 28 y gráfico 20, la tendencia no está clara, es decir, no es positiva y asume una cualidad neutral de los sujetos encuestados, al expresar, estar ni de acuerdo, ni en desacuerdo que los padres de familia reciban suficiente información sobre la importancia de la nutrición en el desarrollo integral, situación ambigua de los resultados en el personal administrativo. No están convencidos que los padres se le



trasmite conocimientos al respecto. De allí lo que señaló Yepes & Cánovas (2013) sobre lo significativo del proceso de participación de los padres en la comunidad educativa, que no se limite exclusivamente a las actividades de resultados cuantitativos (calificaciones) de los hijos, tiene que ir más allá en lo inherente al desarrollo íntegro e integral que abarca la alimentación equilibrada para fortalecer capacidades físicas y mentales.

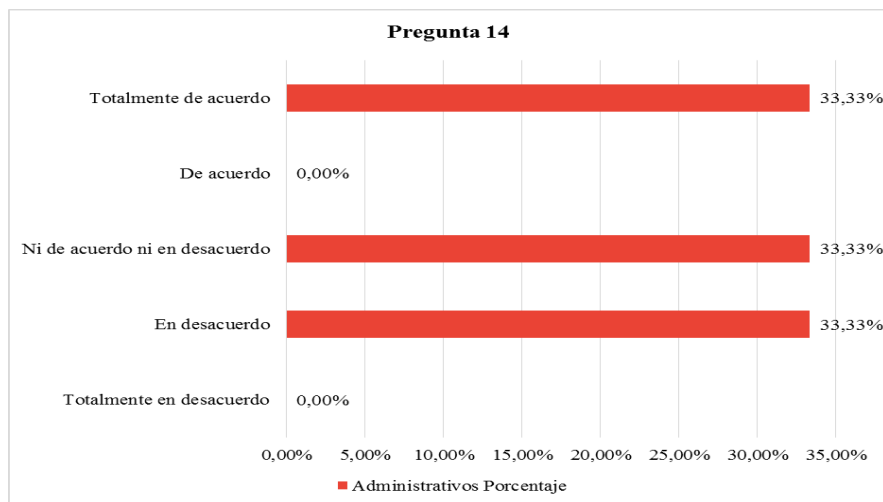
En la medida que los padres conozcan las bondades de la nutrición en los procesos de enseñanza, formación y aprendizaje de los hijos, en esa medida tendrán una participación más activa, lo que se puede mejorar con un flujo de comunicación y colaboración más dinámico entre el docente, la escuela y los padres sobre la educación nutricional.

***Pregunta 14. ¿Las autoridades educativas priorizan la alimentación y nutrición en sus políticas y programas?***

**Tabla No.29 Pregunta 14 encuesta administrativos**

<b>Opciones</b>	<b>Administrativos Frecuencia</b>	<b>Administrativos Porcentaje</b>
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	1	33.33%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	33.33%
De acuerdo	0	0.00%
Totalmente de acuerdo	1	33.33%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 21 Pregunt 14 encuesta administrativos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 29 y gráfico 21, la tendencia es dispersa en la selección de las opciones de los sujetos encuestados, donde no se tiene certeza si las autoridades educativas priorizan la alimentación y nutrición en sus políticas y programas, lo que permite inferir debilidades en el manejo de la información del personal en funciones administrativas sobre aspectos que son afines con la filosofía de gestión institucional. La literatura garantiza que se lleven adelante en los espacios escolares estrategias pedagógicas relacionadas con la educación nutricional para impulsar hábitos saludables de alimentación en los estudiantes, lo que desarrollará los componentes físicos, cognitivos y de conocimientos, promoviéndose desde las autoridades con programas dentro de la comunidad (Pinto & Balderas, 2022).

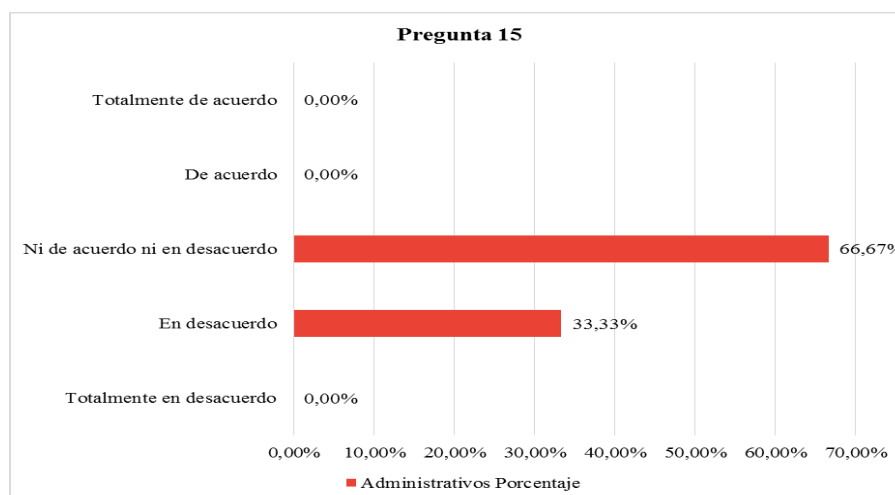
Se trata de que los colaboradores en posiciones directivas, de coordinación y supervisión con capacidad de tomar decisiones, diseñen políticas y programas basadas en estrategias pedagógicas innovadoras que motiven a los estudiantes para involucrarse en la formación y aprendizaje desde lo nutricional.

**Pregunta 15. ¿Existe una colaboración efectiva entre docentes, padres y autoridades para mejorar la nutrición de los niños?**

**Tabla No.30 Pregunta 15 encuesta administrativos**

Opciones	Administrativos Frecuencia	Administrativos Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	1	33.33%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	66.67%
De acuerdo	0	0.00%
Totalmente de acuerdo	0	0.00%
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 22 Pregunta 15 encuesta administrativos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 30 y gráfico 22, la tendencia de la mayoría de los encuestados revela una posición, ni de acuerdo, ni en desacuerdo sobre la existencia de una colaboración efectiva entre docentes, padres y autoridades para mejorar la nutrición de los niños, más allá de que unos aseguran que no se presenta tales relaciones. En todo caso, es oportuno traer a colación los planteamientos de Rego et al., (2022), en el contexto de

la participación de todos los actores involucrados en la comunidad educativa para el beneficio de los estudiantes, que en la medida que se produzca el principio de colaboración en padres, docentes y autoridades, en esa misma medida se mejorarán los hábitos alimenticios y, por ende, el desempeño académico.

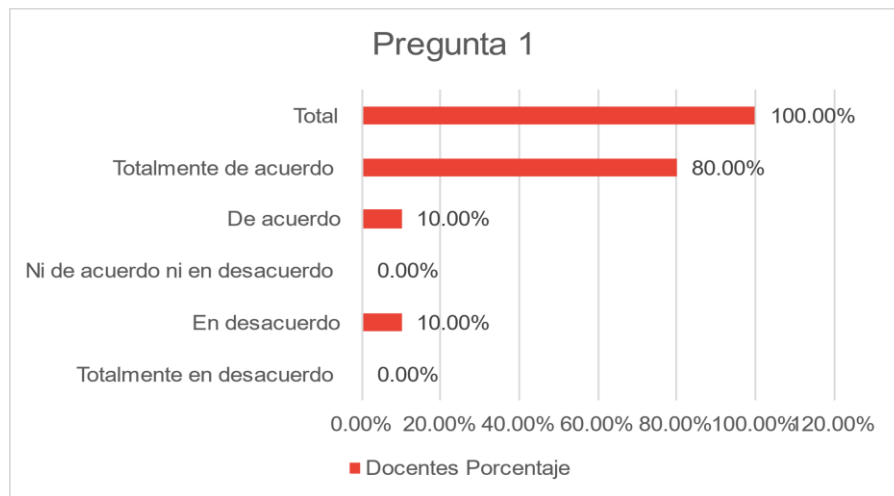
### Análisis encuesta a docentes

**Pregunta 1. ¿Considera que una alimentación equilibrada es crucial para el desarrollo físico de los niños?**

**Tabla No.31 Pregunta 1 encuesta docentes**

Opciones	Docentes Frecuencia	Docentes Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	1	10.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0.00%
De acuerdo	1	10.00%
Totalmente de acuerdo	8	80.00%
<b>Total</b>	10	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 23 Pregunta 1 encuesta docentes**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

### ***Interpretación***

En la tabla 31 y gráfico 23, la tendencia de la mayoría de los encuestados docentes es favorable al manifestar efectivamente que, una alimentación equilibrada es crucial para el desarrollo físico de los niños, es decir, cuando un estudiante tiene un consumo de ingesta de nutrientes balanceados en el seno del hogar esto va a optimizar las capacidades físicas y mentales dentro de las actividades escolares asociadas con las tareas. Así lo ha documentado los trabajos de Luna et al. (2018) y Cevallos et al., (2021), otorgándole la importancia debida al estado nutricional de los niños como un eje medular para el neurodesarrollo como garantía de un crecimiento equilibrado, lo que fortalece las capacidades, habilidades físicas y cognoscitivas.

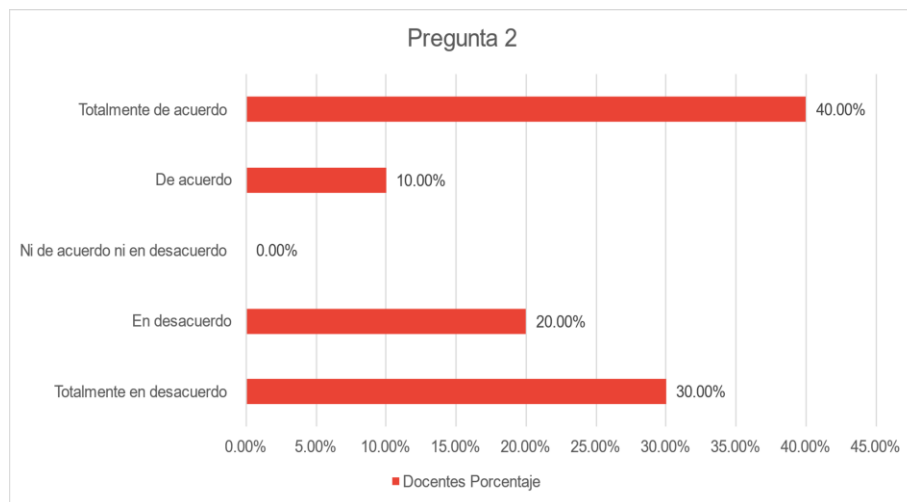
El equipo de docentes como facilitador y orientador del proceso de enseñanza y aprendizaje conoce la relevancia que reviste la alimentación equilibrada para los niños y niñas, y la influencia que esta ejerce en el desarrollo de capacidades físicas y mentales que son cruciales para las actividades pedagógicas que ejecuta en las aulas de clases y en el hogar. Este alto grado de consenso sugiere una fuerte conciencia y comprensión por parte de los docentes por los conocimientos científicos y experiencias cultivadas.

***Pregunta 2. ¿Cree que los nutrientes como vitaminas y minerales afectan directamente el rendimiento académico?***

**Tabla No.32 Pregunta 2 encuesta docentes**

<b>Opciones</b>	<b>Docentes Frecuencia</b>	<b>Docentes Porcentaje</b>
Totalmente en desacuerdo	3	30.00%
En desacuerdo	2	20.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0.00%
De acuerdo	1	10.00%
Totalmente de acuerdo	4	40.00%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 24 Pregunta 2 encuesta docentes**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 32 y gráfico 24, la tendencia de los encuestados docentes está dividida con respecto a que los nutrientes como las vitaminas y minerales afectan directamente el rendimiento académico. Para un grupo de profesores están totalmente de acuerdo y de acuerdo respectivamente, que sí afectan en el desempeño de las actividades escolares de los estudiantes, mientras que la mitad de ellos aseguran todo lo contrario, son posiciones divergentes válidas. No obstante, la literatura respalda a aquellos docentes cuyas respuestas indican que, si afectan según Bajaña et al., (2020), los niños que disponen de una adecuada nutrición saludable y equilibrada tendrán un mejor rendimiento académico.

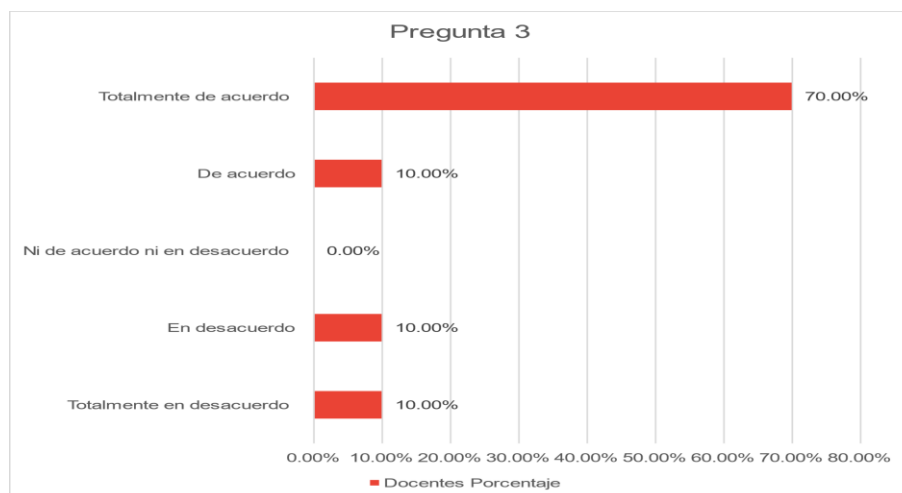
De tal manera que, aquellos niños y niñas que no consuman vitaminas y nutrientes enriquecidos regularmente, no tendrán el mismo nivel de respuesta, fuerza y capacidades tanto físicas y mentales que otros, ya que existe evidencia científica que vincula la nutrición adecuada con un mejor funcionamiento cognitivo y académico en los estudiantes.

**Pregunta 3. ¿Opina que la educación nutricional debería ser una parte esencial del currículo escolar?**

**Tabla No.33 Pregunta 3 encuesta docentes**

Opciones	Docentes Frecuencia	Docentes Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	1	10.00%
En desacuerdo	1	10.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0.00%
De acuerdo	1	10.00%
Totalmente de acuerdo	7	70.00%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 25 Pregunta 3 encuesta docentes**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

**Interpretación**

En la tabla 33 y gráfico 25, se visualiza una tendencia favorable en la gran mayoría de los docentes encuestados, quienes avalan que la educación nutricional debería ser una parte esencial del currículo escolar, que le permita adquirir, transmitir y conocer información para los estudiantes sobre los nutrientes que tiene el consumo de comidas, lo que promoverá el desarrollo de hábitos dentro del quehacer cotidiano

diario en todos los espacios donde interactúan. Estos hallazgos están respaldados en los estudios de Pinto & Balderas (2022) y Silva (2020), quienes aseguran lo fundamental de incorporar contenidos académicos sobre la educación nutricional en el pénsum, que permita la transferencia de conocimientos para que los niños y niñas construyan hábitos para la ingesta de alimentos enriquecidos, repercutiendo en el desarrollo integral e íntegro físico y mental.

Estos resultados sugieren un amplio respaldo por parte de los docentes a la inclusión de la educación nutricional como parte fundamental del plan de estudios escolar, quienes reconocen la importancia de la nutrición en el desarrollo cognitivo y la capacidad de aprendizaje.

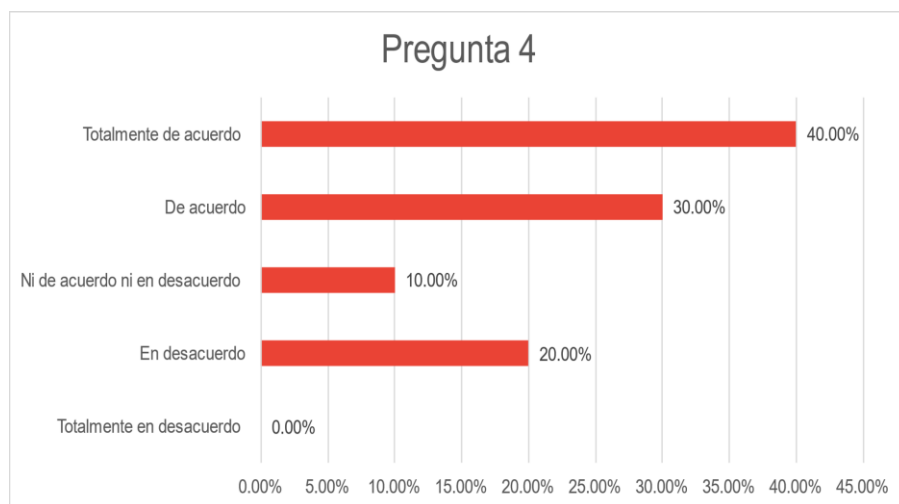
***Pregunta 4. ¿La escuela implementa programas de alimentación saludable para los estudiantes?***

**Tabla No.34 Pregunta 4 encuesta docentes**

Opciones	Docentes Frecuencia	Docentes Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	2	20.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	10.00%
De acuerdo	3	30.00%
Totalmente de acuerdo	4	40.00%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.





**Gráfico No. 26 Pregunt 4 encuesta docentes**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretaci3n***

En la tabla 34 y gráfico 26, los datos indican con una tendencia favorable por parte de la gran mayoría de los docentes encuestados, al asegurar que en la escuela se implementan programas de alimentaci3n saludable para los estudiantes, aspecto positivo para fortalecer los procesos de enseñanza, formaci3n y aprendizaje para con los alumnos en el contexto del desarrollo integral de las capacidades físicas y cognitivas. Los informes institucionales del Ministerio de Educaci3n (2023b), dan cuenta de las políticas gubernamentales que aplican desde hace más de 43 años con el Programa de Alimentaci3n Escolar para brindar raciones de comida a los estudiantes, que facilite el desarrollo de las capacidades físicas y psíquicas.

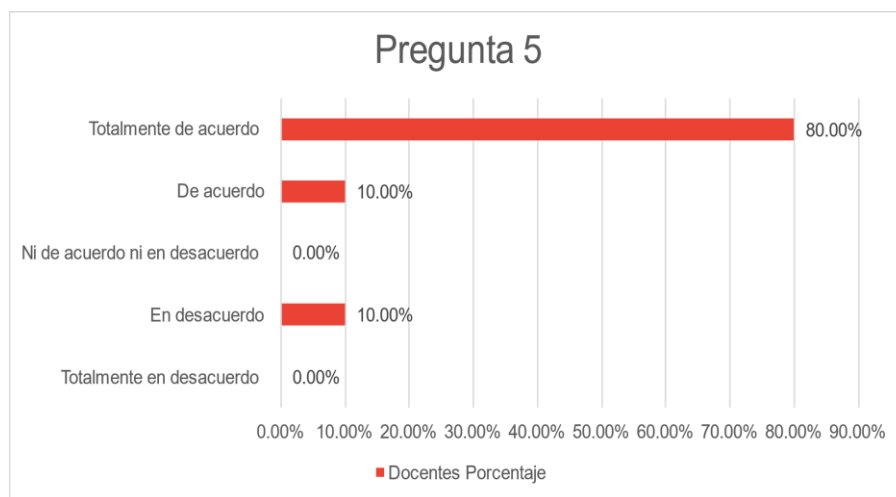
Igualmente, existen estudios acreditados que avalan el diseño de estrategias pedag3gicas para la educaci3n nutricional, a los efectos de impartir contenidos programáticos sobre hábitos alimenticios, saludables y apropiados, claves tanto para la formaci3n académica como en otros planos de la vida cotidiana (Pinto & Balderas, 2022). Estos resultados sugieren que la percepci3n de los docentes es mayormente positiva en cuanto a la implementaci3n de programas de alimentaci3n saludable en la escuela.

**Pregunta 5. ¿Los docentes incorporan temas de nutrición en sus clases?**

**Tabla No.35 Pregunta 5 encuesta docentes**

Opciones	Docentes Frecuencia	Docentes Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	1	10.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0.00%
De acuerdo	1	10.00%
Totalmente de acuerdo	8	80.00%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 27 Pregunta 5 encuesta docentes**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

**Interpretación**

En la tabla 35 y gráfico 27, la tendencia empírica es muy favorable, donde los docentes encuestados respaldaron que, incorporan temas de nutrición en sus clases, se trata de un valor agregado desde el accionar pedagógico en las aulas, es decir, un complemento enmarcado en estrategias de educación nutricional para promover conocimientos que creen hábitos de consumo de alimentos equilibrados en los estudiantes. Resultados alineados con las políticas públicas de la cartera en materia de

educación del país, promovida por el Ministerio de Educación (2023), realizando iniciativas que integre la alimentación y nutrición balanceada como ejes transversales dentro de la estructura curricular, específicamente en las áreas del conocimiento de las ciencias naturales, salud y bienestar.

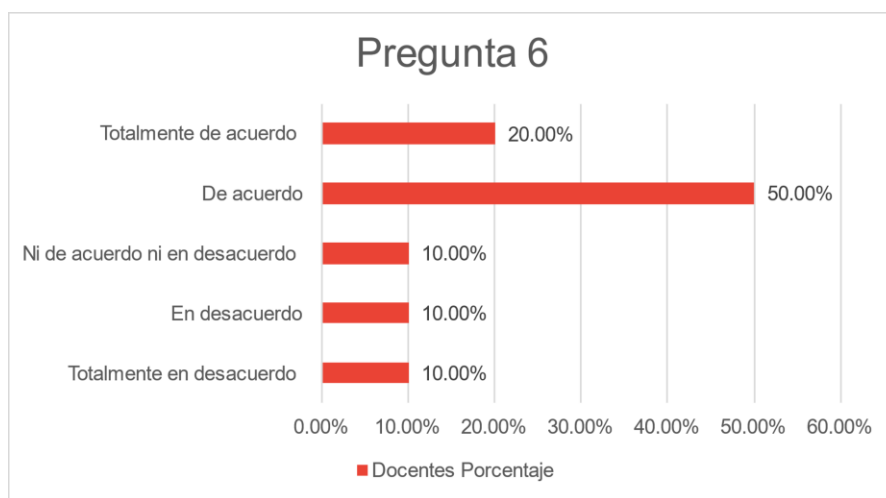
Con lo cual, la mayoría del equipo de docentes de este centro educativo, considera importante incluir temas de nutrición en las actividades del accionar pedagógico en las aulas para fortalecer el proceso de enseñanza, lo que puede ser beneficioso para la educación de los estudiantes con relación a hábitos saludables.

**Pregunta 6. ¿Los padres están involucrados en las iniciativas de alimentación escolar?**

**Tabla No. 36 Pregunta 6 encuesta docentes**

Opciones	Docentes Frecuencia	Docentes Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	1	10.00%
En desacuerdo	1	10.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	10.00%
De acuerdo	5	50.00%
Totalmente de acuerdo	2	20.00%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No.28 Pregunta 6 encuesta docentes**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 36 y gráfico 28, la tendencia es favorable desde las respuestas de la mayoría de los docentes al señalar estar de acuerdo y totalmente de acuerdo, respectivamente, que los padres están involucrados en las iniciativas de alimentación escolar, un aspecto positivo enmarcado en la participación de la comunidad educativa como un actor relevante para contribuir con el fortalecimiento del proceso de escolarización de los hijos, fomentando hábitos saludables para consumir alimentos. Estos hallazgos se entrelazan con lo documentado por Yepes & Cánovas (2013), quienes otorgan una especial importancia a la participación de padres y representantes como un actor de la comunidad para estar presente en las actividades pedagógicas de los hijos, que además envuelven favorecer hábitos para una salud alimentaria equilibrada.

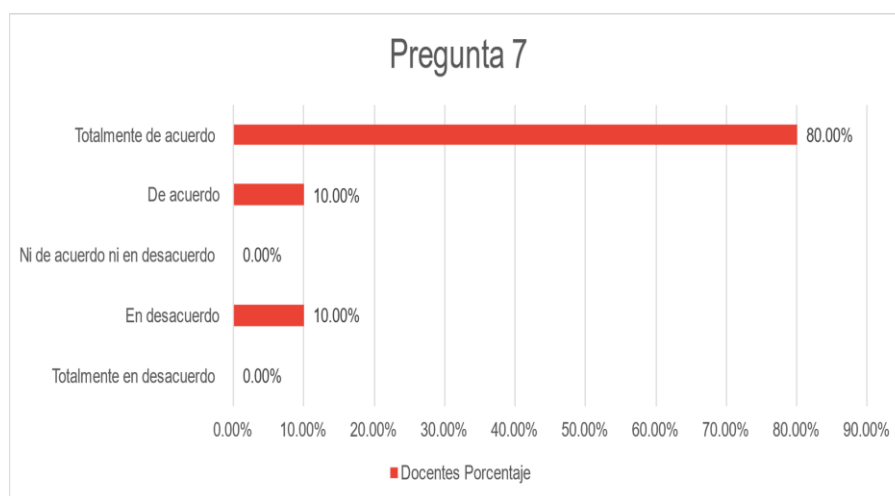
Por su parte, en el estamento jurídico ecuatoriano, la participación asume una cualidad obligatoria tanto del padre y madre para con la nutrición balanceada y el bienestar de los hijos, según lo señalado en el artículo 38 del Código de la Niñez y Adolescencia del Ecuador (2017). Estos resultados sugieren que existe cierto grado de involucramiento de los padres en las actividades relacionadas con la alimentación escolar.

***Pregunta 7. ¿Piensa que una buena nutrición mejora la concentración y atención de los niños en clase?***

**Tabla No.37 Pregunta 7 encuesta docentes**

<b>Opciones</b>	<b>Docentes Frecuencia</b>	<b>Docentes Porcentaje</b>
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	1	10.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0.00%
De acuerdo	1	10.00%
Totalmente de acuerdo	8	80.00%
<b>Total</b>	10	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 29 Preguntar 7 encuesta docentes**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

### ***Interpretación***

En la tabla 37 y gráfico 29, la tendencia de las opciones seleccionadas por los docentes encuestados es contundente por la mayoría, respaldando que una buena nutrición mejora la concentración y atención de los niños en clase; lo que está fundamentado también en un centenar de investigaciones efectuadas en campo de las ciencias de la salud y de la educación. Al respecto, Luna et al. (2018), y Josa et al., (2022), afirman que el eje nutricional es fundamental para que los estudiantes cuenten con todas las capacidades físicas y cognitivas en máximo esplendor en el rendimiento para realizar las actividades pedagógicas tanto en las aulas de clases como en el hogar, lo que demuestra la relación entre la nutrición, neurodesarrollo y el impacto en el desempeño.

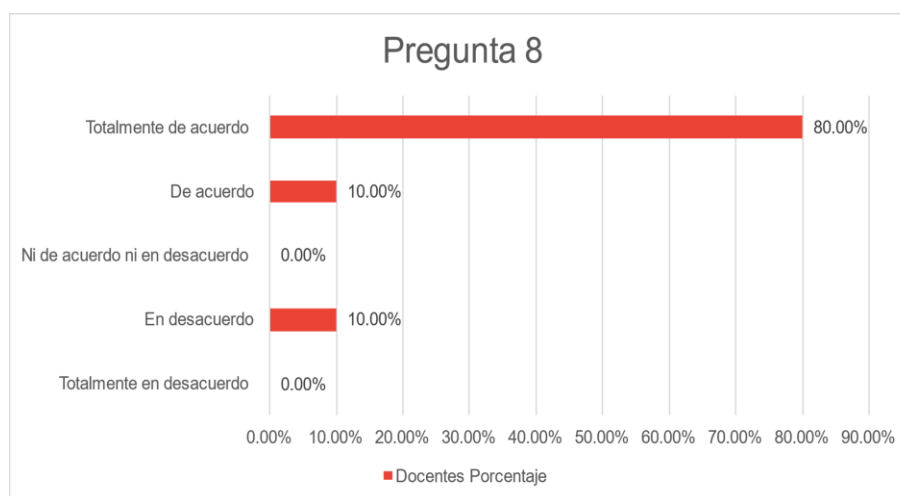
Estos resultados reflejan un fuerte consenso entre los docentes acerca de la influencia positiva de una nutrición adecuada en el rendimiento y la concentración de los estudiantes en el entorno escolar; destacando la importancia desde el accionar pedagógico en las aulas para otorgarle una posición estratégica de la nutrición como factor influyente en el desempeño académico.

**Pregunta 8. ¿Los niños que desayunan adecuadamente tienen un mejor rendimiento académico?**

**Tabla No.38 Pregunta 8 encuesta docentes**

Opciones	Docentes Frecuencia	Docentes Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	1	10.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0.00%
De acuerdo	1	10.00%
Totalmente de acuerdo	8	80.00%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 30 Pregunta 8 encuesta docentes**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

**Interpretación**

En la tabla 38 y gráfico 30, la tendencia es decisiva al manifestar la gran mayoría de los docentes encuestados que, efectivamente, los niños que desayunan adecuadamente tienen un mejor rendimiento académico, en términos físicos disponen de calorías y energías suficientes para hacer frente a las actividades del quehacer cotidiano de la jornada escolar, que también involucra el ejercicio cognitivo dentro del

proceso de enseñanza y aprendizaje. Los estudios de Chillogalli et al., (2021), determinaron la relación de influencia que tiene una alimentación saludable, balanceada con el rendimiento académico, es decir, los niveles de desempeño cognitivo, que envuelve dinamizar la capacidad de concentración para adquirir conocimientos y nuevos aprendizajes.

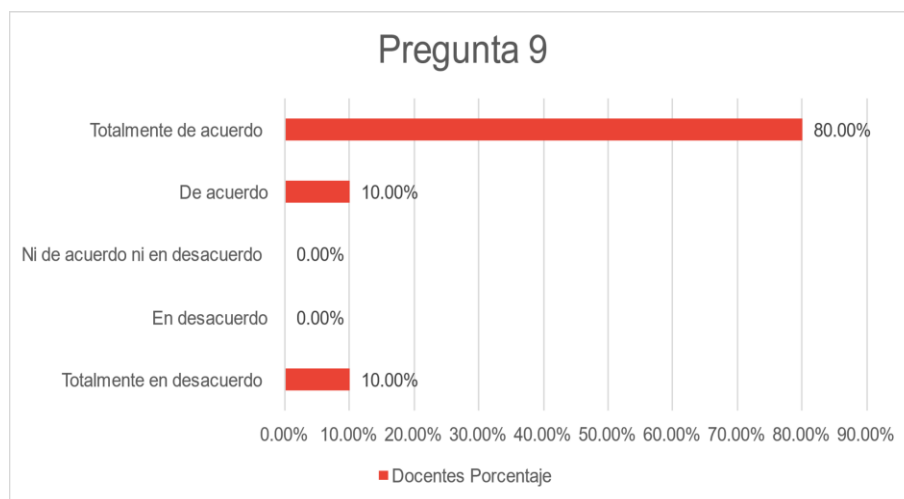
Estos resultados respaldan la idea de que la mayoría de los docentes considera que un desayuno adecuado es un factor importante para el rendimiento académico de los estudiantes, acreditando el papel de la nutrición en el contexto escolar. Por tanto, las políticas públicas que lleva adelante el Ministerio de Educación (2023) con el programa de alimentación escolar son significativas para el bienestar íntegro e integral de los niños en las distintas etapas del sistema educativo en el país.

***Pregunta 9. ¿La falta de nutrientes esenciales podría afectar negativamente la memoria y el aprendizaje de los niños?***

**Tabla No.39 Pregunta 9 encuesta docentes**

<b>Opciones</b>	<b>Docentes Frecuencia</b>	<b>Docentes Porcentaje</b>
Totalmente en desacuerdo	1	10.00%
En desacuerdo	0	0.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0.00%
De acuerdo	1	10.00%
Totalmente de acuerdo	8	80.00%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No.31 Pregunta 9 encuesta docentes**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 39 y gráfico 31, la tendencia en la gran mayoría de los docentes encuestados revela de modo favorable que, evidentemente, la falta de nutrientes esenciales afecta negativamente la memoria y el aprendizaje de los niños, por ello es clave el consumo de alimentos balanceados tanto en el seno del hogar, así como también en los centros educativos, que van a imprimir las energías necesarias para que funcionen los procesos cognitivos, esquemas mentales y sinapsis de los niños. Aquí los informes presentados por la Unicef (2020) y la investigación de Lazo et al., (2020), señalan que los nutrientes en la etapa de desarrollo de los infantes son primordiales para el bienestar físico y mental, mejorando sustancialmente las capacidades y competencias en fase de escolarización.

Estos resultados indican que la mayoría de los docentes considera que la falta de nutrientes esenciales puede tener un impacto negativo en la memoria y el aprendizaje de los estudiantes, lo que subraya la relevancia de la nutrición en el contexto educativo, por ello es clave que las autoridades de las instituciones fomenten la implementación de políticas y programas nutricionales para el desarrollo íntegro e integral de los niños.

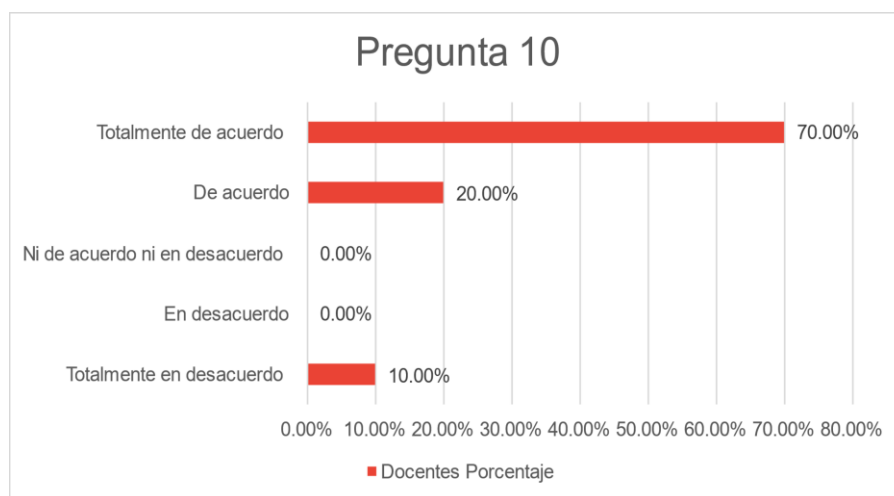


**Pregunta 10. ¿Cree que una alimentación equilibrada contribuye a un mejor estado de ánimo en los niños?**

**Tabla No.40 Pregunta 10 encuesta docentes**

Opciones	Docentes Frecuencia	Docentes Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	1	10.00%
En desacuerdo	0	0.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0	0.00%
De acuerdo	2	20.00%
Totalmente de acuerdo	7	70.00%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 32 Pregunta 10 encuesta docentes**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 40 y gráfico 32, en la tendencia se visualiza que la mayoría de los docentes encuestados, consideran que una alimentación equilibrada contribuye a un mejor estado de ánimo en los niños, que se ven influenciado por ciertos procesos cognoscitivos como la atención y valoración cognitiva que influyen en las emociones de los niños, que el cuerpo humano es un sistema interconectado físico-psicológico,

entonces, para Elías et al., (2021) y Vázquez et al., (2019), el consumo de alimentos balanceados y saludable ejerce una influencia favorable en los estados de ánimo, que tendrá también repercusión en el desarrollo de las capacidades mentales que emplean los estudiantes en las actividades escolares.

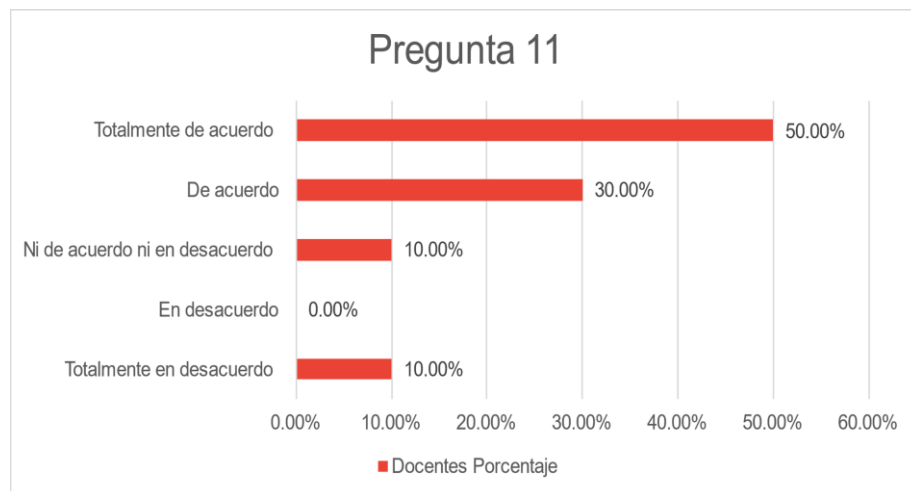
Desde las experiencias cultivadas en el quehacer pedagógico en las aulas, los docentes brindan un reconocimiento sobre el impacto positivo de las condiciones de una alimentación equilibrada en el estado de ánimo, resaltando el papel preponderante de la nutrición en el bienestar físico y emocional de los estudiantes en el contexto del proceso de enseñanza para alcanzar mayores aprendizajes.

**Pregunta 11. ¿Compartir comidas en la escuela fomenta la socialización entre los estudiantes?**

**Tabla No.41 Pregunta 11 encuesta docentes**

Opciones	Docentes Frecuencia	Docentes Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	1	10.00%
En desacuerdo	0	0.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	10.00%
De acuerdo	3	30.00%
Totalmente de acuerdo	5	50.00%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



### Gráfico No. 33 Pregunta 11 encuesta docentes

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

#### *Interpretación*

En la tabla 41 y gráfico 33, la tendencia expone una cantidad considerable de docentes encuestados respalda estar a favor de que, compartir comidas en la escuela fomenta la socialización entre los estudiantes, se está en presencia de acciones habituales cotidianas que experimentan las personas en diversos contextos, lo que posibilita la creación de lazos de amistad, compañerismo, sinergia y equipo en la etapa de la escolaridad, fundamentados en una serie de investigaciones ejecutadas por Coq & Gerardin (2020) y Cipriano (2020), que sitúan el concepto de socializar como integración, interacción, intercambio de comportamientos y valores para conseguir la adaptación dentro de una determinada comunidad como la educativa, aquí, los estudiantes adquieren, asimilan y aprenden.

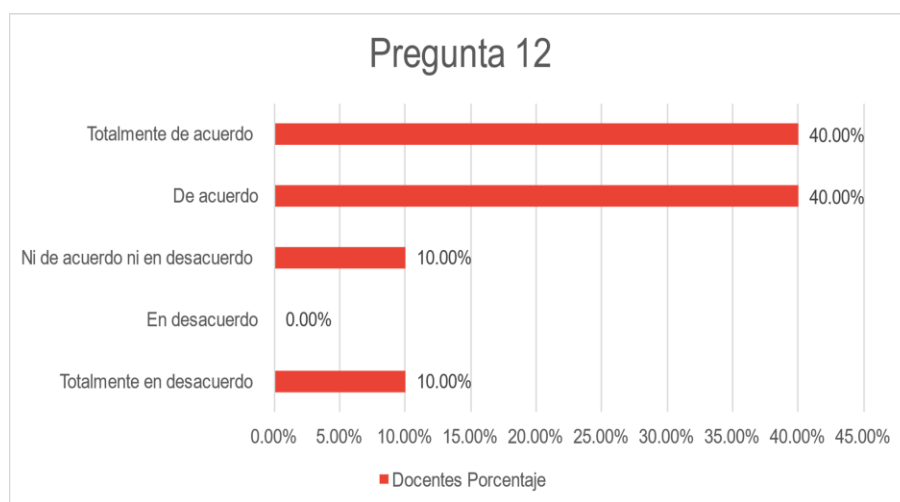
Por tanto, las acciones de compartir el consumo de alimentos en la escuela fomentan la socialización, estrechan lazos y vínculos con la participación en un grupo, fortaleciendo los esquemas mentales y desarrollo social de los niños. Es así que, los docentes consideran que este intercambio en la escuela es beneficioso, lo que puede tener un impacto positivo en el desarrollo socioemocional.

***Pregunta 12. ¿Los niños con una dieta equilibrada muestran mayor autoestima y confianza?***

**Tabla No.42 Pregunta 12 encuesta docentes**

Opciones	Docentes Frecuencia	Docentes Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	1	10.00%
En desacuerdo	0	0.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	10.00%
De acuerdo	4	40.00%
Totalmente de acuerdo	4	40.00%
<b>Total</b>	10	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 34 Pregunta 12 encuesta docentes**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

### ***Interpretación***

En la tabla 42 y gráfico 34, la tendencia es muy favorable en las opciones de los docentes encuestados al puntualizar que, los niños con una dieta equilibrada muestran mayor autoestima y confianza, esto se debe a los niveles óptimos de energía que tiene la estructura corporal para el desarrollo de las actividades escolares durante el quehacer diario, las cuales requieren que el organismo funcione correctamente, centrado en capacidades físicas y mentales. Así lo refiere Burgos et al., (2021) y Bajaña et al., (2020) al determinarse la relación que guarda el desarrollo físico con el desempeño académico de los estudiantes en el ámbito cualitativo y cuantitativo, que un alumno con un consumo de alimentos equilibrado tiene suficiente fuerza, motivación y bienestar emocional, favoreciendo el rendimiento y el desarrollo integral.

Es apropiado destacar que, un estudiante con carencia en el consumo de nutrientes impacta de manera negativa en el desarrollo físico y cognitivo, desencadenando problemas en los resultados escolares. Los hallazgos develan que la

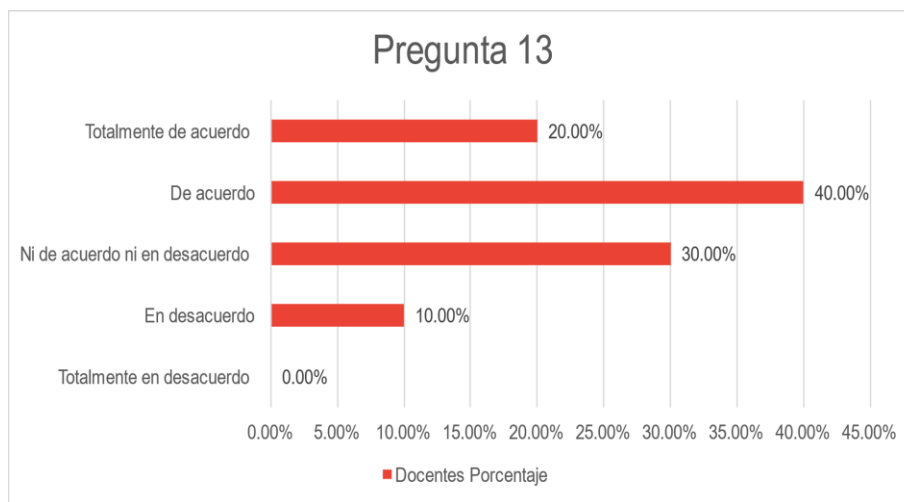
mayoría de los docentes percibe una relación positiva entre una dieta equilibrada y el desarrollo de la autoestima y la confianza en los niños.

**Pregunta 13. ¿Reciben los padres de familia suficiente información sobre la importancia de la nutrición en el desarrollo integral?**

**Tabla No.43 Pregunta 13 encuesta docentes**

Opciones	Docentes Frecuencia	Docentes Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	1	10.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	3	30.00%
De acuerdo	4	40.00%
Totalmente de acuerdo	2	20.00%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narváez Narciza



**Gráfico No. 35 Pregunta 13 encuesta docentes**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

**Interpretación**

En la tabla 43 y gráfico 35, la tendencia muestra que más de la mitad de los docentes encuestados están de acuerdo y totalmente de acuerdo, respectivamente que, los padres de familia reciben suficiente información sobre la importancia de la nutrición

en el desarrollo integral. Sin embargo, un porcentaje significativo se mantuvo neutral en las opciones, lo que evidencia debilidades en este aspecto para involucrar a estos actores en el proceso de desarrollo y formación de los estudiantes.

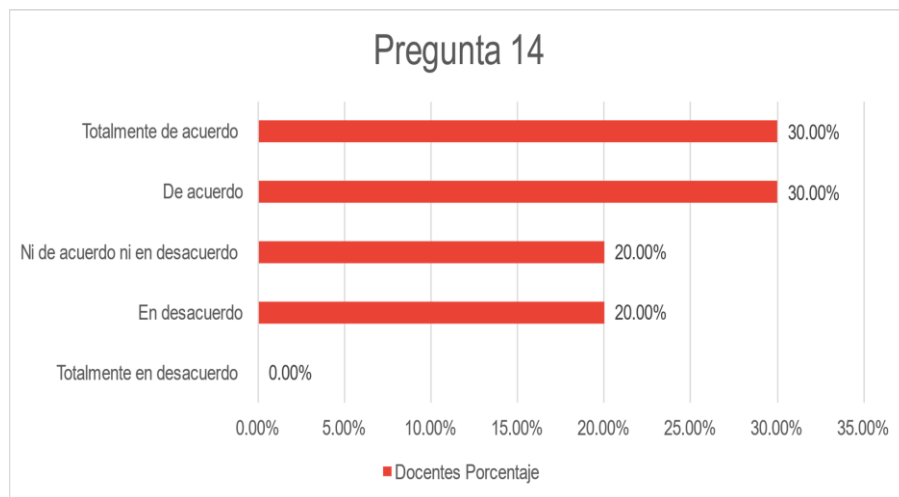
Los resultados son cónsonos con las investigaciones de Rego et al., (2022) y Yepes & Cánovas (2013), tanto el equipo de colaboradores en funciones directivas de los centros educativos como los docentes deben fomentar la participación de los padres en lo inherente con la relevancia de la nutrición balanceada de los niños para que alcancen un potencial significativo íntegro e integral para dinamizar las habilidades, capacidades y competencias. Tales resultados revelan que la mayoría de los docentes percibe que se proporciona suficiente información a los padres de familia sobre la importancia de la nutrición en el desarrollo integral. No obstante, deben aunarse mayores esfuerzos para que el flujo de comunicación tenga más alcance en estos actores, que tienen un rol activo.

***Pregunta 14. ¿Las autoridades educativas priorizan la alimentación y nutrición en sus políticas y programas?***

**Tabla No.44 Pregunta 14 encuesta docentes**

Opciones	Docentes Frecuencia	Docentes Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0	0.00%
En desacuerdo	2	20.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	20.00%
De acuerdo	3	30.00%
Totalmente de acuerdo	3	30.00%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narvárez E.



**Gráfico No. 36 Pregunta 14 encuesta docentes**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 44 y gráfico 36, la tendencia más allá de favorecer que la mayoría de los docentes encuestados aseguran que las autoridades educativas priorizan la alimentación y nutrición en sus políticas y programas, una cantidad considerable de ellos no respaldan este enunciado, se perciben debilidades importantes que deben atender con la premura del caso quienes están en funciones de dirección, coordinación y supervisión en la escuela para revisar políticas y programas asociados con la nutrición equilibrada de los estudiantes.

De hecho, representa un eje transversal la alimentación dentro del proceso de enseñanza, avalado por los reportes del Programa Mundial de Alimentos (2022), donde la seguridad alimentaria es prioridad en términos de calidad y capacidad para una dieta nutricional equilibrada que beneficie el desarrollo físico, psicológico y emocional de los niños. Igualmente, Pinto & Balderas (2022), afirman que los directores de las escuelas tienen que trazar una hoja de ruta para impulsar estrategias pedagógicas hacia una educación nutricional que garantice la adquisición y asimilación de nuevos hábitos saludables en el consumo de alimentos. Estos resultados denotan que la mayoría de los docentes percibe que las autoridades educativas muestran interés y priorizan la

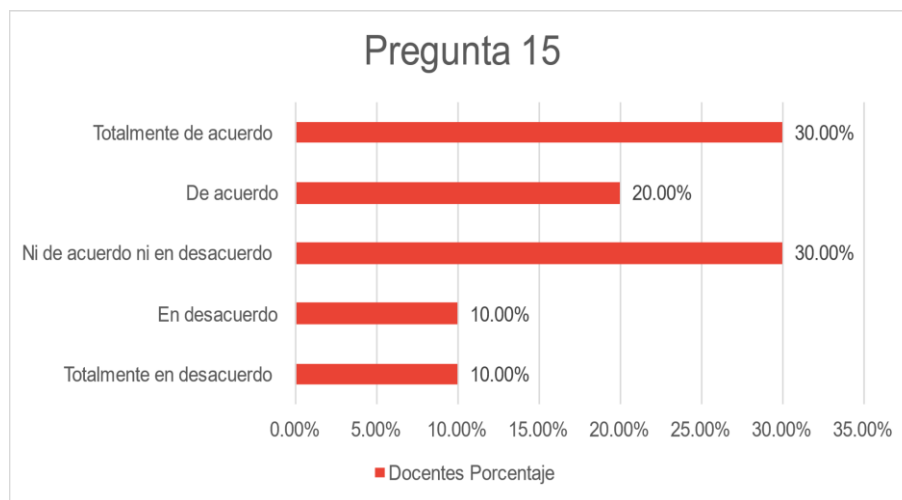
alimentación y nutrición en las políticas y programas, no obstante, deben aunar más esfuerzos conjuntos para elevar los estándares.

**Pregunta 15. ¿Existe una colaboración efectiva entre docentes, padres y autoridades para mejorar la nutrición de los niños?**

**Tabla No.45 Pregunta 15 encuesta docentes**

Opciones	Docentes Frecuencia	Docentes Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	1	10.00%
En desacuerdo	1	10.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	3	30.00%
De acuerdo	2	20.00%
Totalmente de acuerdo	3	30.00%
<b>Total</b>	10	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 37 Pregunta 15 encuesta docentes**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

**Interpretación**

En la tabla 45 y gráfico 37, la tendencia evidencia una división en los docentes encuestados en partes iguales de quienes están a favor y en contra con respecto a la



existencia de una colaboración efectiva entre docentes, padres y autoridades para mejorar la nutrición de los niños. De entrada, esta dispersión de las opciones muestra las debilidades pronunciadas en este aspecto que son de interés para todos los grupos que beneficien las capacidades físicas y mentales de los estudiantes a partir de una alimentación nutritiva equilibrada.

Se retoma, una vez más, lo documentado por los estudios de Rego et al., (2022), en lo concerniente a la participación activa de los distintos grupos de interés que convergen en la comunidad educativa: autoridades, administrativos, docentes, padres y representantes, que todos cooperen para fortalecer los hábitos de consumo de alimentos que beneficien el desempeño y rendimiento de los niños, tanto en las aulas como en el hogar. Estos resultados dispersos requieren aunar mayores esfuerzos colaborativos entre estos tres actores para mejorar la nutrición de los niños.

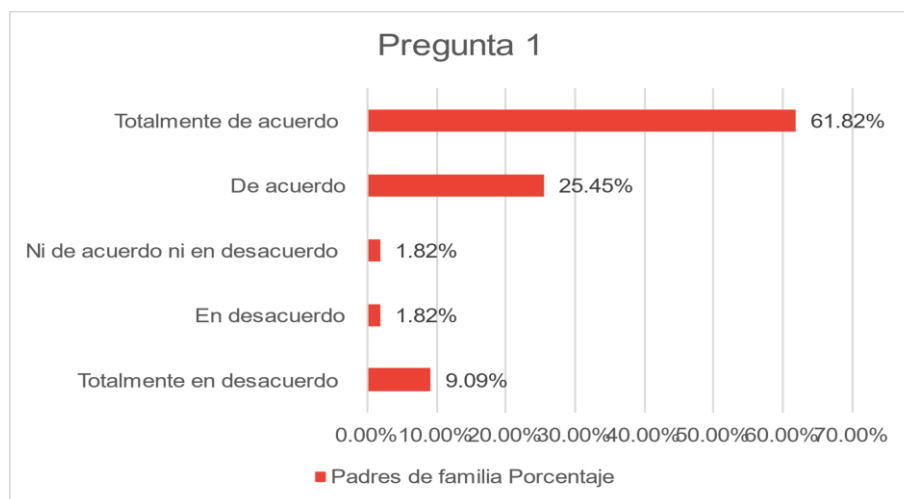
#### **Análisis encuesta a padres de familia**

*Pregunta 1. ¿Considera que una alimentación equilibrada es crucial para el desarrollo físico de los niños?*

**Tabla No. 46 Pregunta 1 encuesta padres de familia**

<b>Opciones</b>	<b>Padres de familia Frecuencia</b>	<b>Padres de familia Porcentaje</b>
Totalmente en desacuerdo	5	9.09%
En desacuerdo	1	1.82%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	1.82%
De acuerdo	14	25.45%
Totalmente de acuerdo	34	61.82%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 38 Pregunta 1 encuesta padres de familia**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 46 y gráfico 38, la tendencia muestra que la mayoría de los padres de familia encuestados respaldaron las opciones de acuerdo y totalmente de acuerdo, respectivamente, que una alimentación equilibrada es crucial para el desarrollo físico de los niños. Los progenitores conocen que los nutrientes en el consumo de alimentos son un factor determinante para el crecimiento, desarrollo físico y mental de los hijos, lo que mejorará las capacidades, concentración y aprendizajes.

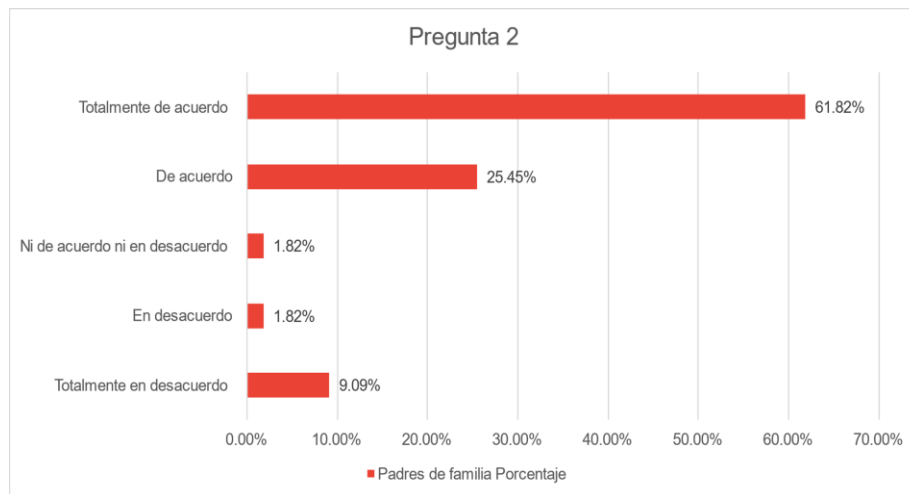
Tales hallazgos se encuentran vinculados con los estudios de Deossa (2020), quien destaca como eje estratégico para cultivar hábitos saludables, la alimentación y nutrición apropiada dirigida al fortalecimiento de la salud y bienestar, mientras que, Luna et al. (2018) ratifica el rol preponderante que tiene el estado nutricional de los niños y niñas para fomentar el neurodesarrollo como componente que vigoriza capacidades, habilidades físicas y cognitivas. Es así que, la alimentación tiene efectos favorables desde el crecimiento de la estructura corporal y el sistema central. Estos resultados respaldan que la gran mayoría de los padres de familia reconocen la importancia de una alimentación equilibrada en el desarrollo físico de los hijos.

**Pregunta 2. ¿Cree que los nutrientes como vitaminas y minerales afectan directamente el rendimiento académico?**

**Tabla No.47 Pregunta 2 encuesta padres de familia**

Opciones	Padres de familia Frecuencia	Padres de familia Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	9	9.09%
En desacuerdo	14	1.82%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	4	1.82%
De acuerdo	10	25.45%
Totalmente de acuerdo	18	61.82%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 39 Pregunta 2 encuesta padres de familia**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

**Interpretación**

En la tabla 47 y gráfico 39, los resultados visualizan una tendencia que la mayoría de los padres de familias encuestados están totalmente de acuerdo y de acuerdo, respectivamente que los nutrientes como las vitaminas y minerales afectan directamente el rendimiento académico, en la medida que los estudiantes tengan carencia en el consumo de nutrientes se reduce el proceso cognitivo de atención, y, por

ende, el aprendizaje. De allí que, las investigaciones de Pérez et al., (2023) señalan que las vitaminas y minerales coadyuvan con el crecimiento, regeneración y mantenimiento de las funciones de la estructura del cuerpo, en términos físicos y cognitivos.

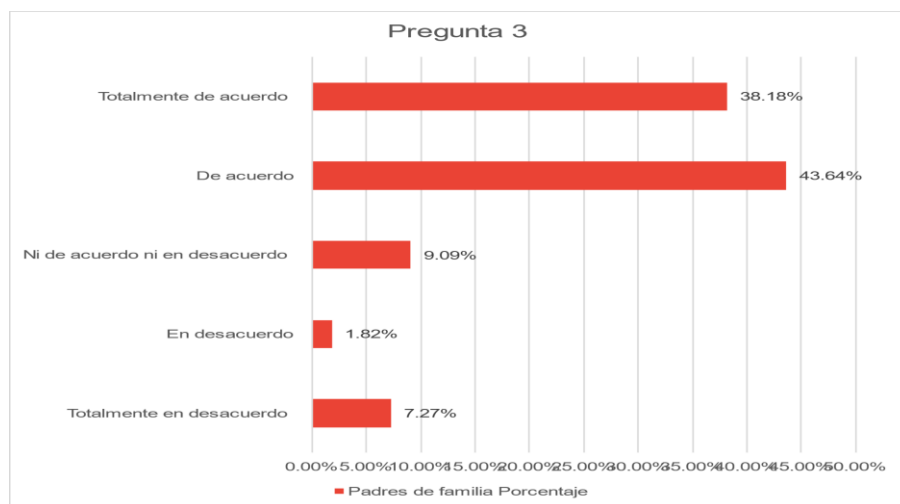
Por ende, los padres de familia consideran que los nutrientes y vitaminas que consumen los hijos desde una alimentación equilibrada son impulsores para el funcionamiento físico y mental, y que tiene repercusiones en el rendimiento y desempeño en las actividades escolares dentro del proceso de enseñanza, formación y aprendizaje, sea en los aspectos cuantitativos o cualitativos como parte de la evaluación.

***Pregunta 3. ¿Opina que la educación nutricional debería ser una parte esencial del currículo escolar?***

**Tabla No.48 Pregunta 3 encuesta padres de familia**

<b>Opciones</b>	<b>Padres de familia Frecuencia</b>	<b>Padres de familia Porcentaje</b>
Totalmente en desacuerdo	4	7.27%
En desacuerdo	1	1.82%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	5	9.09%
De acuerdo	24	43.64%
Totalmente de acuerdo	21	38.18%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 40 Pregunta 3 encuesta padres de familia**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 48 y gráfico 40, los datos revelan una tendencia significativa en las decisiones tomadas por los padres de familias encuestados al expresar estar de acuerdo y totalmente de acuerdo respectivamente, que la educación nutricional debería ser una parte esencial del currículo escolar, se trata de incorporar los contenidos programáticos en los pénsum de estudios para que los docentes dispongan de estrategias pedagógicas destinadas a la generación de hábitos de consumo para los estudiantes. Los investigadores del tema, como Pinto & Balderas (2022) y Silva (2020), están a favor que se añadan en las estructuras curriculares de los niveles del sistema educativo, contenidos programáticos, académicos de educación nutricional, para facilitar la capacitación de los estudiantes centrada en la modificación de hábitos de consumo de alimentos con nutrientes que aporten al desarrollo físico y cognitivo.

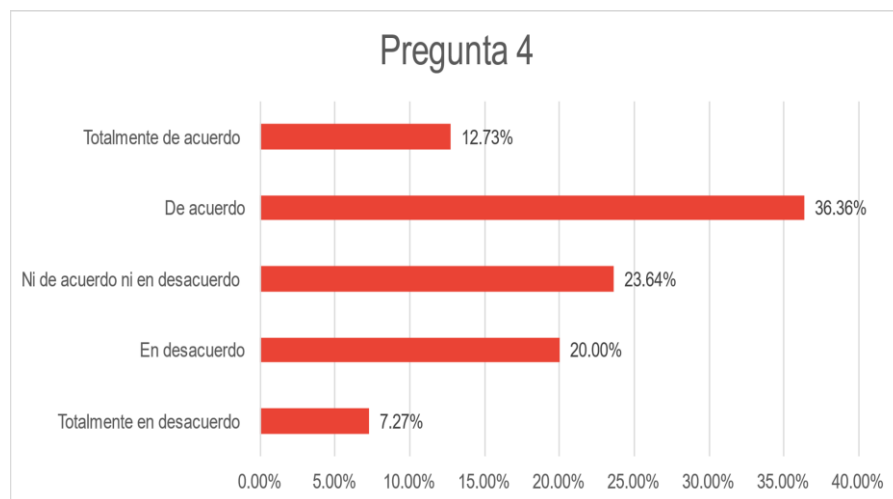
En suma, la gran mayoría de los padres de familia consideran que la educación nutricional es un componente significativo dentro del proceso de enseñanza de los hijos, y, por tanto, debería tomarse en cuenta para formar parte integral del plan de estudios escolares.

**Pregunta 4. ¿La escuela implementa programas de alimentación saludable para los estudiantes?**

**Tabla No.49 Pregunta 4 encuesta padres de familia**

Opciones	Padres de familia Frecuencia	Padres de familia Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	4	7.27%
En desacuerdo	11	20.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	13	23.64%
De acuerdo	20	36.36%
Totalmente de acuerdo	7	12.73%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 41 Pregunta 4 encuesta padres de familia**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

**Interpretación**

En la tabla 49 y gráfico 41, los datos indican con una tendencia dispersa en las diferentes opciones seleccionadas por los padres de familias, que denotan debilidades significativas en lo inherente con la implementación de programas de alimentación saludable para los estudiantes en la escuela, donde las autoridades del centro educativo deben ser garante en el diseño, promoción y aplicación en este tipo de programas

focalizados en el fortalecimiento del desarrollo íntegro e integral de los alumnos. Los trabajos de Pinto & Balderas (2022) sugieren una batería de estrategias pedagógicas para la educación nutricional, destacando los programas de alimentación escolar como herramienta para establecer hábitos de consumo de alimentos balanceados tanto para el desarrollo cognitivo, físico y para el resto de la vida.

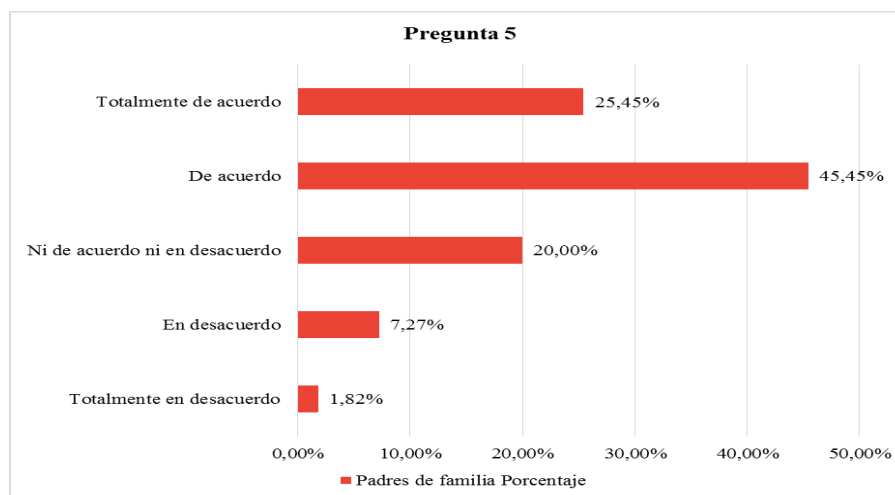
Además, las autoridades en materia de educación del Ecuador cuentan desde hace más de cuatro décadas con la política gubernamental de alimentación escolar, impulsada desde el Ministerio de Educación (2023b). Entonces, es menester que las autoridades de la institución deben trabajar con todos los actores de la comunidad educativa, docentes, padres de familia y administrativos para superar debilidades.

**Pregunta 5. *¿Los docentes incorporan temas de nutrición en sus clases?***

**Tabla No.50 Pregunta 5 encuesta padres de familia**

<b>Opciones</b>	<b>Padres de familia Frecuencia</b>	<b>Padres de familia Porcentaje</b>
Totalmente en desacuerdo	1	0.00%
En desacuerdo	4	10.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	11	10.00%
De acuerdo	25	30.00%
Totalmente de acuerdo	14	50.00%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 42 Pregunt 5 encuesta padres de familia**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 50 y gráfico 42, la tendencia empírica refleja en los datos que la mayoría de los padres de familia encuestados están totalmente de acuerdo y de acuerdo, respectivamente que los docentes incorporen temas de nutrición en sus clases, lo que va a contribuir con la concientización de los alumnos en el consumo de alimentos con un enfoque saludable para el cuidado y bienestar de la salud. Aspecto que se vincula con los lineamientos establecidos en las políticas públicas emanadas del Ministerio de Educación (2023), fomentando actividades en las aulas de clases que involucren la alimentación y nutrición equilibrada como esos ejes transversales de contenidos académicos curriculares desde las ciencias naturales, salud y bienestar.

Entonces, tanto las autoridades políticas del país, como los docentes y padres de familias, están a favor que se añadan temas asociados con la nutrición como un componente clave complementario para la educación nutricional de los alumnos, a los efectos de potenciar la estructura de valores y aprendizajes para con los hábitos alimenticios que se traducirá en el cuidado del propio bienestar.

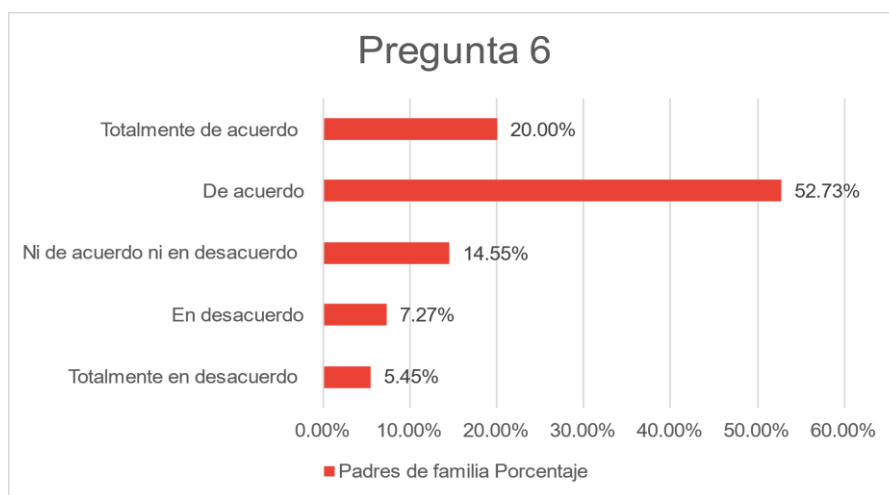


**Pregunta 6. ¿Los padres están involucrados en las iniciativas de alimentación escolar?**

**Tabla No.51 Pregunta 6 encuesta padres de familia**

Opciones	Padres de familia Frecuencia	Padres de familia Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	3	5.45%
En desacuerdo	4	7.27%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	8	14.55%
De acuerdo	29	52.73%
Totalmente de acuerdo	11	20.00%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No.43 Pregunta 6 encuesta padres de familia**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

**Interpretación**

En la tabla 51 y gráfico 43, la tendencia de la gran mayoría de los padres de familia encuestados están de acuerdo y totalmente de acuerdo, respectivamente que los padres están involucrados en las iniciativas de alimentación escolar, es decir, ellos como representantes de los hijos participan activamente en las diferentes actividades que se desarrollan dentro de las aulas de clases, así como las extraordinarias en toda la

escuela, teniendo una presencia en el proceso de enseñanza y aprendizaje de los hijos para coadyuvar con hábitos de consumo de alimentos equilibrados. Tales posturas, garantizan que estén dando cumplimiento a lo establecido en el artículo 38 del Código de la Niñez y Adolescencia del Ecuador (2017), que obliga a los padres a participar en la nutrición balanceada y el bienestar de los hijos.

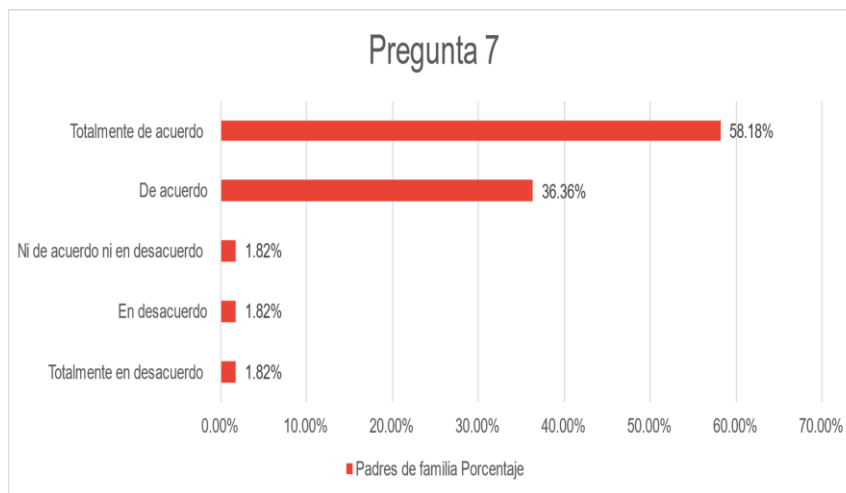
También, al formar parte de los grupos de interés de la comunidad educativa, los padres deben tener un rol activo en la participación de actividades pedagógicas en las que se encuentran los hijos para ser corresponsables y copartícipe (Yepes & Cánovas, 2013); con lo cual, la mayoría de los padres de familia perciben un nivel de involucramiento en las iniciativas de alimentación escolar en la escuela y en el hogar.

***Pregunta 7. ¿Piensa que una buena nutrición mejora la concentración y atención de los niños en clase?***

**Tabla No.52 Pregunta 7 encuesta padres de familia**

<b>Opciones</b>	<b>Padres de familia Frecuencia</b>	<b>Padres de familia Porcentaje</b>
Totalmente en desacuerdo	1	1.82%
En desacuerdo	1	1.82%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	1.82%
De acuerdo	20	36.36%
Totalmente de acuerdo	32	58.18%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narvárez E.



**Gráfico No. 44 Preguntar 7 encuesta padres de familia**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 52 y gráfico 44, los datos son contundentes en los padres de familia encuestados, quienes están totalmente de acuerdo y de acuerdo respectivamente, que una buena nutrición mejora la concentración y atención de los niños en clase; escenario respaldado desde un sinnúmero de estudios académicos en ámbito de la educación y salud como el de Josa et al., (2022), quienes comprobaron que el balance equilibrado en el consumo de alimentos nutritivos promueve mejoras sustanciales en el neurodesarrollo de los niños, que se ve reflejado en el rendimiento escolar al verse fortalecidas las capacidades físicas y cognitivas.

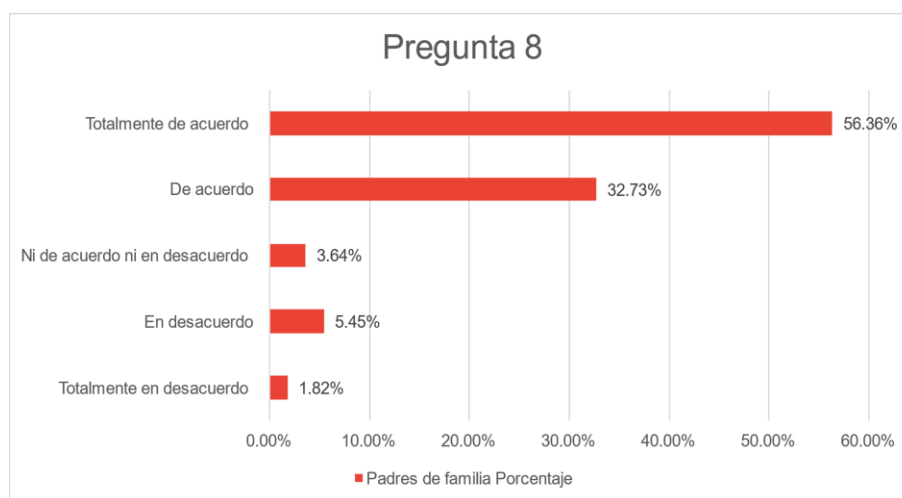
Resulta importante que los padres estén conscientes del rol que representa una ingesta nutricional equilibrada para los hijos en el hogar, y el impacto que tiene para el bienestar físico y mental que favorece la enseñanza que recibe en la escuela, de tal modo que, la mayoría percibe una relación positiva entre una buena nutrición y el rendimiento académico en términos de concentración y atención en clase.

**Pregunta 8. ¿Los niños que desayunan adecuadamente tienen un mejor rendimiento académico?**

**Tabla No.53 Pregunta 8 encuesta padres de familia**

Opciones	Padres de familia Frecuencia	Padres de familia Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	1	1.82%
En desacuerdo	3	5.45%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	3.64%
De acuerdo	18	32.73%
Totalmente de acuerdo	31	56.36%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 45 Pregunta 8 encuesta padres de familia**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

**Interpretación**

En la tabla 53 y gráfico 45, la tendencia demuestra datos representativos por los padres de familia, quienes están totalmente de acuerdo y de acuerdo, respectivamente, que los niños que desayunan adecuadamente tienen un mejor rendimiento académico, esto repercute en la adquisición de mayor energía y nivel de concentración que se desprenden de las funciones cognitivas como la atención, memoria y pensamiento para

desarrollar las actividades escolares. Argumento que tiene fundamento en las investigaciones de Chillogalli et al., (2021), quienes comprobaron la influencia que ejerce una alimentación equilibrada con los niveles de desempeño escolar, elevando la capacidad de concentración para asimilar información, conocimientos y nuevos aprendizajes.

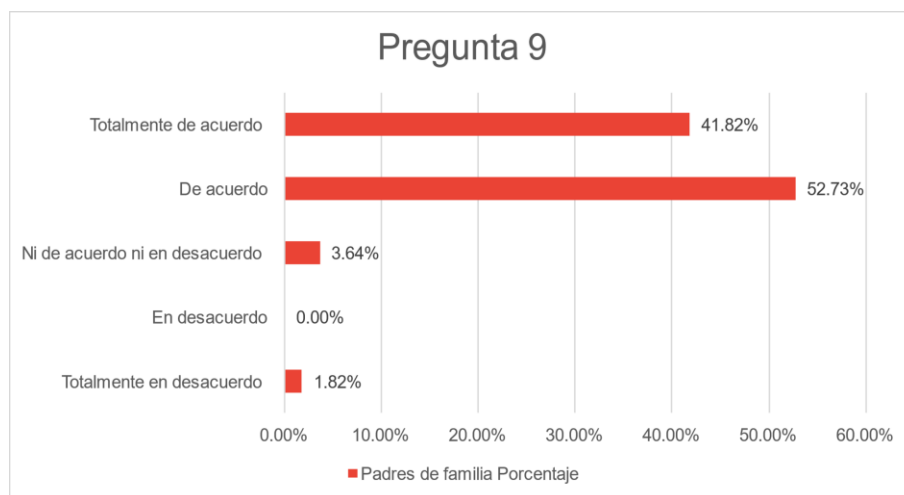
Asimismo, en los lineamientos trazados por las autoridades del Ministerio de Educación (2023) a través del programa de alimentación escolar como política gubernamental, constituye un componente estratégico para materializar el bienestar íntegro e integral de los estudiantes que se forman en los diversos niveles del sistema educativo ecuatoriano. Estos resultados indican que la mayoría de padres perciben una relación positiva entre un desayuno adecuado y el rendimiento académico.

***Pregunta 9. ¿La falta de nutrientes esenciales podría afectar negativamente la memoria y el aprendizaje de los niños?***

**Tabla No. 54 Pregunta 9 encuesta padres de familia**

<b>Opciones</b>	<b>Padres de familia Frecuencia</b>	<b>Padres de familia Porcentaje</b>
Totalmente en desacuerdo	1	1.82%
En desacuerdo	0	0.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	2	3.64%
De acuerdo	29	52.73%
Totalmente de acuerdo	23	41.82%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narvárez E.



**Gráfico No. 46 Preguntar 9 encuesta padres de familia**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 54 y gráfico 46, los datos revelan que la gran mayoría de los padres de familias encuestados están de acuerdo y totalmente de acuerdo, respectivamente, que la falta de nutrientes esenciales afecta negativamente la memoria y el aprendizaje de los niños, donde el consumo de nutrientes es primordial para el funcionamiento de las funciones cerebrales y la estructura corporal al ser un sistema interconectado para mejorar los procesos cognitivos. Todos estos hallazgos han sido avalados en reportes de Unicef (2020) y los trabajos académicos de Lazo et al., (2020), donde el consumo balanceado de diversos nutrientes para los niños y niñas que se encuentran en la fase de desarrollo son necesarios para contribuir al bienestar de capacidades físicas y mentales, un ingrediente *sine qua non* dentro del proceso de escolarización.

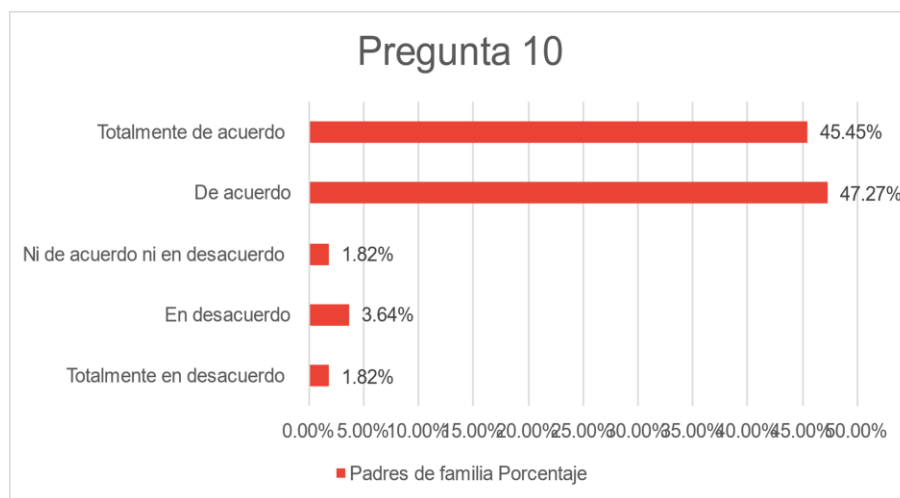
Estos resultados avalan, en la mayoría de los padres, el reconocimiento de la importancia adecuada de la nutrición en el proceso de memoria y aprendizaje de los niños para que desarrollen todo el potencial físico e intelectual en ese cúmulo de actividades pedagógicas que realizan para cumplir con la enseñanza y formación.

**Pregunta 10 ¿Cree que una alimentación equilibrada contribuye a un mejor estado de ánimo en los niños?**

**Tabla No.55 Pregunta 10 encuesta padres de familia**

Opciones	Padres de familia Frecuencia	Padres de familia Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	1	1.82%
En desacuerdo	2	3.64%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	1	1.82%
De acuerdo	26	47.27%
Totalmente de acuerdo	25	45.45%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 47 Pregunta 10 encuesta padres de familia**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

**Interpretación**

En la tabla 55 y gráfico 47, la tendencia empírica de los datos es sólida desde la gran mayoría de los padres de familias encuestados, quienes revelaron estar de acuerdo y totalmente de acuerdo, respectivamente, que una alimentación equilibrada contribuye a un mejor estado de ánimo en los niños. Resultados entrelazados con los planteamientos de Vázquez et al., (2019) y Elías et al., (2021), cuyas investigaciones

avalan el nivel de influencia positiva del consumo nutricional de alimentos en la mejora del estado de ánimo de los niños, impactando además en el fortalecimiento de las funciones cognitivas y físicas para realizar las actividades escolares.

Cuando los niños y niñas están bien alimentados, se refleja la fuerza física que irradian en la ejecución de actividades del quehacer cotidiano diario en la escuela, el dinamismo en cada tarea, las emociones y sensaciones brotan, identificando rápidamente el estado de ánimo, convirtiéndose así en un elemento importante en el desempeño en la escuela. Estos resultados consideran que la mayoría de los padres respalda que la alimentación influye en el estado de ánimo de los hijos.

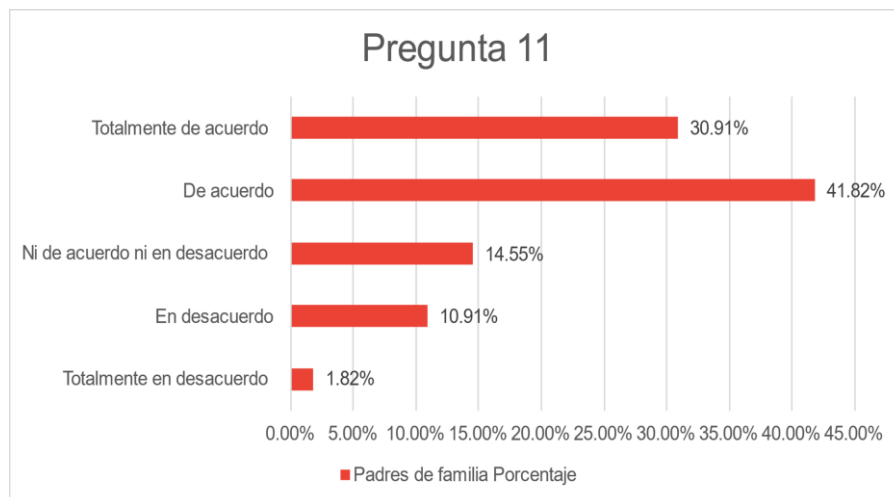
**Pregunta 11. ¿Compartir comidas en la escuela fomenta la socialización entre los estudiantes?**

**Tabla No. 56 Pregunta 11 encuesta padres de familia**

<b>Opciones</b>	<b>Padres de familia Frecuencia</b>	<b>Padres de familia Porcentaje</b>
Totalmente en desacuerdo	1	1.82%
En desacuerdo	6	10.91%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	8	14.55%
De acuerdo	23	41.82%
Totalmente de acuerdo	17	30.91%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.





**Gráfico No. 48 Preguntar 11 encuesta padres de familia**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 56 y gráfico 48, los datos reflejados por las opciones de los padres de familias encuestados muestran de modo contundente estar de acuerdo y totalmente de acuerdo, respectivamente que, compartir comidas en la escuela fomenta la socialización entre los estudiantes. Planteamiento avalado por los trabajos de Coq & Gerardin (2020) y Cipriano (2020), donde las actividades de socialización son la expresión genuina para la integración, interacción e intercambio de un individuo, con capacidad para adecuarse en un determinado ambiente social, siempre con los objetivos de establecer comportamientos, valores y aprender patrones sociales.

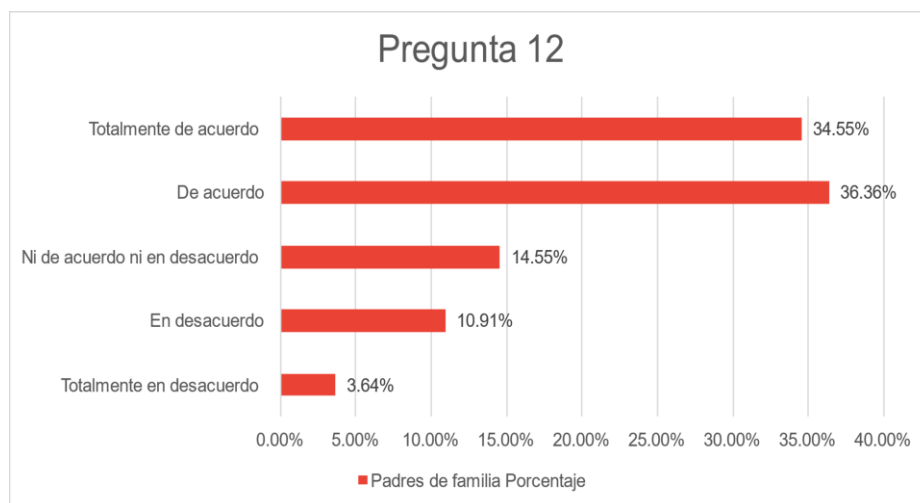
Son espacios con oportunidades naturales de motivación, confianza, participación y amistad que estrechan lazos de relaciones sociales al estar disfrutando de alimentos comunes, lo que favorece sin lugar a dudas el desarrollo socioemocional de los estudiantes. Estos resultados sugieren que la mayoría de los padres consideran, que compartir comidas en la escuela tiene un impacto positivo en la socialización de los hijos.

**Pregunta 12. ¿Los niños con una dieta equilibrada muestran mayor autoestima y confianza?**

**Tabla No. 57 Pregunta 12 encuesta padres de familia**

Opciones	Padres de familia Frecuencia	Padres de familia Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	2	3.64%
En desacuerdo	6	10.91%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	8	14.55%
De acuerdo	20	36.36%
Totalmente de acuerdo	19	34.55%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 49 Pregunta 12 encuesta padres de familia**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

**Interpretación**

En la tabla 57 y gráfico 49, la tendencia de los datos sobre las opciones de los padres de familias revela que están de acuerdo y totalmente de acuerdo, respectivamente que, los niños con una dieta equilibrada muestran mayor autoestima y confianza, cuando los estudiantes disponen de un consumo de alimentos con características más saludables que otros tienden a tener menos problemas emocionales.

Así lo respaldan los trabajos publicados de Burgos et al., (2021) y Bajaña et al., (2020) al documentar que la ingesta balanceada de alimentos nutritivos contribuye positivamente en el desarrollo físico y emocional de los niños, por ende, repercute en los niveles de motivación que guarda una estrecha relación con la autoestima como parte de la valoración que tiene ellos de sí mismo.

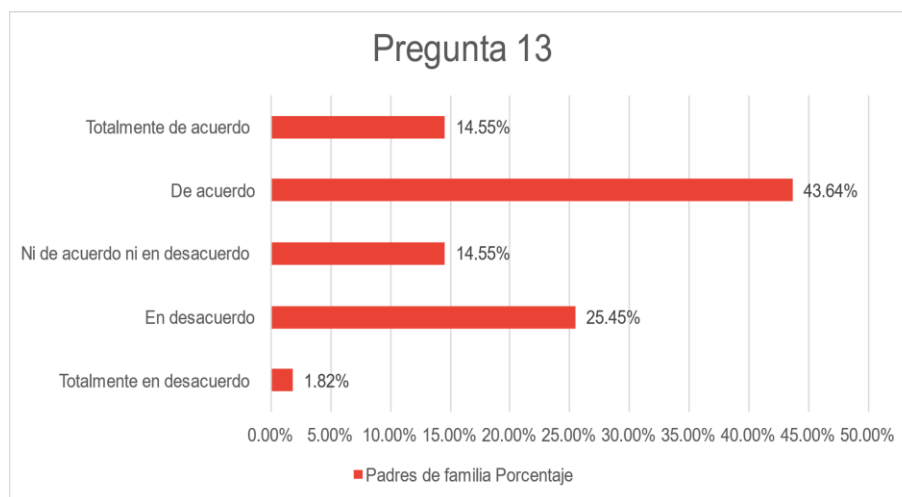
Estos resultados sugieren que la mayoría de los padres considera que la dieta equilibrada tiene un impacto positivo en la autoestima y la confianza de los niños, al conseguir mejores resultados en las calificaciones, comportamientos muchos más dinámicos para hacer frentes a las actividades pedagógicas en las aulas de clases.

***Pregunta 13. ¿Reciben los padres de familia suficiente información sobre la importancia de la nutrición en el desarrollo integral?***

**Tabla No. 58 Pregunta 13 encuesta padres de familia**

<b>Opciones</b>	<b>Padres de familia Frecuencia</b>	<b>Padres de familia Porcentaje</b>
Totalmente en desacuerdo	1	1.82%
En desacuerdo	14	25.45%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	8	14.55%
De acuerdo	24	43.64%
Totalmente de acuerdo	8	14.55%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 50 Pregunta 13 encuesta padres de familia**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 58 y gráfico 50, los datos visualizan una tendencia muy justa en términos porcentuales sobre la decisión de los padres al estar de acuerdo y totalmente de acuerdo, respetivamente que, los padres de familia reciben suficiente información sobre la importancia de la nutrición en el desarrollo integral, evidenciando debilidades en este aspecto básico dentro de la participación en el proceso de enseñanza, formación y aprendizajes de los hijos, llamando así la atención del conjunto de los grupos de interés de la comunidad educativa para ser más dinámico. Aquí, la literatura le otorga una importancia estratégica en la participación de los padres y representantes en el desarrollo íntegro e integral de los hijos para el consumo de alimentos nutritivos equilibrados, lo que favorecerá las habilidades, competencias y capacidades mentales (Rego et al., 2022; Yepes y Cánovas, 2013).

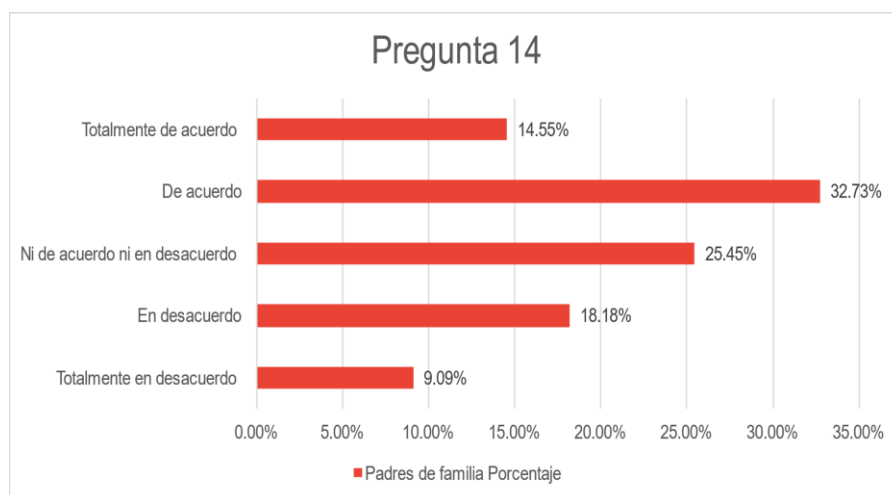
En ese sentido, las autoridades del centro educativo en conjunto con el equipo de colaboradores docentes, deben facilitar más información a los padres de familia sobre la relevancia de la educación nutricional de los hijos en el escenario de mejorar el desarrollo íntegro e integral, esto en virtud que, existe una percepción generalizada entre los padres de la falta de datos al respecto.

**Pregunta 14. ¿Las autoridades educativas priorizan la alimentación y nutrición en sus políticas y programas?**

**Tabla No. 59 Pregunta 14 encuesta padres de familia**

Opciones	Padres de familia Frecuencia	Padres de familia Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	5	9.09%
En desacuerdo	10	18.18%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	14	25.45%
De acuerdo	18	32.73%
Totalmente de acuerdo	8	14.55%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 51 Pregunta 14 encuesta padres de familia**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

### ***Interpretación***

En la tabla 59 y gráfico 51, los datos visualizan porcentajes dispersos en las opciones de los padres de familias encuestados, no queda claro que las autoridades educativas priorizan la alimentación y nutrición en sus políticas y programas. Esto demuestra las debilidades existentes sobre este tema. En todo caso, la literatura reciente respalda que, quienes están en funciones directivas en las entidades educativas, deben promover lineamientos focalizados hacia estrategias pedagógicas para diseñar contenidos de educación nutricional, con miras a la adquisición de los estudiantes de hábitos alimenticios saludables (Pinto & Balderas, 2022).

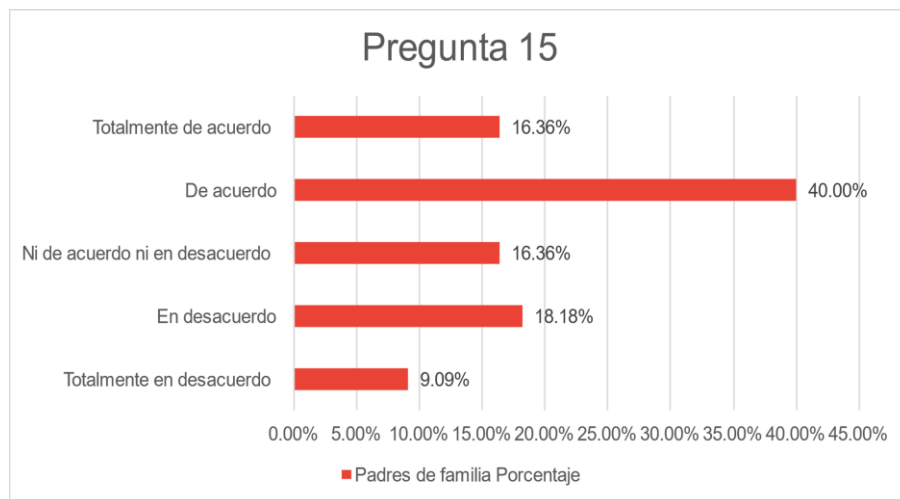
Por su parte, el Programa Mundial de Alimentos (2022), le otorga un nivel de prioridad estratégica a la seguridad alimentaria desde una dieta nutricional balanceada que favorezca el crecimiento, desarrollo físico y mental de los infantes en etapa de formación. Estos resultados sugieren que una parte considerable de los padres no perciben una priorización efectiva de la alimentación y nutrición en las políticas y programas de las autoridades educativas de la institución.

***Pregunta 15. ¿Existe una colaboración efectiva entre padres de familia, padres y autoridades para mejorar la nutrición de los niños?***

**Tabla No. 60 Pregunta 15 encuesta padres de familia**

<b>Opciones</b>	<b>Padres de familia Frecuencia</b>	<b>Padres de familia Porcentaje</b>
Totalmente en desacuerdo	5	9.09%
En desacuerdo	10	18.18%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	9	16.36%
De acuerdo	22	40.00%
Totalmente de acuerdo	9	16.36%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por: Narciza Jacqueline Narváz E.**



**Gráfico No. 52 Pregunta 15 encuesta padres de familia**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváz E.

***Interpretación***

En la tabla 60 y gráfico 52, la tendencia de los datos más allá que la mayoría de los padres de familia encuestados respaldan estar de acuerdo y totalmente de acuerdo, respectivamente que, exista una colaboración efectiva entre docentes, padres y autoridades para mejorar la nutrición de los niños, muestra debilidades significativas que son susceptibles a superarse a través de mayor participación e integración entre todos los actores involucrados en el proceso de enseñanza y aprendizaje de los estudiantes en la escuela.

Ello lo ha señalado los estudios de Rego et al., (2022), donde la participación activa de los integrantes de la comunidad educativa: directivos, profesores, personal administrativo, padres y representantes, son esenciales en trazar líneas para cultivar hábitos de consumos de alimentos saludables en los estudiantes, con la intención de elevar los estándares de calidad en el desempeño de las actividades escolares.

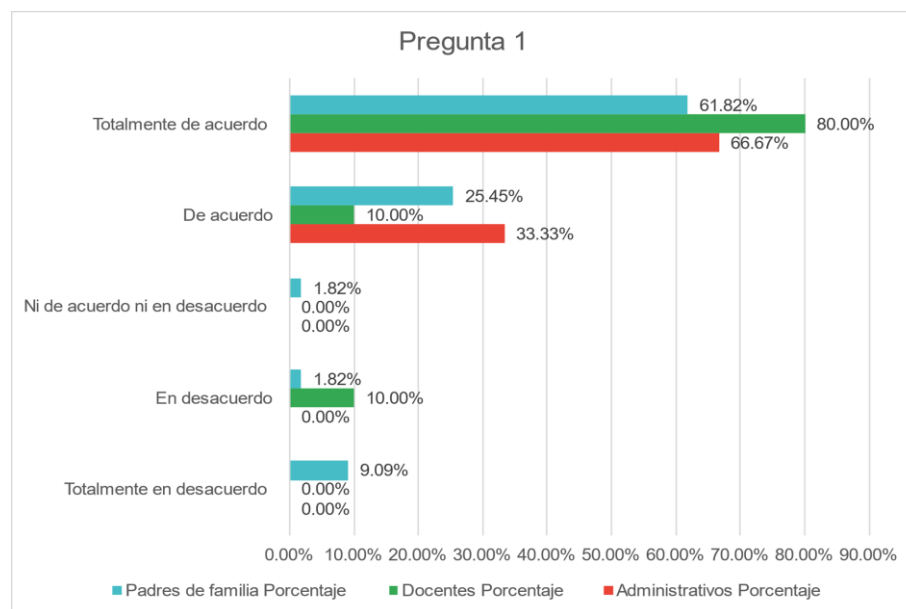
## Análisis comparado encuestas a adultos

**Pregunta 1. ¿Considera que una alimentación equilibrada es crucial para el desarrollo físico de los niños?**

**Tabla No. 61 Pregunta 1 encuesta adultos**

Opciones	Administrativos Porcentaje	Docentes Porcentaje	Padres de familia Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0.00%	0.00%	9.09%
En desacuerdo	0.00%	10.00%	1.82%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0.00%	0.00%	1.82%
De acuerdo	33.33%	10.00%	25.45%
Totalmente de acuerdo	66.67%	80.00%	61.82%
<b>Total</b>	<b>100.00%</b>	<b>100.00%</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 53 Pregunta 1 encuesta adultos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



### ***Interpretación***

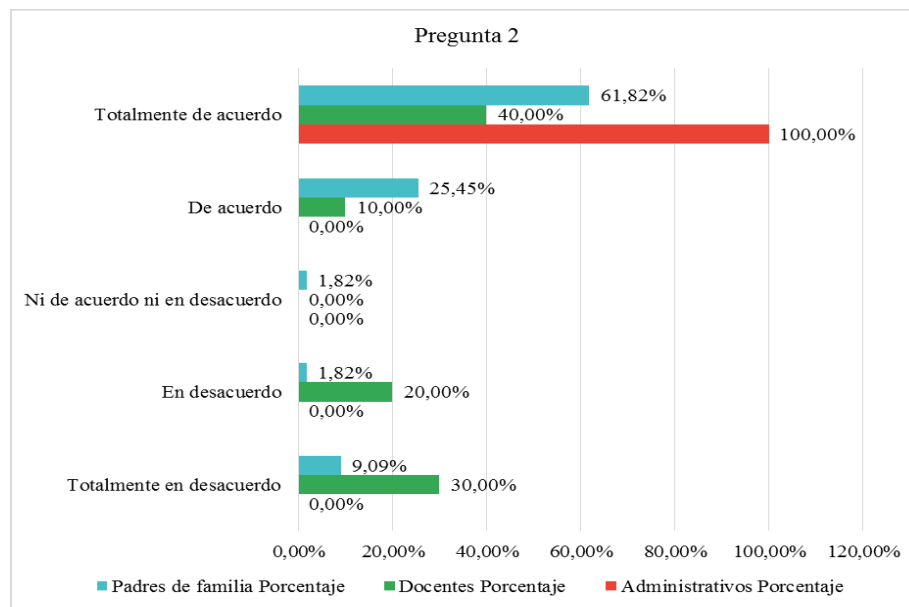
En la tabla 61 y gráfico 53, la tendencia de los datos comparativos de las encuestadas realizadas entre el personal administrativo, docentes y los padres de familias, con relación a la pregunta, ¿considera que una alimentación equilibrada es crucial para el desarrollo físico de los niños?, la mayoría está totalmente de acuerdo y de acuerdo respectivamente, con este planteamiento, favoreciendo la unanimidad para continuar aunando esfuerzos hacia la aplicación de acciones que mejoren el consumo de alimentos balanceados de los estudiantes para el fortalecimiento del desarrollo físico y cognoscitivo.

***Pregunta 2. ¿Cree que los nutrientes como vitaminas y minerales afectan directamente el rendimiento académico?***

**Tabla No. 62 Pregunta 2 encuesta adultos**

<b>Opciones</b>	<b>Administrativos Porcentaje</b>	<b>Docentes Porcentaje</b>	<b>Padres de familia Porcentaje</b>
Totalmente en desacuerdo	0.00%	30.00%	9.09%
En desacuerdo	0.00%	20.00%	1.82%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0.00%	0.00%	1.82%
De acuerdo	0.00%	10.00%	25.45%
Totalmente de acuerdo	100.00%	40.00%	61.82%
<b>Total</b>	100.00%	100.00%	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 54 Pregunta 2 encuesta adultos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

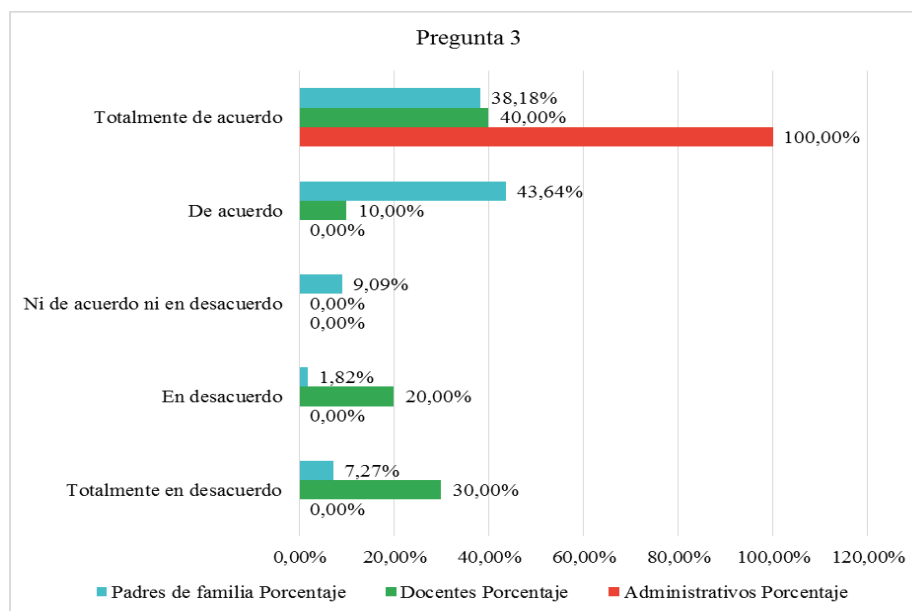
En la tabla 62 y gráfico 54, la tendencia de los datos comparativos de las encuestadas realizadas al personal administrativo, docente y los padres de familias, con relación a la pregunta, ¿cree que los nutrientes como vitaminas y minerales afectan directamente el rendimiento académico?, la mayoría está totalmente de acuerdo y de acuerdo respectivamente con esa aseveración. No obstante, conviene puntualizar que la mitad de los docentes tienen ciertas dudas al respecto. De allí que, las autoridades de la institución deben trazar una hoja de ruta con mayor participación del equipo docente que no está del todo convencido que el consumo de nutrientes (vitaminas y minerales), influyen el rendimiento académico, lo que se puede mejorar a través de foros internos sobre investigaciones acreditadas que disponen de datos científicos que lo avalan para socializar el conocimiento.

**Pregunta 3. ¿Opina que la educación nutricional debería ser una parte esencial del currículo escolar?**

**Tabla No. 63 Pregunta 3 encuesta adultos**

Opciones	Administrativos Porcentaje	Docentes Porcentaje	Padres de familia Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0.00%	10.00%	7.27%
En desacuerdo	0.00%	10.00%	1.82%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0.00%	0.00%	9.09%
De acuerdo	0.00%	10.00%	43.64%
Totalmente de acuerdo	100.00%	70.00%	38.18%
<b>Total</b>	<b>100.00%</b>	<b>100.00%</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 55 Pregunta 3 encuesta adultos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

### ***Interpretación***

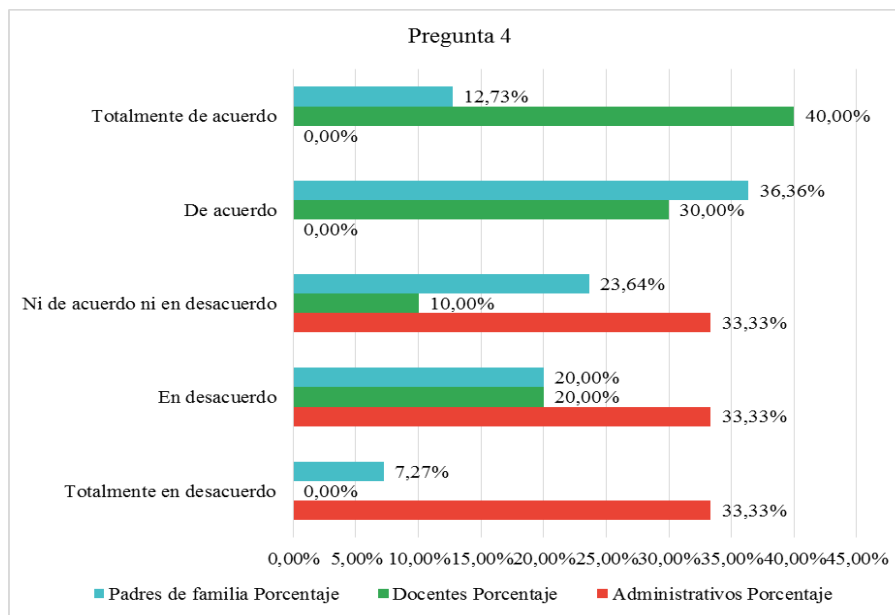
En la tabla 63 y gráfico 55, la tendencia de los datos comparativos de las encuestadas realizadas al personal administrativo, docente y los padres de familias, con relación a la pregunta, ¿opina que la educación nutricional debería ser una parte esencial del currículo escolar?, la mayoría está totalmente de acuerdo y de acuerdo respectivamente con ello, lo que permite promover iniciativas conjuntas para solicitar a las autoridades del Ministerio de Educación del país, la incorporación de contenidos programáticos en el pñsum de estudios sobre educación nutricional, a los efectos de fundamentar la aplicación de estrategias pedagógicas en las aulas de clases, desde el accionar docente que facilite la transferencia de conocimientos de hábitos de consumos equilibrados en los estudiantes en el contexto del bienestar físico y mental, en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

***Pregunta 4. ¿La escuela implementa programas de alimentación saludable para los estudiantes?***

**Tabla No. 64 Pregunta 4 encuesta adultos**

<b>Opciones</b>	<b>Administrativos Porcentaje</b>	<b>Docentes Porcentaje</b>	<b>Padres de familia Porcentaje</b>
Totalmente en desacuerdo	33.33%	0.00%	7.27%
En desacuerdo	33.33%	20.00%	20.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	33.33%	10.00%	23.64%
De acuerdo	0.00%	30.00%	36.36%
Totalmente de acuerdo	0.00%	40.00%	13.73%
<b>Total</b>	<b>100.00%</b>	<b>100.00%</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 56 Pregunt 4 encuesta adultos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 64 y gráfico 56, la tendencia de los datos comparativos de las encuestadas realizadas al personal administrativo, docente y los padres de familias, con relación a la pregunta, ¿la escuela implementa programas de alimentación saludable para los estudiantes?, la dispersión en las respuestas de cada grupo, evidencia las debilidades presentes con respecto a las acciones que debe impulsar el equipo directivo de la escuela para disponer de un plan alimenticio que beneficie a los niños y niñas en todo el conjunto, y más si se trata de una política pública de carácter gubernamental que se desarrolla en el país desde hace más de cuatro décadas.

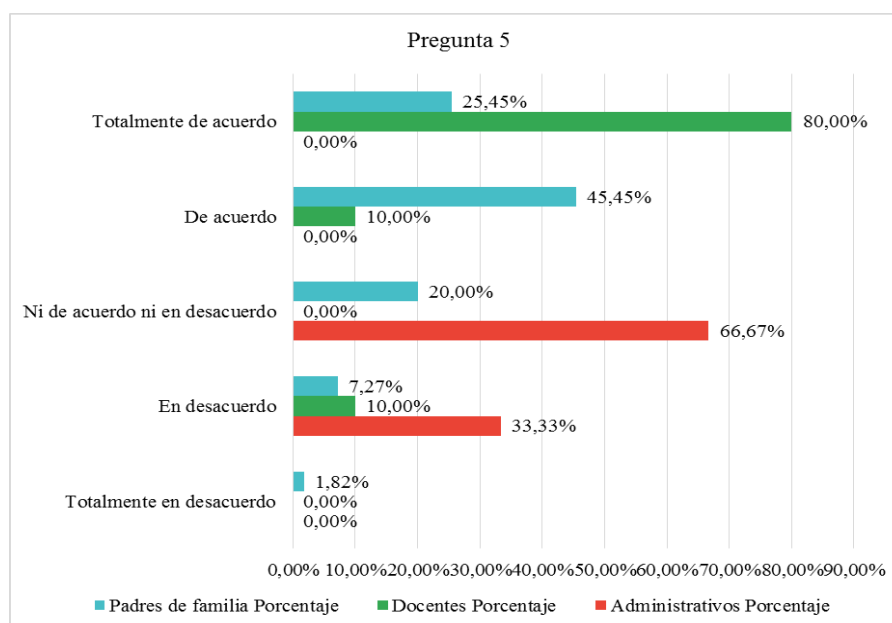
***Pregunta 5. ¿Los docentes incorporan temas de nutrición en sus clases?***

**Tabla No. 65 Pregunt 5 encuesta adultos**

Opciones	Administrativos Porcentaje	Docentes Porcentaje	Padres de familia Porcentaje

Totalmente en desacuerdo	0.00%	0.00%	1.82%
En desacuerdo	33.33%	10.00%	7.27%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	66.67%	0.00%	20.00%
De acuerdo	0.00%	10.00%	45.45%
Totalmente de acuerdo	0.00%	80.00%	25.45%
<b>Total</b>	100.00%	100.00%	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 57 Pregunta 5 encuesta adultos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E

***Interpretación***

En la tabla 65 y gráfico 57, la tendencia de los datos comparativos de las encuestadas realizadas al personal administrativo, docente y los padres de familias, con relación a la pregunta, ¿los docentes incorporan temas de nutrición en sus clases?, aquí los profesores y los padres respaldaron el empleo de contenidos programáticos dentro del accionar pedagógico en las aulas de clases, aspecto que los colaboradores administrativos no están en conocimiento, lo que favorece el fortalecimiento de hábitos de consumos de alimentos nutritivos para una salud, bienestar físico y mental de los

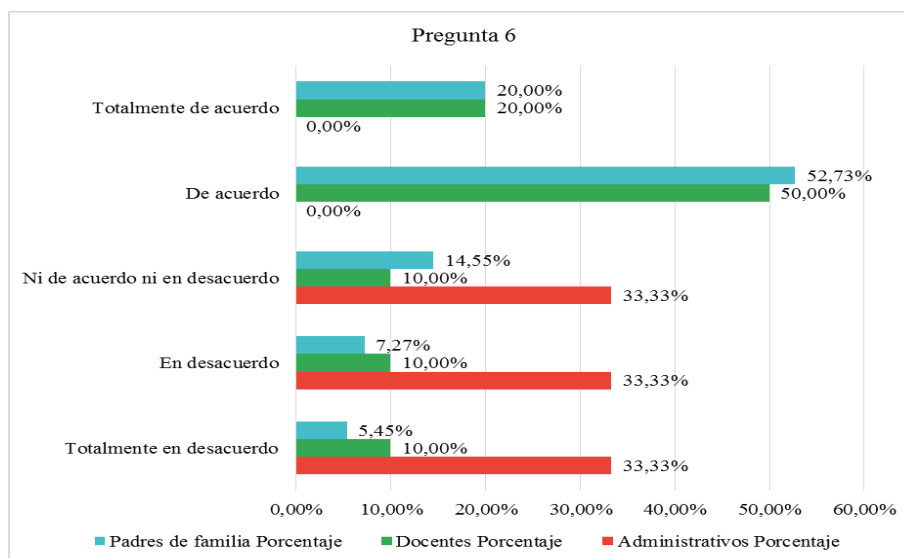
estudiantes que requieren para alcanzar excelentes niveles de desempeño en las actividades escolares. Más allá de ello, es clave atender posibles brechas de comunicación o percepción entre los administrativos y demás grupos de interés de la comunidad educativa como parte de la inclusión.

**Pregunta 6. ¿Los padres están involucrados en las iniciativas de alimentación escolar?**

**Tabla No. 66 Pregunta 6 encuesta adultos**

Opciones	Administrativos Porcentaje	Docentes Porcentaje	Padres de familia Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	33.33%	10.00%	5.45%
En desacuerdo	33.33%	10.00%	7.27%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	33.33%	10.00%	14.55%
De acuerdo	0.00%	50.00%	52.73%
Totalmente de acuerdo	0.00%	20.00%	20.00%
<b>Total</b>	<b>100.00%</b>	<b>100.00%</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 58 Pregunta 6 encuesta adultos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 66 y gráfico 58, la tendencia de los datos comparativos de las encuestadas realizadas al personal administrativo, docente y los padres de familias, con relación a la pregunta, ¿los padres están involucrados en las iniciativas de alimentación escolar?, los dos últimos grupos avalan que los padres sí participan en las actividades asociadas con la nutrición en la escuela de los hijos, aspecto que dista muchísima de las opciones de los colaboradores en posiciones administrativas que ejercen funciones más exógenas dentro del propio proceso de enseñanza y aprendizaje, en todo caso, es una oportunidad para impulsar con más fuerza la participación activa de los actores que conforman la comunidad educativa en aras de fomentar mayor colaboración y comunicación.

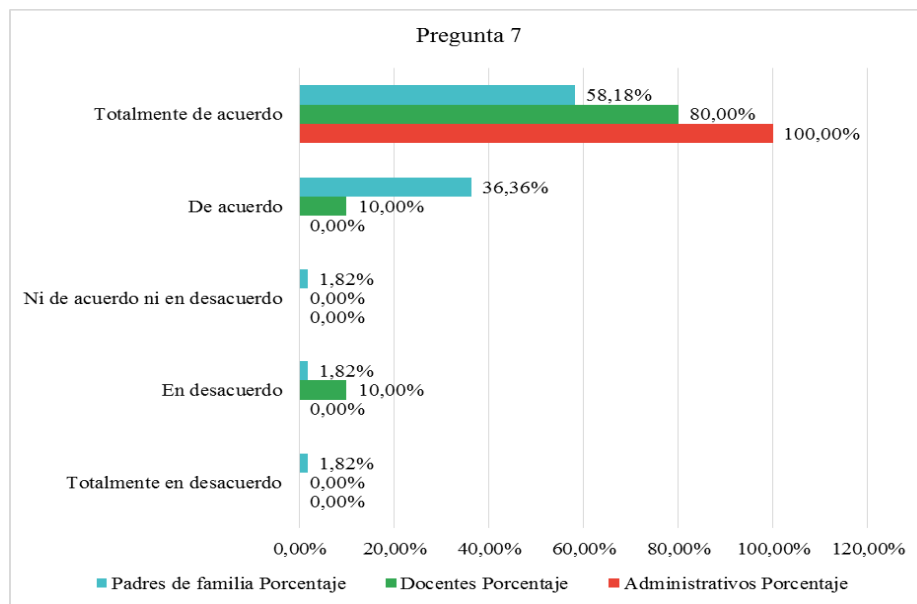
***Pregunta 7. ¿Piensa que una buena nutrición mejora la concentración y atención de los niños en clase?***

**Tabla No. 67 Pregunta 7 encuesta adultos**

<b>Opciones</b>	<b>Administrativos Porcentaje</b>	<b>Docentes Porcentaje</b>	<b>Padres de familia Porcentaje</b>
Totalmente en desacuerdo	0.00%	0.00%	1.82%
En desacuerdo	0.00%	10.00%	1.82%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0.00%	0.00%	1.82%
De acuerdo	0.00%	10.00%	36.36%
Totalmente de acuerdo	100.00%	80.00%	58.18%
<b>Total</b>	100.00%	100.00%	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.





**Gráfico No. 59 Pregunta 7 encuesta adultos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

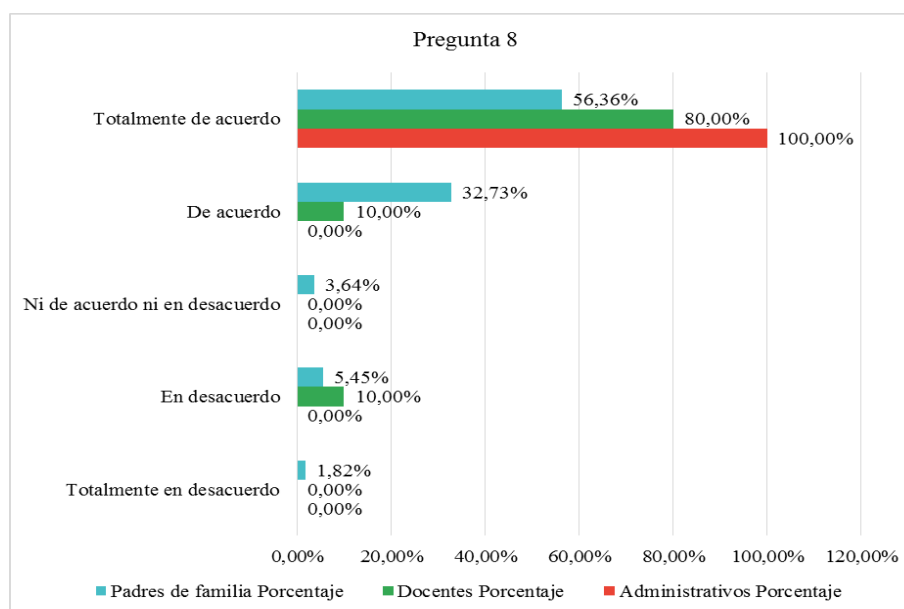
En la tabla 67 y gráfico 59, la tendencia de los datos comparativos de las encuestadas realizadas al personal administrativo, docente y los padres de familias, con relación a la pregunta, ¿piensa que una buena nutrición mejora la concentración y atención de los niños en clase?, se está en presencia de un consenso generalizado sobre la importancia que reviste dentro del proceso de escolarización en eje transversal de la nutrición que tiene influencia directa y positiva para el rendimiento académico de los niños y niñas en los términos cuantitativos (calificaciones) y cualitativos, lo que favorecería toma de decisiones conjuntas para implementar estrategias pedagógicas para tal fin.

***Pregunta 8. ¿Los niños que desayunan adecuadamente tienen un mejor rendimiento académico?***

**Tabla No. 68 Pregunta 8 encuesta adultos**

Opciones	Administrativos Porcentaje	Docentes Porcentaje	Padres de familia Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0.00%	0.00%	1.82%
En desacuerdo	0.00%	10.00%	5.45%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0.00%	0.00%	3.64%
De acuerdo	0.00%	10.00%	32.73%
Totalmente de acuerdo	100.00%	80.00%	56.36%
<b>Total</b>	100.00%	100.00%	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 60 Pregunta 8 encuesta adultos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 68 y gráfico 60, la tendencia de los datos comparativos de las encuestadas realizadas al personal administrativo, docente y los padres de familias, con relación a la pregunta, ¿los niños que desayunan adecuadamente tienen un mejor rendimiento académico?, de modo unánime los grupos favorecen este planteamiento,

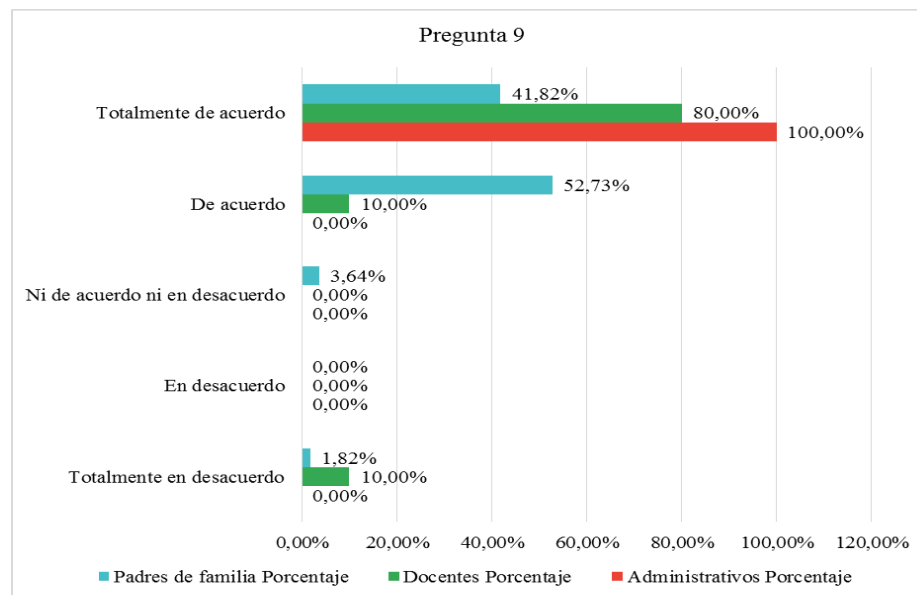
en la medida que los hijos consuman alimentos nutritivos por las mañanas se ve reflejado en los niveles de desempeño en las actividades escolares, aspecto que tiene respaldo en la extensa literatura señalada en los análisis individuales de las secciones anteriores, respaldando así, el consenso general entre los diferentes actores de la comunidad educativa sobre la importancia de un desayuno óptimo para mejorar sustancialmente el rendimiento.

**Pregunta 9. ¿La falta de nutrientes esenciales podría afectar negativamente la memoria y el aprendizaje de los niños?**

**Tabla No. 69 Pregunta 9 encuesta adultos**

Opciones	Administrativos Porcentaje	Docentes Porcentaje	Padres de familia Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0.00%	10.00%	1.82%
En desacuerdo	0.00%	0.00%	0.00%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0.00%	0.00%	3.64%
De acuerdo	0.00%	10.00%	52.73%
Totalmente de acuerdo	100.00%	80.00%	41.82%
<b>Total</b>	100.00%	100.00%	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narvárez E.



### Gráfico No. 61 Pregunta 9 encuesta adultos

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

#### *Interpretación*

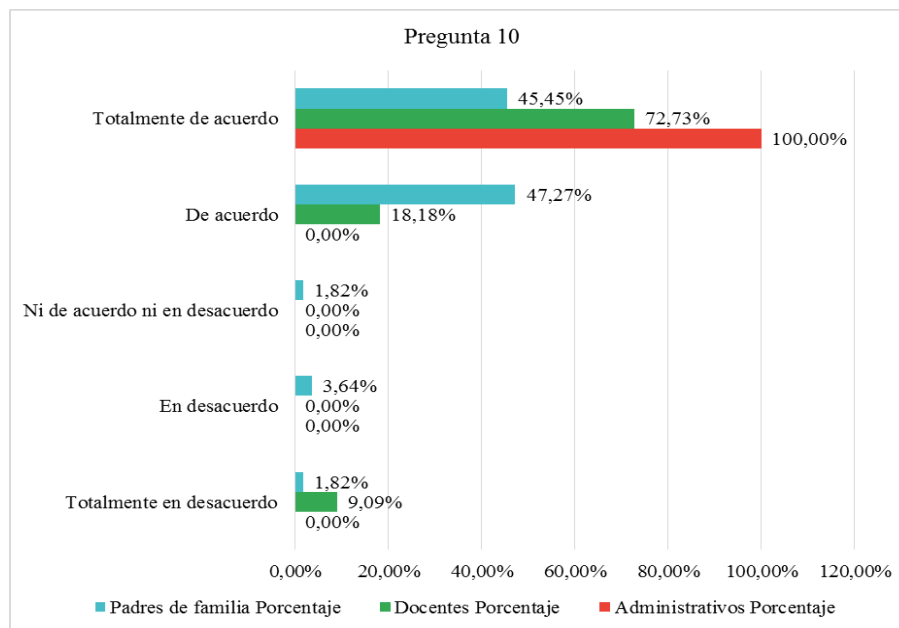
En la tabla 69 y gráfico 61, la tendencia de los datos comparativos de las encuestadas realizadas al personal administrativo, docente y los padres de familias, con relación a la pregunta, ¿la falta de nutrientes esenciales podría afectar negativamente la memoria y el aprendizaje de los niños?, la gran mayoría coinciden con este argumento, entonces en la medida que el consumo de alimentos esté balanceado y cargado de nutrientes en esa misma medida se fortalecen las funciones cognitivas que son clave en el procesamiento de información de las actividades escolares, caso contrario tendrá impactos negativos en los aprendizajes de los alumnos.

**Pregunta 10. ¿Cree que una alimentación equilibrada contribuye a un mejor estado de ánimo en los niños?**

**Tabla No. 70 Pregunta 10 encuesta adultos**

Opciones	Administrativos Porcentaje	Docentes Porcentaje	Padres de familia Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0.00%	10.00%	1.82%
En desacuerdo	0.00%	0.00%	3.64%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0.00%	0.00%	1.82%
De acuerdo	0.00%	20.00%	47.27%
Totalmente de acuerdo	100.00%	70.00%	45.45%
<b>Total</b>	100.00%	100.00%	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 62 Pregunta 10 encuesta adultos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

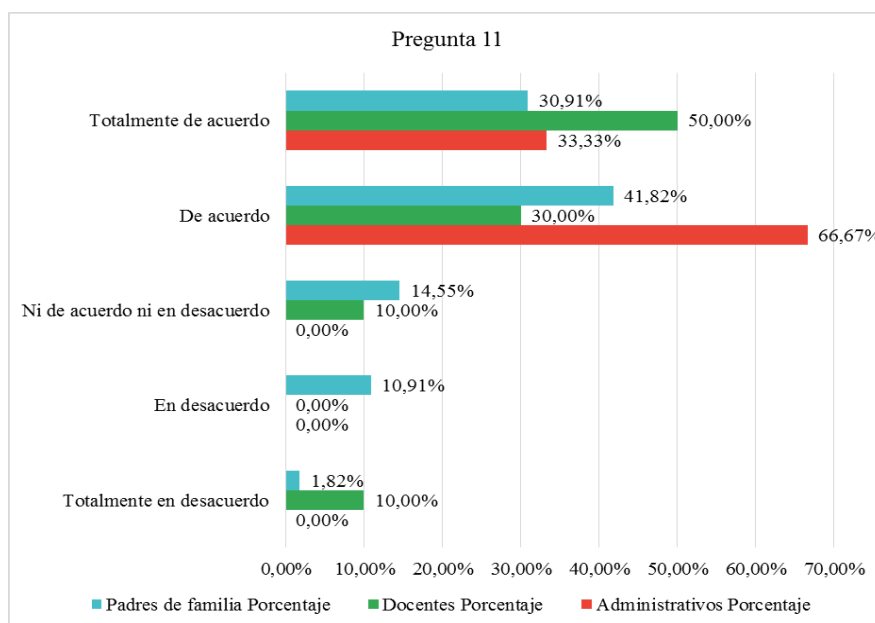
En la tabla 70 y gráfico 62, la tendencia de los datos comparativos de las encuestadas realizadas al personal administrativo, docente y los padres de familias, con relación a la pregunta, ¿cree que una alimentación equilibrada contribuye a un mejor estado de ánimo en los niños?, todos los actores están convencidos que el consumo de nutrientes balanceados en las comidas tiene un efecto positivo en las emociones, sensaciones y motivaciones de los estudiantes, lo que naturalmente está respaldado por múltiples investigaciones acreditadas que ejerce una influencia en el desempeño académico, un consenso que puede contribuir en la mejora de nuevas estrategias pedagógicas que se apliquen para seguir avanzado en este factor determinando para la enseñanza y aprendizaje.

**Pregunta 11. ¿Compartir comidas en la escuela fomenta la socialización entre los estudiantes?**

**Tabla No. 71 Pregunta 11 encuesta adultos**

Opciones	Administrativos Porcentaje	Docentes Porcentaje	Padres de familia Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0.00%	10.00%	1.82%
En desacuerdo	0.00%	0.00%	10.91%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	0.00%	10.00%	14.55%
De acuerdo	66.67%	30.00%	41.82%
Totalmente de acuerdo	33.33%	50.00%	30.91%
<b>Total</b>	<b>100.00%</b>	<b>100.00%</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 63 Pregunta 11 encuesta adultos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

### ***Interpretación***

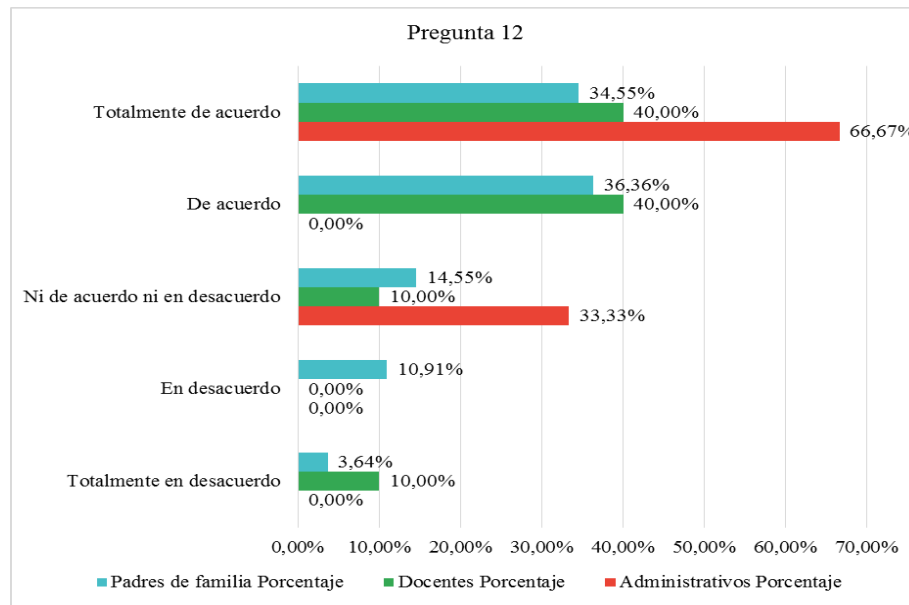
En la tabla 71 y gráfico 63, la tendencia de los datos comparativos de las encuestadas realizadas al personal administrativo, docente y los padres de familias, con relación a la pregunta, ¿compartir comidas en la escuela fomenta la socialización entre los estudiantes?, las estadísticas reflejan un consenso generalizado entre los grupos de interés que respaldan el intercambio de alimentos en el contexto de compartir y socializar por parte de los estudiantes, lo que generar lazos, empatía, motiva y fortaleza procesos cognitivos, entonces, compartir comidas en la escuela tiene un impacto positivo en la socialización.

***Pregunta 12. ¿Los niños con una dieta equilibrada muestran mayor autoestima y confianza?***

**Tabla No.72 Pregunta 12 encuesta adultos**

<b>Opciones</b>	<b>Administrativos Porcentaje</b>	<b>Docentes Porcentaje</b>	<b>Padres de familia Porcentaje</b>
Totalmente en desacuerdo	0.00%	10.00%	3.64%
En desacuerdo	0.00%	0.00%	10.91%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	33.33%	10.00%	14.55%
De acuerdo	0.00%	40.00%	36.36%
Totalmente de acuerdo	66.67%	40.00%	34.55%
<b>Total</b>	100.00%	100.00%	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 64 Pregunta 12 encuesta adultos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 72 y gráfico 64, la tendencia de los datos comparativos de las encuestadas realizadas al personal administrativo, docente y los padres de familias, con relación a la pregunta, ¿los niños con una dieta equilibrada muestran mayor autoestima y confianza?, están a favor de esta premisa que tiene sustento en un centenar de investigaciones académicas, al encontrarse con las funciones y capacidades cognitivas como la percepción, atención, emoción y pensamiento en funcionamiento óptimo, lo que se ve reflejado en la motivación. En resumen, la mayoría de los encuestados en todas las categorías consideran que una dieta equilibrada está relacionada con una mayor autoestima y confianza.

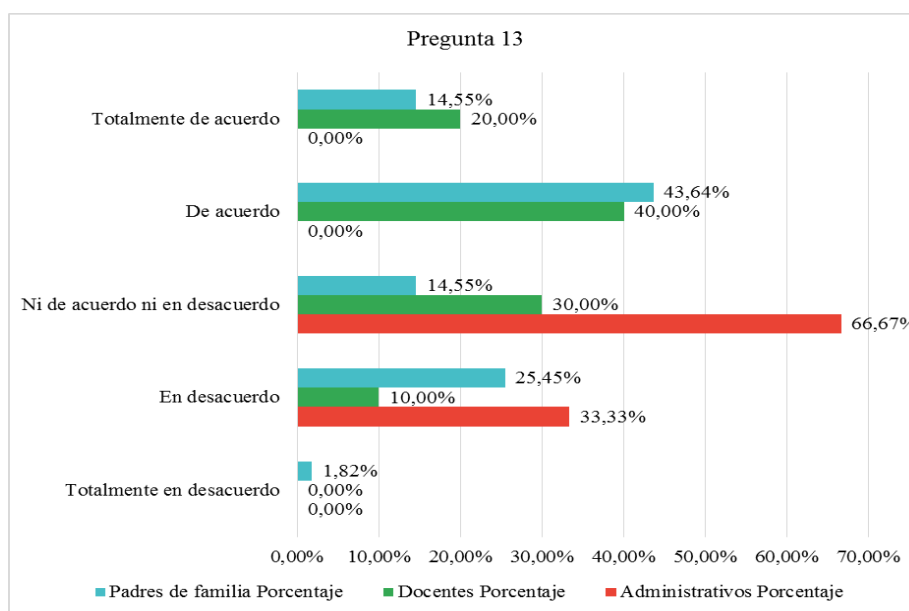
***Pregunta 13. ¿Reciben los padres de familia suficiente información sobre la importancia de la nutrición en el desarrollo integral?***



**Tabla No. 73 Pregunta 13 encuesta adultos**

Opciones	Administrativos Porcentaje	Docentes Porcentaje	Padres de familia Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0.00%	0.00%	1.82%
En desacuerdo	33.33%	10.00%	25.45%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	66.67%	30.00%	14.55%
De acuerdo	0.00%	40.00%	43.64%
Totalmente de acuerdo	0.00%	20.00%	14.55%
<b>Total</b>	<b>100.00%</b>	<b>100.00%</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 65 Pregunta 13 encuesta adultos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 73 y gráfico 65, la tendencia de los datos comparativos de las encuestadas realizadas al personal administrativo, docente y los padres de familias, con relación a la pregunta, ¿reciben los padres de familia suficiente información sobre la importancia de la nutrición en el desarrollo integral?, en este particular los datos son

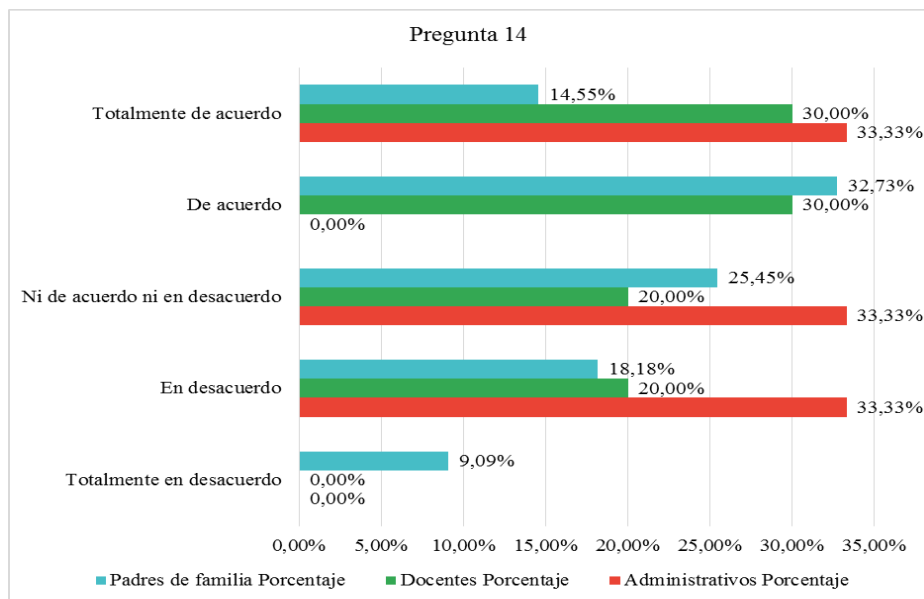
muy ajustados, lo que permite inferir que los padres efectivamente tienen a disponer de información sobre el consumo de alimentos nutritivos y balanceados para que los hijos mejoren el crecimiento y desarrollo tanto físico y mental, pero pueden aunarse mayores esfuerzos entre todos los grupos de interés en la comunidad educativa para que tenga mayor dinamismo este aspecto.

**Pregunta 14. ¿Las autoridades educativas priorizan la alimentación y nutrición en sus políticas y programas?**

**Tabla No. 74 Pregunta 14 encuesta adultos**

Opciones	Administrativos Porcentaje	Docentes Porcentaje	Padres de familia Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0.00%	0.00%	9.09%
En desacuerdo	33.33%	20.00%	18.18%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	33.33%	20.00%	25.45%
De acuerdo	0.00%	30.00%	32.73%
Totalmente de acuerdo	33.33%	30.00%	14.55%
<b>Total</b>	<b>100.00%</b>	<b>100.00%</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



### Gráfico No. 66 Pregunta 14 encuesta adultos

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

#### *Interpretación*

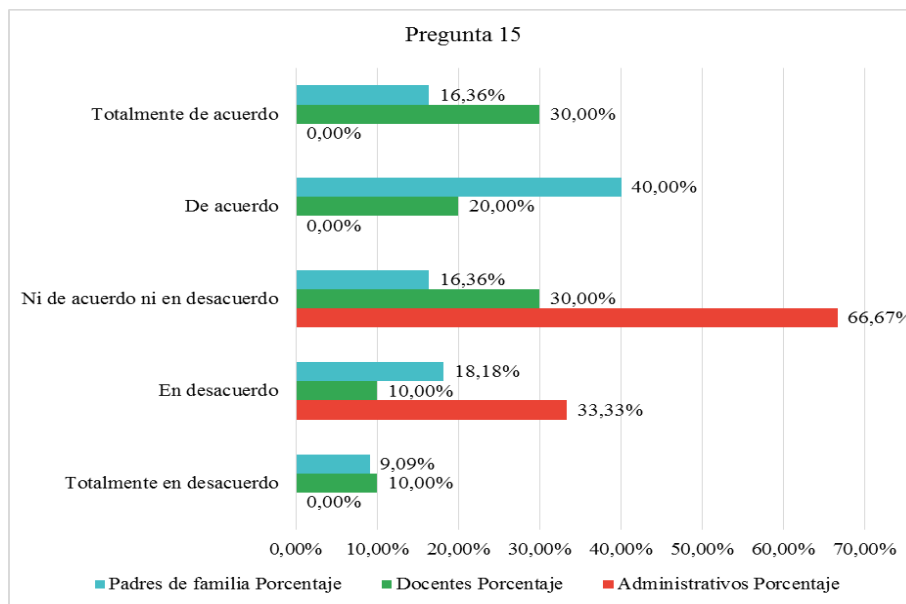
En la tabla 74 y gráfico 66, la tendencia de los datos comparativos de las encuestadas realizadas al personal administrativo, docente y los padres de familias, con relación a la pregunta, ¿las autoridades educativas priorizan la alimentación y nutrición en sus políticas y programas?, reflejan que más allá que los directivos de la escuela impulsan acciones vinculadas con la alimentación de los estudiantes, los datos dan muestra de ciertas debilidades que son susceptibles a superarla al intensificar los esfuerzos para darle mayor prioridad a la educación nutricional de los niños y niñas, aspecto que tiene impacto positivo en el rendimiento escolar como señala la literatura.

**Pregunta 15. ¿Existe una colaboración efectiva entre docentes, padres y autoridades para mejorar la nutrición de los niños?**

**Tabla No. 75 Pregunta 15 encuesta adultos**

Opciones	Administrativos Porcentaje	Docentes Porcentaje	Padres de familia Porcentaje
Totalmente en desacuerdo	0.00%	10.00%	9.09%
En desacuerdo	33.33%	10.00%	18.18%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	66.67%	30.00%	16.36%
De acuerdo	0.00%	20.00%	40.00%
Totalmente de acuerdo	0.00%	30.00%	16.36%
<b>Total</b>	100.00%	100.00%	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 67 Pregunta 15 encuesta adultos**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 75 y gráfico 67, la tendencia de los datos comparativos de las encuestadas realizadas al personal administrativo, docente y los padres de familias, con relación a la pregunta, ¿existe una colaboración efectiva entre docentes, padres y autoridades para mejorar la nutrición de los niños?, tanto para los padres como el equipo de profesores que son los actores directos en el proceso de enseñanza y aprendizaje los datos evidencia participación justa, que el personal administrativo afirma que no hay presencia de ello, lo que permite inferir debilidades en los mecanismos de participación de los padres en los temas inherentes con actividades para mejorar la nutrición, aquí es necesario incorporarlos como actores clave en la comunidad que pueden coadyuvar en generar hábitos de consumo de alimentos desde el hogar.

### *Análisis general de la encuesta a adultos*

El análisis general de la interpretación de la encuesta a adultos revela una serie de percepciones y opiniones importantes sobre la relación entre la alimentación y nutrición y el desarrollo integral de los niños en el contexto escolar. A continuación, se resumen los hallazgos clave:

1. **Importancia de la Alimentación Equilibrada:** En la pregunta 1, la gran mayoría de los adultos (administrativos, docentes y padres de familia) están de acuerdo o totalmente de acuerdo en que una alimentación equilibrada es crucial para el desarrollo físico de los niños. Esto sugiere un alto grado de conciencia sobre la importancia de una dieta adecuada en el crecimiento y desarrollo de los niños.
2. **Impacto de los Nutrientes en el Rendimiento Académico:** En la pregunta 2, aunque la mayoría de los adultos están de acuerdo en que los nutrientes como vitaminas y minerales afectan directamente el rendimiento académico, hay un porcentaje significativo que no está completamente convencido. Esto indica una cierta ambigüedad en la percepción del vínculo entre la nutrición y el rendimiento escolar.
3. **Educación Nutricional en el Currículo Escolar:** La pregunta 3 revela que la mayoría de los docentes están de acuerdo en que la educación nutricional debería ser una parte esencial del currículo escolar. Sin embargo, algunos administrativos y padres de familia muestran ciertas reservas en este aspecto, lo que sugiere la necesidad de un mayor consenso en la importancia de la educación nutricional en las escuelas.
4. **Programas de Alimentación Saludable:** La pregunta 4 muestra que los administrativos están más en desacuerdo con la idea de que la escuela implementa programas de alimentación saludable para los estudiantes en comparación con los docentes y padres de familia. Esto podría indicar una falta

de información o percepciones divergentes en cuanto a las iniciativas de alimentación en la escuela.

5. **Incorporación de Temas de Nutrición por Parte de los Docentes:** En la pregunta 5, la mayoría de los docentes están de acuerdo en que incorporan temas de nutrición en sus clases. Sin embargo, algunos padres de familia no están completamente convencidos de esta práctica, lo que sugiere una posible brecha en la comunicación entre docentes y padres en este aspecto.
6. **Participación de los Padres en Iniciativas de Alimentación Escolar:** En la pregunta 6, se observa una diversidad de opiniones sobre si los padres están involucrados en las iniciativas de alimentación escolar. Esto podría indicar la necesidad de una mayor colaboración entre la escuela y los padres en relación con la alimentación de los niños.
7. **Mejora en la Concentración y Atención:** La pregunta 7 muestra que la mayoría de los adultos están de acuerdo en que una buena nutrición mejora la concentración y atención de los niños en clase, lo que refuerza la percepción de que la alimentación influye en el desempeño académico.
8. **Relación entre Desayuno y Rendimiento Académico:** En la pregunta 8, la mayoría de los adultos están de acuerdo en que los niños que desayunan adecuadamente tienen un mejor rendimiento académico, lo que destaca la importancia de un desayuno saludable.
9. **Impacto de la Falta de Nutrientes en la Memoria y el Aprendizaje:** En la pregunta 9, la mayoría de los adultos están de acuerdo en que la falta de nutrientes esenciales podría afectar negativamente la memoria y el aprendizaje de los niños, lo que sugiere una conciencia de los efectos negativos de la malnutrición.
10. **Contribución de la Alimentación al Estado de Ánimo:** La pregunta 10 indica que la mayoría de los adultos están de acuerdo en que una alimentación

equilibrada contribuye a un mejor estado de ánimo en los niños, lo que resalta la conexión entre la nutrición y la salud mental.

**11. Socialización a través de Comidas en la Escuela:** La pregunta 11 muestra que los adultos tienen opiniones diversas sobre si compartir comidas en la escuela fomenta la socialización entre los estudiantes. Esto podría sugerir diferentes perspectivas sobre la dinámica social en la escuela.

**12. Autoestima y Confianza en Niños con Dieta Equilibrada:** En la pregunta 12, a mayoría de los adultos está de acuerdo en que los niños con una dieta equilibrada muestran mayor autoestima y confianza, lo que subraya la influencia positiva de la alimentación en el bienestar emocional de los niños.

En resumen, la encuesta a adultos refleja una comprensión generalizada de la importancia fundamental de una alimentación equilibrada en el desarrollo físico, cognitivo y emocional de los niños en el entorno escolar. Los adultos, en su mayoría, reconocen la influencia positiva de los nutrientes en el rendimiento académico, la concentración, el estado de ánimo y la autoestima de los estudiantes.

Aunque existen algunas divergencias en las percepciones, como en la implementación de programas de alimentación saludable y la inclusión de temas de nutrición en las clases, estos hallazgos resaltan la necesidad de una mayor comunicación y colaboración entre administrativos, docentes y padres de familia para promover prácticas alimenticias saludables y la educación nutricional como componentes esenciales en la educación integral de los niños en el ámbito escolar.

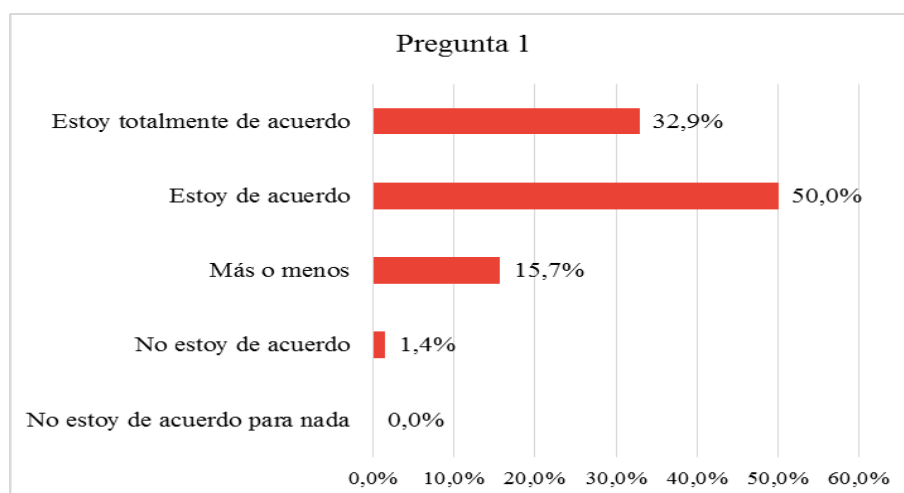
## Análisis de la Encuesta Niños

**Pregunta 1. ¿Sientes que aprendes mejor cuando has comido algo saludable?**

**Tabla No. 76 Pregunta 1 encuesta niños**

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
No estoy de acuerdo para nada	0	0.00%
No estoy de acuerdo	1	1.43%
Más o menos	11	15.71%
Estoy de acuerdo	35	50.00%
Estoy totalmente de acuerdo	23	32.86%
<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narváez Narciza



**Gráfico No. 68 Pregunta 1 encuesta niños**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

### ***Interpretación***

En la tabla 76 y gráfico 68, la tendencia de los datos en los niños encuestados manifiesta que están la mayoría de acuerdo y totalmente de acuerdo, respectivamente, que sienten que aprenden mejor cuando han comido algo saludable. Esto se debe, según Luna et al. (2018), que el estado nutricional resulta un componente básico para estimular y potenciar las capacidades cognitivas, dinamizando el proceso de adquisición de conocimientos en los niños. De allí que, muchos están conscientes de



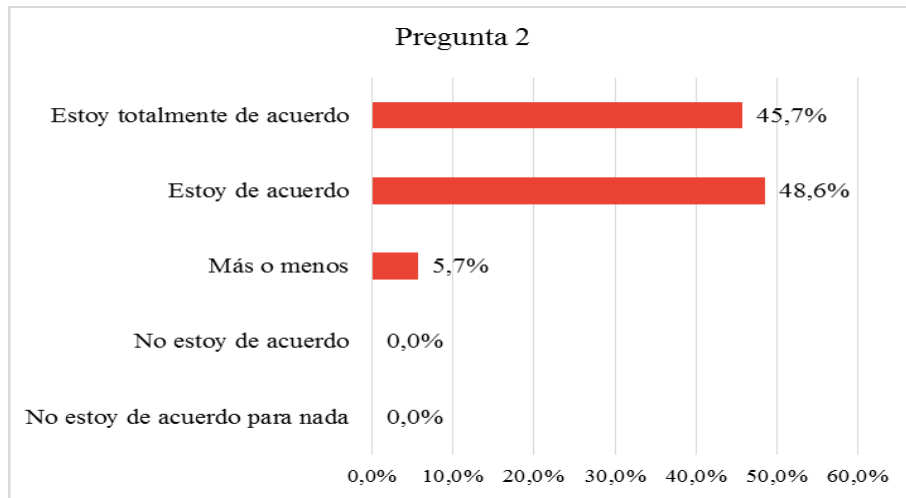
los beneficios de una dieta saludable en el rendimiento escolar, lo que puede reflejar la influencia de la educación recibida tanto en el hogar como en la escuela sobre la importancia de una buena nutrición. Este conocimiento subraya la necesidad de integrar la educación nutricional en los programas escolares y las estrategias de crianza, destacando cómo la nutrición adecuada puede ser un pilar clave para mejorar el rendimiento académico y cognitivo.

**Pregunta 2. ¿Crees que es más fácil prestar atención en clase después de un buen desayuno?**

**Tabla No. 77 Pregunta 2 encuesta niños**

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
No estoy de acuerdo para nada	0	0.00%
No estoy de acuerdo	0	0.00%
Más o menos	4	5.71%
Estoy de acuerdo	34	48.57%
Estoy totalmente de acuerdo	32	45.71%
<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narvárez E.



**Gráfico No. 69 Pregunta 2 encuesta niños**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narvárez E.

**Interpretación**

En la tabla 77 y gráfico 69, la tendencia de los datos en los niños encuestados opina que están la mayoría de acuerdo y totalmente de acuerdo, respectivamente, que es más fácil prestar atención en clase después de un buen desayuno, pues los nutrientes consumidos le brindan las energías suficientes para que las funciones cognitivas vinculadas con la percepción, atención, memoria estén activas. La selección de los niños se fundamenta en la investigación de Chillogalli et al., (2021), que documentaron la relación positiva entre una alimentación balanceada con el desempeño en las actividades escolares en las aulas de clases, supeditada al desarrollo de las funciones cognitivas.

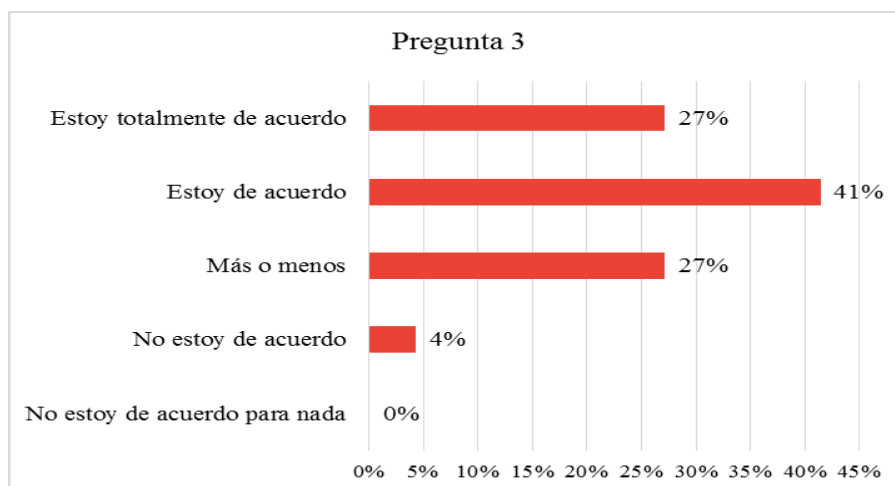
Por ende, los resultados subrayan la importancia de la nutrición matutina en el desempeño académico, cognitivo, y refuerzan la idea de que un desayuno saludable y completo es clave para un aprendizaje efectivo y una mayor atención en el aula.

***Pregunta 3. ¿Piensas que los niños que comen bien son más listos?***

**Tabla No. 78 Pregunta 3 encuesta niños**

<b>Opciones</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
No estoy de acuerdo para nada	0	0.00%
No estoy de acuerdo	3	4.29%
Más o menos	19	27.14%
Estoy de acuerdo	29	41.43%
Estoy totalmente de acuerdo	19	27.14%
<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 70 Pregunt 3 encuesta niños**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

En la tabla 78 y gráfico 70, la tendencia de los datos en los niños encuestados revelan que la mayoría está de acuerdo y totalmente de acuerdo respectivamente que, piensan que los niños que comen bien son más listos, evidentemente en la medida que adquieren alimentos altos en nutrientes, vitaminas y minerales las energías facilitan el mejor funcionamiento de las capacidades físicas y cognitivas (procesos: pensamiento, atención, memoria, emoción, etc.), fortaleciendo el neurodesarrollo (Chillogalli et al., 2021). Estos resultados reflejan una percepción generalizada entre los niños de que una nutrición adecuada puede influir positivamente en la inteligencia o el rendimiento cognitivo.

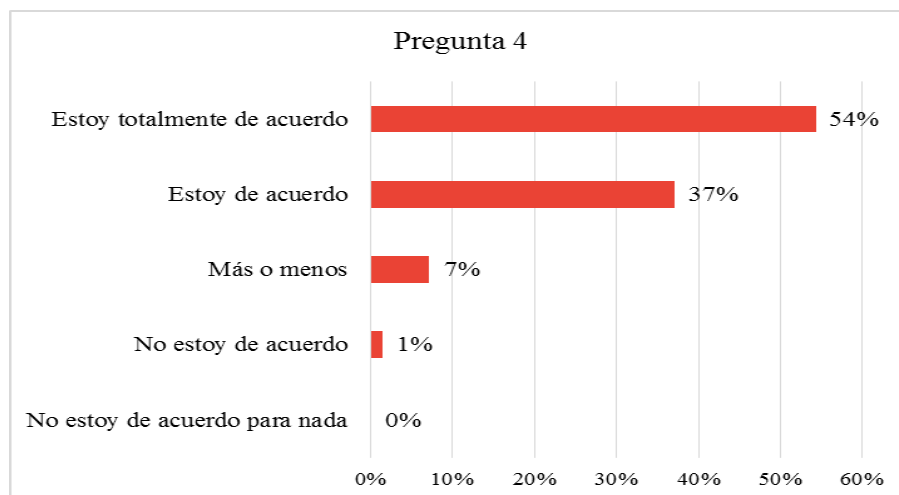
***Pregunt 4. ¿Te sientes con más energía para jugar y hacer deporte cuando comes bien?***

**Tabla No. 79 Pregunt 4 encuesta niños**

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
No estoy de acuerdo para nada	0	0.00%
No estoy de acuerdo	1	1.43%
Más o menos	5	7.14%

Estoy de acuerdo	26	37.14%
Estoy totalmente de acuerdo	38	54.29%
<b>Total</b>	70	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 71 Pregunt 4 encuesta niños**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

***Interpretación***

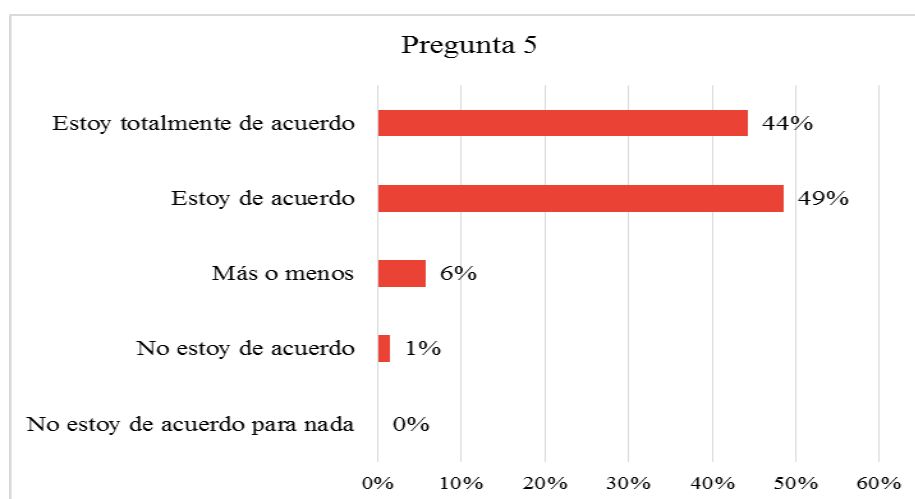
En la tabla 79 y gráfico 71, la tendencia de los datos en los niños encuestados expresan que la mayoría están totalmente de acuerdo y de acuerdo respectivamente que, se sienten con más energía para jugar y hacer deporte cuando comen bien, en la misma línea de las investigaciones de Chillogalli et al., (2021) y Bajaan et al., (2020); la relación entre una alimentación equilibrada, el rendimiento físico y académico es favorable, lo que se ve plasmado en aspectos como la energía, concentración y desarrollo físico, este último está focalizado en los entrenamientos deportivos. Estos datos revelan una fuerte conciencia entre los niños de la relación directa entre una nutrición adecuada y la energía para actividades físicas, donde comer bien, potencia capacidades físicas para realizar actividades deportivas y juegos.

**Pregunta 5. ¿Crees que los niños que comen frutas y verduras son más fuertes?**

**Tabla No. 80 Pregunta 5 encuesta niños**

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
No estoy de acuerdo para nada	0	0.00%
No estoy de acuerdo	1	1.43%
Más o menos	4	5.71%
Estoy de acuerdo	34	48.57%
Estoy totalmente de acuerdo	31	44.29%
<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.



**Gráfico No. 72 Pregunta 5 encuesta niños**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E

***Interpretación***

En la tabla 80 y gráfico 72, la tendencia de los datos en los niños encuestados señala que están en la mayoría de acuerdo y totalmente de acuerdo, respectivamente, que los niños que comen frutas y verduras son más fuertes, son alimentos con una variada gama de nutrientes que aportan vitaminas, energías, tal como ha afirmado Calceto et al., (2019), el consumo de frutas y verduras son esenciales para fortalecer las funciones cognitivas. Este resultado muestra una fuerte conciencia entre los niños encuestados sobre la importancia de la nutrición en relación con el aspecto evaluado

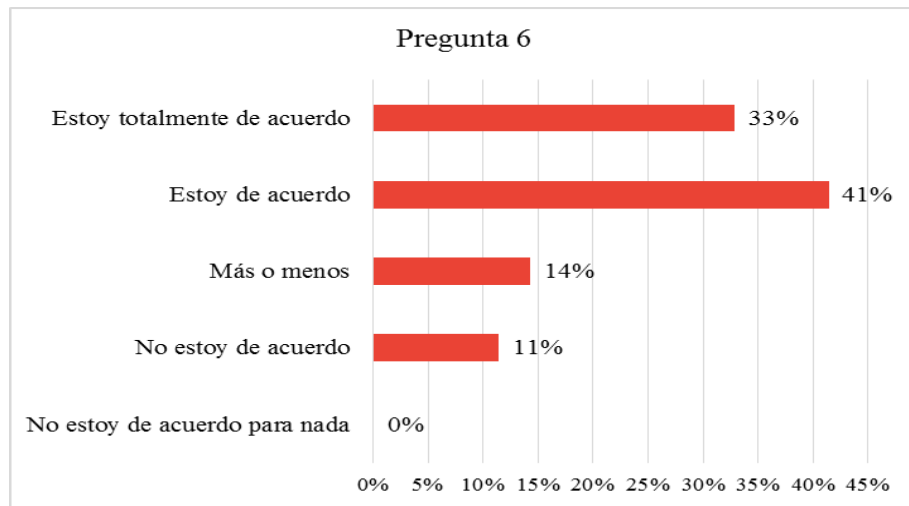
en la pregunta, destacando cómo la mayoría de los niños reconoce los beneficios positivos de una alimentación adecuada en relación con el bienestar o capacidad.

**Pregunta 6. ¿Piensas que comer bien te ayuda a hacer tus tareas más rápido?**

**Tabla No. 81 Pregunta 6 encuesta niños**

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
No estoy de acuerdo para nada	0	0.00%
No estoy de acuerdo	8	11.43%
Más o menos	10	14.29%
Estoy de acuerdo	29	41.43%
Estoy totalmente de acuerdo	23	32.86%
<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E



**Gráfico No. 73 Pregunta 6 encuesta niños**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E

**Interpretación**

En la tabla 81 y gráfico 73, la tendencia de los datos en los niños encuestados considera la mayoría de acuerdo y totalmente de acuerdo, respectivamente, que comer bien te ayuda a hacer tus tareas más rápido, efectivamente la literatura avala esta premisa que en la medida que los niños consumen alimentos balanceados y

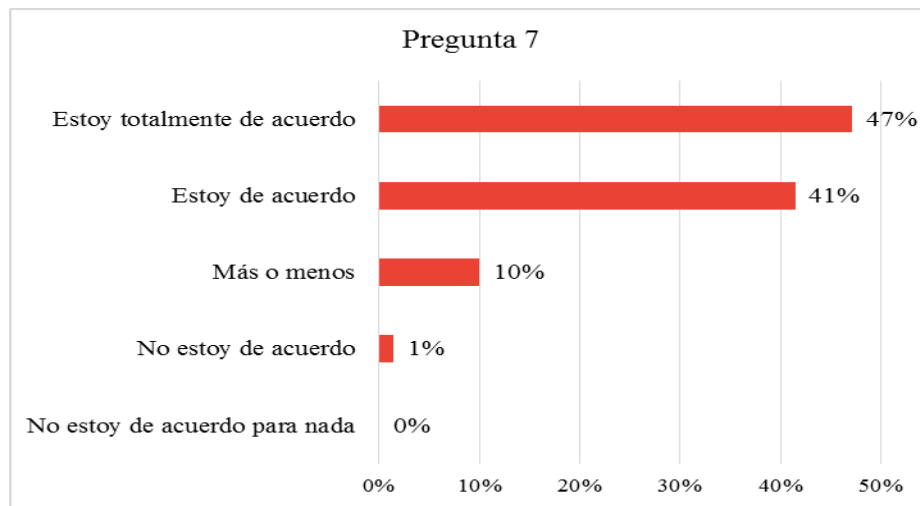
enriquecidos en esa misma medida como refiere Bajaña et al., (2020), se potencia la energía y concentración a través de una dieta balanceada para que los alumnos acumulen suficiente energía y concentración en las actividades escolares durante el quehacer cotidiano. Con estos resultados, la mayoría de los niños percibe un vínculo entre una nutrición adecuada y una mayor rapidez o eficiencia en la realización de tareas escolares.

**Pregunta 7. ¿Te sientes más feliz cuando has comido algo que te gusta y es saludable?**

**Tabla No. 82 Pregunta 7 encuesta niños**

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
No estoy de acuerdo para nada	0	0.00%
No estoy de acuerdo	1	1.43%
Más o menos	7	10.00%
Estoy de acuerdo	29	41.43%
Estoy totalmente de acuerdo	33	47.14%
<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narvárez E



**Gráfico No. 74 Pregunta 7 encuesta niños**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narvárez E

### ***Interpretación***

En la tabla 82 y gráfico 74, la tendencia de los datos en los niños encuestados está en la mayoría totalmente de acuerdo y de acuerdo, respectivamente, que se sienten más felices cuando han comido algo que le gusta y es saludable. Aquí, los estudios documentan que el neurodesarrollo estimula las funciones cognitivas de los niños, con énfasis en la emoción, y, por tanto, los esquemas mentales se dinamizan, favoreciendo el estado de ánimo, guardando una relación positiva con la nutrición balanceada (Chillogalli et al., 2021). Estos resultados indican una clara percepción entre los niños de una correlación positiva entre la satisfacción alimentaria y el estado de ánimo, sugiriendo que la combinación de disfrute y salud en la alimentación contribuye al bienestar emocional.

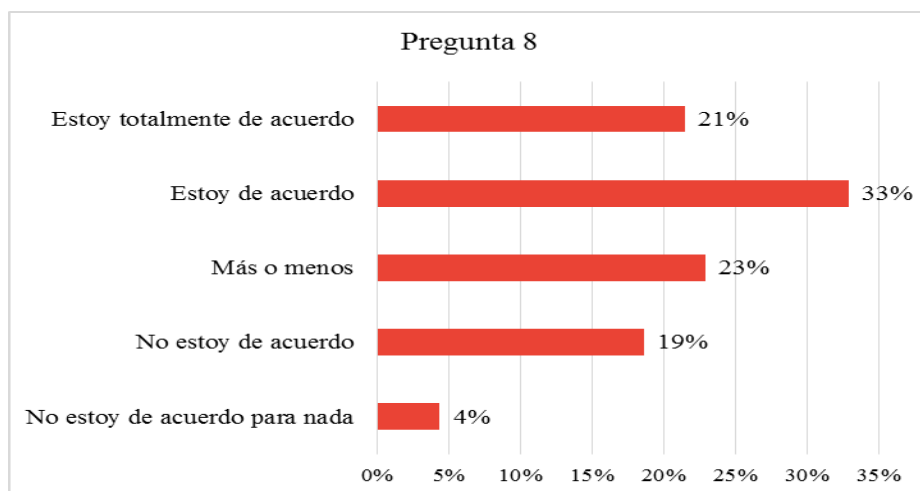
***Pregunta 8. ¿Crees que los niños que comen bien están menos tristes o enojados?***

**Tabla No. 83 Pregunta 8 encuesta niños**

<b>Opciones</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
No estoy de acuerdo para nada	3	4.29%
No estoy de acuerdo	13	18.57%
Más o menos	16	22.86%
Estoy de acuerdo	23	32.86%
Estoy totalmente de acuerdo	15	21.43%
<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narvárez E





**Gráfico No. 75 Preguntar 8 encuesta niños**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E

***Interpretación***

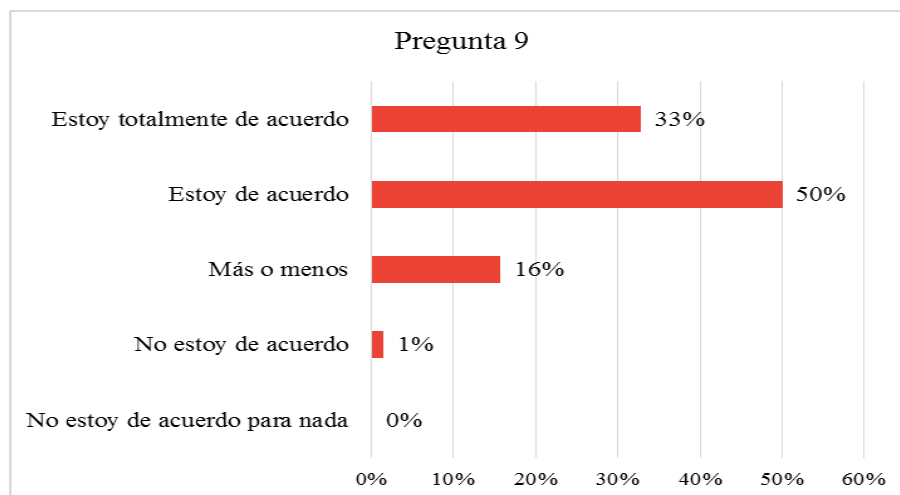
En la tabla 83 y gráfico 75, la tendencia de los datos en los niños encuestados está en la mayoría de acuerdo y totalmente de acuerdo, respectivamente, que los niños que comen bien están menos tristes o enojados, lo cual está vinculado con los planteamientos de Vázquez et al., (2019), un proceso nutritivo equilibrado mejora considerablemente del estado de ánimo, es decir, la alimentación influye en la cognición y el estado de ánimo general (Elías et al., 2021). Estos resultados demuestran una variedad de percepciones entre los niños sobre el impacto de la nutrición en el bienestar emocional, destacando, un vínculo.

***Preguntar 9. ¿Piensas que comer bien te hace sentir más seguro de ti mismo?***

**Tabla No. 84 Preguntar 9 encuesta niños**

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
No estoy de acuerdo para nada	0	0.00%
No estoy de acuerdo	1	1.43%
Más o menos	11	15.71%
Estoy de acuerdo	35	50.00%
Estoy totalmente de acuerdo	23	32.86%
<b>Total</b>	70	100.00%

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E



**Gráfico No. 76 Preguntar 9 encuesta niños**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E

### ***Interpretación***

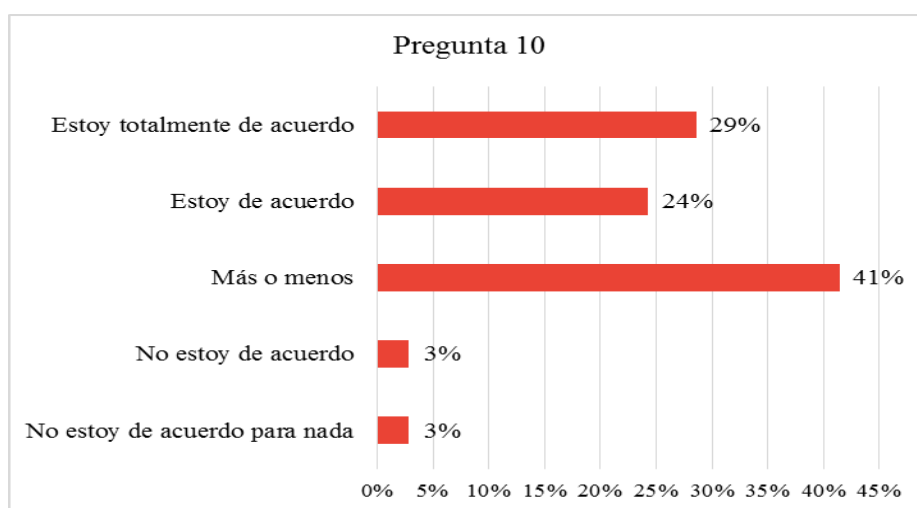
En la tabla 84 y gráfico 76, la tendencia de los datos en los niños encuestados está en la mayoría de acuerdo y totalmente de acuerdo, respectivamente, que comer bien te hace sentir más seguro de ti mismo. En ese sentido, los estudios de Bajaan et al., (2020) documentaron que un proceso de nutrición equilibrada fortalece los niveles de motivación, autoestima, y, por ende, les traslada mayor seguridad a los niños en el desempeño de las actividades escolares, así como la socialización con sus pares. Estos resultados sugieren que la mayoría de los niños relaciona positivamente una nutrición adecuada con una mayor autoconfianza, lo que podría reflejar la influencia de la alimentación en su bienestar general y autoestima.

**Pregunta 10. ¿Te gusta compartir tu comida con tus amigos en la escuela?**

**Tabla No. 85 Pregunta 10 encuesta niños**

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
No estoy de acuerdo para nada	2	2.86%
No estoy de acuerdo	2	2.86%
Más o menos	29	41.43%
Estoy de acuerdo	17	24.29%
Estoy totalmente de acuerdo	20	28.57%
<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E



**Gráfico No. 77 Pregunta 10 encuesta niños**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E

***Interpretación***

En la tabla 85 y gráfico 77, la tendencia de los datos en los niños encuestados está en la mayoría totalmente de acuerdo, de acuerdo, más o menos, respectivamente, que le gusta compartir la comida con sus amigos en la escuela, aquí los datos son dispersos, y una cantidad importante de niños están dudosos de intercambiar los alimentos. Para Coq & Gerardin (2020), los momentos de compartir e intercambio entre los niños fomentan lazos a través de la socialización, fortaleciendo valores y comportamientos útiles para cuando convives en una determinada comunidad como la

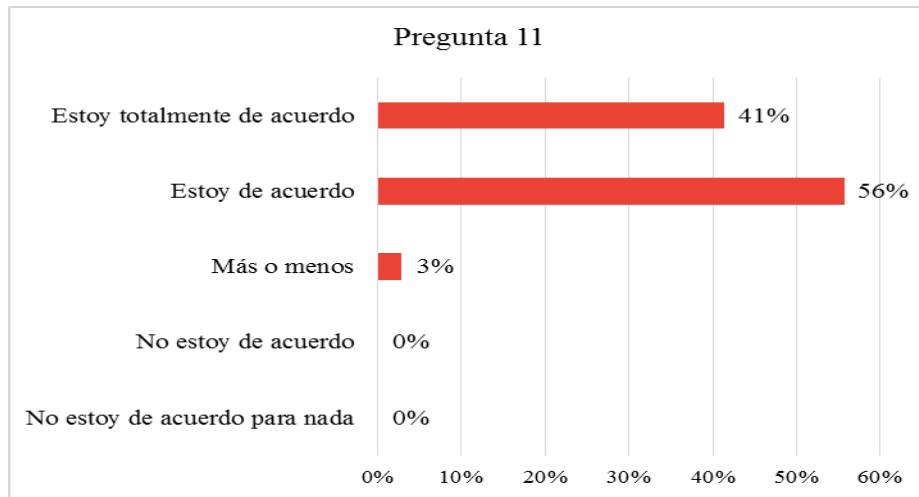
escuela. Estos resultados muestran que más de la mitad de los niños disfrutaban de compartir alimentos con sus amigos, impulsando la socialización e intercambio cultural por medio de la comida. Sin embargo, una considerable proporción de respuestas ambivalentes sugiere que, para algunos niños, compartir comida puede depender de varios factores como el tipo de alimento, el entorno social o preferencias personales.

**Pregunta 11. ¿Crees que es divertido aprender sobre comidas saludables con tus amigos?**

**Tabla No. 86 Pregunta 11 encuesta niños**

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
No estoy de acuerdo para nada	0	0.00%
No estoy de acuerdo	0	0.00%
Más o menos	2	2.86%
Estoy de acuerdo	39	55.71%
Estoy totalmente de acuerdo	29	41.43%
<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E



**Gráfico No. 78 Pregunta 11 encuesta niños**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E

### ***Interpretación***

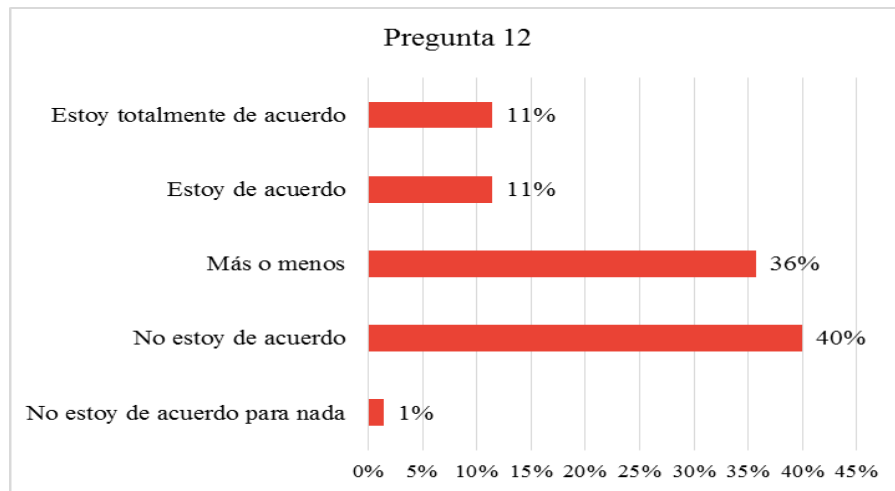
En la tabla 86 y gráfico 78, la tendencia de los datos en los niños encuestados está en la mayoría de acuerdo y totalmente de acuerdo, respectivamente, que es divertido aprender sobre comidas saludables con sus amigos. Cuando se produce intercambio de información y conocimientos en las actividades pedagógicas en materia de educación nutricional, se están promoviendo el establecimiento de hábitos para el consumo de alimentos que sean rico en nutrientes y vitaminas que beneficien la salud física y mental, repercutiendo en las funciones cognitivas, memoria, atención, pensamiento, aprendizaje, etc. (Escobar & Fernández, 2023). Este resultado sugiere que las actividades de aprendizaje grupal sobre alimentación saludable pueden ser una estrategia efectiva y atractiva en la educación nutricional, fomentando así la adopción de hábitos alimenticios saludables de una manera lúdica y socialmente enriquecedora.

### ***Pregunta 12. ¿Piensas que los niños que comen bien tienen más amigos?***

**Tabla No. 87 Pregunta 12 encuesta niños**

<b>Opciones</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
No estoy de acuerdo para nada	1	1.43%
No estoy de acuerdo	28	40.00%
Más o menos	25	35.71%
Estoy de acuerdo	8	11.43%
Estoy totalmente de acuerdo	8	11.43%
<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100.00%</b>

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E



**Gráfico No. 79 Preguntar 12 encuesta niños**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E

***Interpretación***

En la tabla 87 y gráfico 79, la tendencia de los datos en los niños encuestados no está convencidos de que, los niños que comen bien tienen más amigos. En este particular, el proceso de socialización está asociado con las interacciones, participación y empatía que cultivan en el quehacer cotidiano diario los niños, lo que favorece el desarrollo socioemocional (Coq & Gerardin, 2020).

Para ellos, no existe una correlación clara entre los hábitos alimenticios y el número de amistades, lo que sugiere que factores como la nutrición no son considerados determinantes en la formación de relaciones sociales. La presencia de opiniones variadas refleja cómo las experiencias personales y las creencias individuales pueden influir en cómo los niños perciben las relaciones entre alimentación y vida social.

## **CAPÍTULO III**

### **PROPUESTA**

**Título de la Propuesta:** Guía didáctica para la alimentación y nutrición como eje transversal para el desarrollo integral de los niños y niñas de Quinto Año de Educación General Básica.

#### **Objetivo General**

Promover el desarrollo integral de los estudiantes de quinto año de básica en la Escuela General Básica “José Enrique Rodó durante el periodo 2023-2024, mediante la comprensión profunda y la práctica activa de principios fundamentales de alimentación y nutrición.

#### **Fundamentación Científica y Técnica**

Según Aguilar Feijoo (2004), la guía didáctica es un instrumento concebido para ofrecer información detallada y dirección para llevar a cabo actividades educativas, con el fin de facilitar el proceso de enseñanza y aprendizaje. Este recurso pedagógico capacita a los profesores para investigar, planificar, organizar y ejecutar actividades prácticas que fomenten la comprensión y aplicación de conceptos, incorporando estrategias pedagógicas que involucren a los estudiantes y a los padres en la exploración activa de temas relacionados con la alimentación y nutrición. Su objetivo principal es facilitar la implementación efectiva de un proyecto al ofrecer instrucciones claras sobre cómo llevar a cabo las actividades planificadas,

Un aspecto clave es la descripción detallada de la metodología a seguir, explicando cómo llevar a cabo cada paso del proyecto, desde la planificación inicial hasta la evaluación final. Se detallan los enfoques cualitativos y cuantitativos, los instrumentos de recolección de datos, los procedimientos de análisis y se proporcionan ejemplos concretos para ilustrar la aplicación de la metodología., incluyendo planes de lecciones, actividades, recursos didácticos y estrategias pedagógicas.

## **Análisis de Factibilidad**

El análisis de factibilidad es una etapa crucial para evaluar la viabilidad de implementar una guía metodológica, tomando como referencia lo presentado previamente. En este contexto, se aborda el estudio de factibilidad de manera positiva, considerando los elementos que respaldan la implementación exitosa de la guía.

La guía metodológica propuesta se fundamenta en una sólida base teórica y en la experiencia previa de la investigadora. Un marco teórico y un análisis situacional inicial respaldan su factibilidad técnica. Además, la disponibilidad de recursos tecnológicos y de comunicación adecuados facilita su distribución y accesibilidad.

La viabilidad operativa de la guía se apoya en una estructura organizativa definida y roles claros. Se prevén pruebas piloto y ajustes durante la implementación para asegurar su eficacia.

La viabilidad económica de la guía se basa en la disponibilidad de recursos financieros suficientes para su desarrollo y promoción. Se ha evaluado un presupuesto que cubre costos de desarrollo, diseño, validación, publicación y promoción, y se contempla la opción de obtener financiamiento externo, como donaciones o patrocinios.

La guía metodológica cumple con las regulaciones y normativas actuales. Se ha realizado una revisión exhaustiva para asegurar el cumplimiento de los requisitos legales, éticos y normativos pertinentes. Está alineada con las políticas públicas y directrices gubernamentales relevantes.

Evaluar el impacto y la relevancia de la guía en la comunidad objetivo es esencial. Basándose en la investigación previa y en el análisis realizado, se confirma la necesidad de la guía en el ámbito de la alimentación y nutrición escolar. Se anticipa que tendrá un efecto positivo en la calidad de la alimentación y en el rendimiento académico de los niños, lo que justifica su implementación.




La guía metodológica se ajusta a la diversidad cultural y a las particularidades sociales del contexto ecuatoriano. Se han integrado enfoques inclusivos para garantizar su relevancia y efectividad en diversos entornos.


En resumen, el estudio de factibilidad para la implementación de la guía metodológica se presenta de manera positiva, respaldado por una base sólida y una planificación cuidadosa. La guía se ajusta a las necesidades y regulaciones del entorno ecuatoriano, y se espera que tenga un impacto significativo en la mejora de la alimentación y el rendimiento académico de los niños. La viabilidad técnica, operativa, económica, legal y social se considera favorable, lo que respalda la decisión de seguir adelante con la implementación de la guía metodológica.



Como parte de la propuesta de esta investigación, a continuación se presenta en la siguiente tabla, los cuatro módulos de la guía de nutrición para la alimentación como eje transversal para el desarrollo integral de los niños de quinto año de básica de la Escuela General Básica “José Enrique Rodó”, con las respectivas estrategias pedagógicas, acciones, indicadores para medir el impacto en los estudiantes, y la vinculación con los objetivos del desarrollo sostenibles (ODS) en el marco de la Agenda 2030 de las Naciones Unidas, estipulados a finales del año 2015 en la ciudad de Nueva York.

Se trata de alinear los módulos con los ODS como ese recurso de planificación multilateral que tiene impacto local y comunitario para promover el desarrollo de las capacidades educativas de los niños y niñas con un enfoque sostenible que garantice el equilibrio inclusivo para el consumo de alimentos nutritivos que beneficien la salud integra e integral hacia el bienestar común.

**Tabla No. 88. Estrategias y acciones de la propuesta vinculadas con los objetivos ODS (Agenda 2030)**

Módulos	Estrategias	Acciones	Indicadores	Vinculación con ODS
 <p>Fundamentos de nutrición</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Colaboración con familias y comunidad.</li> <li>▪ Aprendizaje práctico y experiencial.</li> <li>▪ Educación basada en proyecto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Emplear actividades lúdicas para clasificar los alimentos.</li> <li>▪ Desarrollar trabajo de campo a mercados o supermercados para identificar tipos de alimentos y conocer los aspectos nutricionales.</li> <li>▪ Proyectos grupales o individuales para crear menús equilibrados.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Identificar los tipos de alimentos.</li> <li>▪ Describir contenidos nutricionales de alimentos.</li> <li>▪ Propuesta de menú para una dieta equilibrada.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nro. 2. Poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición (...).</li> <li>▪ Nro. 4. Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad (...).</li> <li>▪ Nro.17. Fortalecer los medios de implementación y revitalizar la alianza mundial para el desarrollo sostenible.</li> </ul>

Módulos	Estrategias	Acciones	Indicadores	Vinculación con ODS
 <p>Hábitos alimentarios saludables</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Uso de tecnología y medios digitales.</li> <li>▪ Colaboración con familias y comunidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Desarrollar talleres para planificar menús semanales con cualidades saludables.</li> <li>▪ Actividades lúdicas educativas para seleccionar alimentos saludables.</li> <li>▪ Debates en equipos para simular escenarios reales sobre hábitos alimenticios.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Elaborar menús semanales saludables.</li> <li>▪ Selección de alimentos saludables.</li> <li>▪ Listar alimentos con cualidades saludables.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nro. 2. Poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición (...).</li> <li>▪ Nro. 4. Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad (...).</li> <li>▪ Nro. 3. Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades.</li> <li>▪ Nro.17. Fortalecer los medios de implementación y revitalizar la alianza mundial para el desarrollo sostenible.</li> </ul>

Módulos	Estrategias	Acciones	Indicadores	Vinculación con ODS
 <p>Cocina y preparación de alimentos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aprendizaje práctico y experiencial.</li> <li>▪ Educación basada en proyecto</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Actividades prácticas para preparar alimentos en un entorno controlado.</li> <li>▪ Proyectos conjuntos para crear menús saludables y sostenibles.</li> <li>▪ Visitas guiadas <i>in situ</i> a mercados locales para fortalecer el aprendizaje sobre el origen de los alimentos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Platos preparados.</li> <li>▪ Propuestas de variedad de platos por equipos.</li> <li>▪ Conocer sobre el origen de todo tipo de alimentos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nro. 2. Poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición (...).</li> <li>▪ Nro. 4. Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad (...).</li> <li>▪ Nro. 12. Garantizar modalidades de consumo y producción sostenibles.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Aprendizaje práctico y experiencial.</li> <li>▪ Educación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Desarrollar un plan de alimentación y ejercicio personalizado para cada estudiante.</li> <li>▪ Actividades pedagógicas y</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Crear hábitos alimenticios saludables por estudiante.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nro. 2. Poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición (...).</li> </ul>

<b>Módulos</b>	<b>Estrategias</b>	<b>Acciones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Vinculación con ODS</b>
Nutrición y actividad física	basada en proyecto.	lúdicas que integren la nutrición y el ejercicio práctico, como carreras de relevos con preguntas sobre alimentación.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nivel de conocimiento cualitativo sobre hábitos consumo y conocimientos de alimentos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Nro. 4. Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad (...).</li> <li>▪ Nro.10. Reducir la desigualdad dentro de los países y entre ellos.</li> </ul>

**EJEMPLO PRÁCTICO MÓDULO 1 - Fundamentos de nutrición**

Una actividad lúdica, didáctica e innovadora para que los niños de quinto año de educación básica experimenten los conceptos de alimentación y nutrición podría ser la “Caza del Tesoro Nutricional”. En esta actividad, los niños se dividirían en grupos y recibirían una lista de alimentos específicos con diferentes características nutricionales. Cada grupo tendría la tarea de buscar estos alimentos en un área designada del aula o la escuela.

Para hacerlo aún más interesante, se podrían asignar puntos a cada alimento según su contenido nutricional, alentando así a los niños a identificar y clasificar los alimentos de acuerdo con su valor nutricional. Los estudiantes podrían utilizar etiquetas de alimentos reales o imágenes para representar los productos encontrados, fomentando la interacción práctica y experiencial.

Además, como parte del proyecto, los grupos podrían realizar un trabajo de campo a mercados o supermercados, donde entrevistarían a expertos en nutrición o investigarían las etiquetas de los alimentos para comprender mejor los aspectos nutricionales y la importancia de una dieta equilibrada. Al regresar a clase, podrían compartir sus hallazgos y diseñar proyectos grupales o individuales para crear menús equilibrados, aplicando así los conocimientos adquiridos. Esta actividad no solo sería divertida y motivadora para los niños, sino que

Módulos	Estrategias	Acciones	Indicadores	Vinculación con ODS
<p>también fomentaría el trabajo en equipo, el aprendizaje práctico y el cumplimiento de objetivos educativos, alineándose con los principios de educación basada en proyectos y contribuyendo al desarrollo integral de los estudiantes de quinto año de educación general básica.</p>				
<p><b>EJEMPLO PRÁCTICO MÓDULO 2 - Hábitos alimentarios saludables</b></p> <p>Una actividad práctica, lúdica e innovadora para que los niños de quinto año de educación básica experimenten los conceptos de hábitos alimentarios saludables podría ser la “Creación del Restaurante Saludable”. En esta actividad, los estudiantes trabajarían en equipos para planificar y diseñar su propio restaurante, centrándose en la elaboración de menús semanales equilibrados y saludables.</p> <p>Cada equipo tendría la tarea de seleccionar cuidadosamente alimentos con cualidades saludables, considerando aspectos como la variedad de nutrientes, porciones adecuadas y opciones balanceadas. Para hacerlo más interactivo, podrían utilizar tecnología y medios digitales para buscar recetas saludables, investigar información nutricional y diseñar menús visualmente atractivos.</p> <p>Además, se podrían llevar a cabo actividades lúdicas educativas, como juegos de cartas con imágenes de alimentos, donde los niños deben clasificar los alimentos. También podrían participar en debates en equipos para simular escenarios reales sobre hábitos alimenticios, promoviendo la colaboración y el pensamiento crítico.</p> <p>La culminación de la actividad sería la presentación de cada restaurante saludable ante el grupo, donde los niños explicarían sus elecciones de menú y destacarían los beneficios nutricionales de sus platos. Esta actividad no solo promovería la comprensión de hábitos alimentarios saludables, sino que también desarrollaría habilidades de trabajo en equipo, planificación y conciencia sobre la importancia de una dieta equilibrada. Además, al alinearse con los Objetivos de Desarrollo Sostenible, la actividad contribuiría a metas como poner fin al hambre, garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos.</p>				
<p><b>EJEMPLO PRÁCTICO MÓDULO 3 - Cocina y preparación de alimentos</b></p>				

Módulos	Estrategias	Acciones	Indicadores	Vinculación con ODS
		<p>Una actividad lúdica, didáctica e innovadora para que los niños de quinto año de educación básica experimenten los conceptos de cocina y preparación de alimentos podría ser la “Aventura Culinaria Sostenible”. En esta actividad, los niños se dividirían en equipos y serían desafiados a planificar, preparar y presentar un menú saludable y sostenible utilizando ingredientes locales y de temporada.</p> <p>Para comenzar, cada equipo participaría en una visita guiada in situ a mercados locales, donde podrían interactuar con los vendedores, aprender sobre el origen de los alimentos y seleccionar ingredientes frescos y sostenibles. Luego, en el aula, llevarían a cabo actividades prácticas para preparar los platos en un entorno controlado, fomentando el aprendizaje práctico y experiencial.</p> <p>Una parte clave de la actividad sería la creación de proyectos conjuntos, donde los equipos trabajarían en la elaboración de menús saludables y sostenibles, considerando aspectos como la diversidad nutricional, el impacto ambiental y la accesibilidad de los ingredientes. Cada equipo presentaría sus propuestas de variedad de platos, destacando la importancia de consumir de manera responsable y sostenible.</p> <p>La culminación de la actividad sería la presentación de los platos preparados por cada equipo, acompañada de una breve explicación sobre el origen de los alimentos y las decisiones sostenibles tomadas durante la preparación. Esta actividad no solo proporcionaría una experiencia práctica en la cocina, sino que también fomentaría la conciencia sobre la importancia de la producción y el consumo sostenibles, alineándose con los Objetivos de Desarrollo Sostenible, especialmente con la meta de garantizar modalidades de consumo y producción sostenibles.</p>		
		<p><b>EJEMPLO PRÁCTICO MÓDULO 4 - Nutrición y actividad física</b></p> <p>Una actividad práctica, lúdica e innovadora para que los niños de quinto año de educación básica experimenten los conceptos de nutrición y actividad física podría ser el “Desafío Nutri-Deportivo”. En esta actividad, los estudiantes participarían en equipos y desarrollarían un plan personalizado que integre alimentación saludable y ejercicio físico.</p>		

Módulos	Estrategias	Acciones	Indicadores	Vinculación con ODS
<p>Cada equipo recibiría un conjunto de preguntas sobre nutrición y hábitos saludables, y deberían completar carreras de relevos mientras responden correctamente las preguntas. Este enfoque lúdico y pedagógico no solo fomentaría la actividad física, sino que también consolidaría el conocimiento sobre hábitos alimenticios saludables.</p> <p>Además, cada estudiante, con la guía del educador, crearía su propio plan de alimentación y ejercicio personalizado. Esto implicaría establecer metas alcanzables, seleccionar alimentos nutritivos y diseñar rutinas de ejercicio adecuadas a su nivel de actividad física. Los estudiantes podrían llevar un registro de sus hábitos alimenticios y niveles de actividad física, permitiéndoles evaluar su progreso con un enfoque cualitativo.</p> <p>La actividad culminaría con una jornada de “Desafío Nutri-Deportivo”, donde cada equipo presentaría sus planes personalizados y participaría en una serie de actividades físicas y pruebas relacionadas con la nutrición. Esto no solo fomentaría la inclusión, la equidad y la calidad en la educación, sino que también promovería la reducción de desigualdades al ofrecer a cada estudiante la oportunidad de aprender y aplicar conocimientos de manera personalizada. Además, se alinearían con los Objetivos de Desarrollo Sostenible, especialmente con la meta de poner fin al hambre y mejorar la nutrición, así como reducir la desigualdad.</p>				



## RESUMEN DE LA PROPUESTA

La presente propuesta se enfoca en la implementación de un programa educativo integral sobre nutrición dirigido a estudiantes de quinto año de educación general básica. Este programa se estructura en cuatro módulos diseñados para integrar de manera efectiva conocimientos fundamentales de nutrición en el currículo educativo, atendiendo a la creciente preocupación por los hábitos alimentarios poco saludables en niños y su impacto significativo en la salud y el rendimiento académico.

El Módulo 1 se enfoca en los fundamentos de la nutrición, enseñando sobre grupos alimenticios y la importancia de una dieta equilibrada. El Módulo 2 promueve el desarrollo y mantenimiento de hábitos alimentarios saludables. En el Módulo 3, se capacita en la selección, preparación y cocción de alimentos saludables, fomentando habilidades prácticas y una relación positiva con la comida. Finalmente, el Módulo 4 aborda la relación entre nutrición adecuada y actividad física, destacando su importancia para el desarrollo saludable y bienestar general.

**Tabla No. 89**  
**Datos informativos de la institución**

<b>Institución:</b>	Universidad Tecnológica Indoamérica
<b>Ubicación:</b>	Quito
<b>Tipo:</b>	Particular
<b>Jornada:</b>	Completa
<b>Responsable:</b>	Narváez Enríquez Narciza Jacqueline
<b>Beneficiarios:</b>	Estudiantes, Docentes, Institución, Autoridades, Padres de familia, Sociedad

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narváez E.

Portada

# GUÍA

## NUTRICIÓN



LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN COMO  
EJE TRANSVERSAL PARA EL DESARROLLO  
INTEGRAL DE LOS NIÑOS DE QUINTO AÑO  
DE BÁSICA

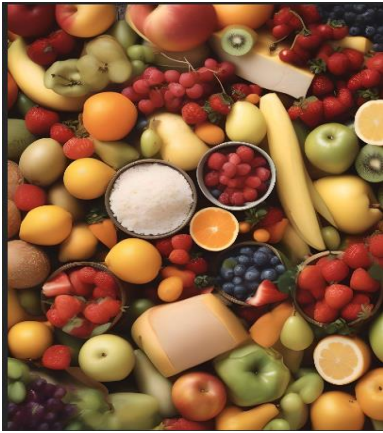
**Gráfico No. 80 Portada de la Guía**

**Elaborado por:** Narciza Jacqueline Narvárez E.

## Módulos

			
<p><b>Fundamentos de Nutrición:</b> Enseñanza de conceptos básicos sobre grupos alimenticios, macronutrientes y micronutrientes, ajustados a las necesidades de los niños en edad escolar.</p>	<p><b>Hábitos Alimentarios Saludables:</b> Promoción de prácticas como la elección de alimentos saludables, comprensión de etiquetas nutricionales y la importancia de un desayuno equilibrado.</p>	<p><b>Cocina y Preparación de Alimentos:</b> Actividades prácticas y demostrativas para fomentar habilidades en la selección y preparación de alimentos saludables, con énfasis en la seguridad e higiene alimentaria.</p>	<p><b>Nutrición y Actividad Física:</b> Vinculación de la nutrición con la actividad física, resaltando cómo una dieta equilibrada mejora el rendimiento físico y mental, y contribuye al mantenimiento de un peso saludable.</p>

## Introducción



La presente guía se enfoca en la alimentación y nutrición como ejes transversales para el desarrollo integral de niños de quinto año de básica. La importancia de una alimentación adecuada en la etapa escolar es crucial, dado que afecta directamente el crecimiento físico, el desarrollo cognitivo, y el bienestar emocional de los niños. Esta guía pretende proporcionar un marco teórico y práctico para integrar efectivamente la nutrición en el currículo educativo, fomentando hábitos alimentarios saludables que puedan influir positivamente en el desempeño académico y en la salud a largo plazo.

## Contexto

La realidad actual en el ámbito educativo y nutricional evidencia una creciente preocupación por los hábitos alimentarios de los niños en edad escolar. Las estadísticas muestran una tendencia alarmante hacia el consumo de alimentos procesados y una disminución en la ingesta de alimentos nutritivos. Esta situación ha llevado a un aumento en la prevalencia de problemas de salud como la obesidad infantil, la diabetes tipo 2 y las deficiencias nutricionales. Además, se ha observado que la nutrición inadecuada afecta negativamente el rendimiento escolar, la concentración y la capacidad de aprendizaje. Por tanto, es imperativo abordar la alimentación y nutrición desde una perspectiva educativa, integrándola en el proceso de enseñanza-aprendizaje.



## Módulo 1: Fundamentos de Nutrición para Niños de Quinto Año de Básica



**Objetivo General:** Proporcionar a los estudiantes de quinto año de básica un conocimiento sólido y comprensible sobre los fundamentos de la nutrición, incluyendo el conocimiento de los grupos de alimentos, su función en el cuerpo y la importancia de una dieta equilibrada para su crecimiento y desarrollo.

### **Objetivos Específicos:**

1. Enseñar los grupos alimenticios y sus funciones en el cuerpo.
2. Explicar la importancia de una dieta equilibrada para el crecimiento y desarrollo.
3. Demostrar cómo seleccionar alimentos para una nutrición óptima.

### **Estructura del Módulo:**

#### **1. Introducción a la Nutrición:**

- Definición de nutrición y su importancia para el crecimiento y desarrollo saludable.
- Diferenciación entre alimentación y nutrición.

## **2. Grupos de Alimentos:**

- Clasificación de alimentos en grupos principales (por ejemplo, frutas y verduras, proteínas, cereales y granos, lácteos).
- Descripción de las características y beneficios de cada grupo alimenticio.
- Discusión sobre la importancia de la variedad y el equilibrio en la dieta.

## **3. Macronutrientes y Micronutrientes:**

- Exploración de macronutrientes: proteínas, carbohidratos y grasas.
  - Funciones de cada macronutriente.
  - Fuentes alimenticias de cada macronutriente.
- Introducción a los micronutrientes: vitaminas y minerales.
  - Funciones y fuentes principales.
  - Enfatizar la importancia de micronutrientes específicos para niños en edad escolar (por ejemplo, calcio, hierro, vitamina D).

## **4. Necesidades Nutricionales de los Niños:**

- Discusión sobre cómo las necesidades nutricionales varían con la edad, el sexo y el nivel de actividad.
- Orientación sobre las cantidades recomendadas de diferentes grupos de alimentos.

## **5. Dieta Equilibrada y Saludable:**

- Enseñar cómo construir un plato equilibrado utilizando el modelo del plato (por ejemplo, mitad del plato con frutas y verduras, un cuarto con proteínas, un cuarto con cereales o granos).

- Concientizar sobre la importancia de evitar el exceso de azúcares, sal y grasas saturadas.

#### 6. Ejercicios y Actividades Prácticas:

- Actividades interactivas, como juegos de clasificación de alimentos.
- Proyectos grupales o individuales para crear menús equilibrados.
- Visitas guiadas a mercados o tiendas para identificar diferentes tipos de alimentos y leer etiquetas nutricionales.

**Metodología de Enseñanza:** El módulo debe ser interactivo y participativo, utilizando una variedad de métodos de enseñanza que incluyan discusiones grupales, juegos educativos, actividades prácticas y proyectos creativos. Se debe fomentar la participación activa de los estudiantes para asegurar una comprensión profunda y significativa de los conceptos de nutrición.

**Evaluación:** La evaluación del módulo puede incluir pruebas escritas, presentaciones orales, proyectos de grupo y evaluaciones prácticas, como la creación de menús saludables o la identificación de alimentos en diferentes grupos nutricionales, la evaluación debe desarrollarse de manera continua se sugiere esta sea al final de cada módulo.

A continuación, se detalla una tabla indicando como se debe de asociar las diferentes temáticas de Fundamentos de Nutrición para Niños de Quinto Año de Básica



tratadas como eje transversal y su relación con las materias de quinto año de educación básica también se indica un ejemplo de aplicación de cómo se debería llevar la materia en relación al tema:

**Tabla No. 90**  
**Descripción y aplicación Módulo 1**

<b>Materia</b>	<b>Temática a Incorporar como Eje Transversal</b>	<b>Descripción y Relación con la Materia</b>	<b>Ejemplo de Aplicación</b>
Ciencias Naturales	Nutrición y Salud	Enfoque en la importancia de una dieta balanceada para el mantenimiento de un cuerpo saludable y prevención de enfermedades.	Lecciones sobre el sistema digestivo y su relación con la nutrición, actividades sobre la clasificación de alimentos.
Matemáticas	Análisis de Datos Nutricionales	Uso de estadísticas y datos nutricionales para enseñar habilidades matemáticas, como el análisis de gráficos y el cálculo de porciones.	Proyectos que involucren la recolección y análisis de datos sobre hábitos alimentarios de los estudiantes y sus familias.
Lengua y Literatura	Comunicación y Salud	Desarrollo de habilidades de lectura y escritura a través de la creación de materiales informativos sobre nutrición y hábitos alimentarios saludables.	Escritura de artículos sobre la importancia de una alimentación saludable, lectura de textos relacionados con la nutrición.
Educación Física	Alimentación y Rendimiento Físico	Exploración de cómo la alimentación afecta el rendimiento físico y la importancia de una nutrición adecuada para la actividad deportiva.	Menús de alimentación y ejercicio para comprender la relación entre dieta y rendimiento físico, debates sobre nutrición deportiva.

**Importante:** Esta tabla proporciona un marco para integrar los hábitos alimentarios saludables en el currículo escolar, mostrando cómo cada materia puede contribuir a este importante aspecto de la educación de los estudiantes.



## Módulo 2: Hábitos Alimentarios Saludables para Niños de Quinto Año de Básica



**Objetivo General:** Educar a los estudiantes de quinto año de básica sobre la importancia de desarrollar y mantener hábitos alimenticios saludables, proporcionando las herramientas y conocimientos necesarios para tomar decisiones informadas sobre su alimentación.

### **Objetivos Específicos:**

1. Enseñar a los estudiantes sobre los grupos de alimentos y sus beneficios nutricionales.
2. Desarrollar habilidades en la selección y preparación de comidas saludables.
3. Fomentar la toma de decisiones conscientes en la alimentación diaria.

### **Estructura del Módulo:**

1. **Importancia de los Hábitos Alimentarios Saludables:**

- Discusión sobre cómo una alimentación saludable impacta el crecimiento, desarrollo y rendimiento escolar.
- Concienciación sobre los riesgos de malos hábitos alimentarios.

## **2. Planificación de Comidas Equilibradas:**

- Enseñanza sobre cómo planificar y preparar comidas balanceadas.
- Utilización del modelo del plato para ilustrar las proporciones adecuadas de diferentes grupos de alimentos.

## **3. Lectura y Comprensión de Etiquetas Nutricionales:**

- Formación en la interpretación de etiquetas nutricionales en alimentos empaquetados.
- Discusión sobre el significado de términos como calorías, grasas saturadas, azúcares añadidos y fibra.

## **4. Prevención de Trastornos Alimentarios:**

- Información sobre los trastornos alimentarios más comunes en la edad escolar.
- Estrategias para promover una imagen corporal positiva y un enfoque saludable hacia la comida.

## **5. Hidratación Adecuada:**

- Enseñanza sobre la importancia del agua para la salud y el bienestar.
- Recomendaciones sobre la cantidad adecuada de ingesta de líquidos.

## **6. Ejercicios y Actividades Prácticas:**

- Talleres para planificar menús semanales saludables.
- Juegos educativos sobre la elección de alimentos saludables.

- Discusiones grupales sobre escenarios reales relacionados con la alimentación.

**Metodología de Enseñanza:** El módulo se impartirá a través de un enfoque interactivo y experiencial, utilizando técnicas como el aprendizaje basado en proyectos interdisciplinarios, discusiones en grupo, y actividades prácticas. El objetivo es que los estudiantes se involucren activamente en el proceso de aprendizaje, fomentando así una comprensión más profunda y un compromiso a largo plazo con hábitos alimentarios saludables.



**Evaluación:** Las evaluaciones podrían incluir pruebas de conocimiento, presentaciones de proyectos de planificación de comidas, y la participación en debates y discusiones en clase. También se podrían realizar actividades de reflexión personal sobre los hábitos alimentarios de los estudiantes.

Este módulo busca no solo proporcionar conocimientos, sino también desarrollar habilidades prácticas y una actitud positiva hacia la alimentación saludable, promoviendo así un cambio de comportamiento sostenible en los estudiantes.

A continuación, se detalla una tabla indicando como se debe de asociar las diferentes temáticas de Hábitos Alimentarios Saludables tratadas como eje transversal

y su relación con las materias de quinto año de educación básica también se indica un ejemplo de aplicación de cómo se debería llevar la materia en relación al tema:

**Tabla No. 91**

Descripción y aplicación Modulo 2

<b>Materia</b>	<b>Temática a Incorporar como Eje Transversal</b>	<b>Descripción y Relación con la Materia</b>	<b>Ejemplo de Aplicación</b>
Ciencias Naturales	Nutrición y Salud	Enfoque en la importancia de una dieta balanceada para el mantenimiento de un cuerpo saludable y prevención de enfermedades.	Lecciones sobre el sistema digestivo y su relación con la nutrición, actividades sobre la clasificación de alimentos.
Matemáticas	Análisis de Datos Nutricionales	Uso de estadísticas y datos nutricionales para enseñar habilidades matemáticas, como el análisis de gráficos y el cálculo de porciones.	Proyectos que involucren la recolección y análisis de datos sobre hábitos alimentarios de los estudiantes y sus familias.
Lengua y Literatura	Comunicación y Salud	Desarrollo de habilidades de lectura y escritura a través de la creación de materiales informativos sobre nutrición y hábitos alimentarios saludables.	Escritura de artículos sobre la importancia de una alimentación saludable, lectura de textos relacionados con la nutrición.
Educación Física	Alimentación y Rendimiento Físico	Exploración de cómo la alimentación afecta el rendimiento físico y la importancia de una nutrición adecuada para la actividad deportiva.	Menús de alimentación y ejercicio para comprender la relación entre dieta y rendimiento físico, debates sobre nutrición deportiva.

**Importante:** Esta tabla proporciona un marco para integrar los hábitos alimentarios saludables en el currículo escolar, mostrando cómo cada materia puede contribuir a este importante aspecto de la educación de los estudiantes.

### **Módulo 3: Cocina y Preparación de Alimentos para Niños de Quinto Año de Básica**



**Objetivo General:** Capacitar a los estudiantes de quinto año de básica en el arte y la ciencia de la cocina, incluyendo la selección, preparación y cocción de alimentos saludables. Este módulo busca fomentar habilidades prácticas, conocimiento nutricional y una relación positiva con la comida.

#### **Objetivos Específicos**

1. Instruir en la selección de ingredientes saludables y técnicas de cocina adecuadas.
2. Desarrollar habilidades prácticas en la preparación y cocción de alimentos.
3. Fomentar una relación positiva con la comida y el conocimiento nutricional.

#### **Estructura del Módulo:**

1. **Selección de Alimentos:**

- Enseñanza sobre cómo elegir alimentos frescos y nutritivos, enfocándose en frutas, verduras, granos integrales y proteínas magras.
- Discusión sobre la importancia de los alimentos de temporada y locales.

## **2. Técnicas Básicas de Cocina:**

- Introducción a técnicas fundamentales de cocina como cortar, pelar, hervir, asar y hornear.
- Seguridad en la cocina, incluyendo el manejo adecuado de utensilios y la prevención de accidentes.

## **3. Preparación de Recetas Saludables:**

- Desarrollo de habilidades prácticas a través de la preparación de recetas simples y nutritivas.
- Fomento de la creatividad en la cocina, permitiendo a los estudiantes experimentar con diferentes ingredientes y sabores.

## **4. Higiene y Seguridad Alimentaria:**

- Enseñanza sobre la importancia de la higiene en la manipulación de alimentos.
- Prácticas de limpieza y almacenamiento seguro de alimentos.

## **5. Conciencia sobre el Desperdicio de Alimentos:**

- Educación sobre el impacto ambiental del desperdicio de alimentos.
- Estrategias para reducir el desperdicio, como la utilización eficiente de los ingredientes y el correcto almacenamiento de los alimentos.

## **6. Ejercicios y Actividades Prácticas:**

- Clases prácticas de cocina en un entorno controlado y seguro.

- Proyectos grupales para crear menús saludables y sostenibles.
- Visitas a mercados locales para aprender sobre el origen de los alimentos.

**Metodología de Enseñanza:** Este módulo se impartirá mediante un enfoque práctico y experiencial, utilizando demostraciones, clases prácticas de cocina y excursiones educativas. Se enfatizará el aprendizaje a través de la experiencia directa, animando a los estudiantes a participar activamente en todas las etapas de la preparación de alimentos.

**Evaluación:** La evaluación puede incluir la realización de pruebas prácticas de



cocina, presentaciones de proyectos de recetas, y reflexiones escritas sobre las lecciones aprendidas. Además, se pueden realizar evaluaciones continuas basadas en la participación y el compromiso en las actividades prácticas.

Este módulo tiene como objetivo no solo enseñar habilidades culinarias, sino también inculcar una apreciación por la comida saludable y la autosuficiencia en la cocina, contribuyendo al desarrollo integral de los estudiantes.

A continuación, se detalla una tabla indicando como se debe de asociar las diferentes temáticas de Cocina y Preparación de Alimentos tratadas como eje transversal y su relación con las materias de quinto año de educación básica también se indica un ejemplo de aplicación de cómo se debería llevar la materia en relación al tema:

**Tabla No. 92**  
**Descripción y aplicación Modulo 3**

<b>Materia</b>	<b>Temática a Incorporar como Eje Transversal</b>	<b>Descripción y Relación con la Materia</b>	<b>Ejemplo de Aplicación</b>
Ciencias Naturales	Nutrición y Alimentos	Estudio de los nutrientes y su impacto en la salud humana, aprendizaje sobre el origen y procesamiento de diferentes alimentos.	Experimentos sobre las propiedades de distintos alimentos, análisis de la composición de los alimentos y su contribución a una dieta saludable.
Matemáticas	Medición y Proporciones	Aplicación de conceptos matemáticos en la cocina, como la medición de ingredientes y el cálculo de proporciones y porciones.	Actividades prácticas en la cocina para aplicar conocimientos matemáticos, como pesar ingredientes y ajustar recetas.
Educación Artística	Creatividad en la Cocina	Exploración de la creatividad a través de la preparación de alimentos, utilizando la cocina como medio de expresión artística.	Proyectos de arte culinario, básicos y educativos como decoración de platos y preparación de comidas temáticas, fomentando la expresión creativa.
Ciencias Sociales	Cultura y Alimentación	Análisis de la relación entre la alimentación y diferentes culturas, estudiando costumbres, tradiciones y la influencia histórica en la dieta.	Investigaciones y presentaciones sobre las tradiciones alimentarias de diferentes países y regiones, y su impacto en la alimentación actual.

**Importante:** Esta tabla proporciona un marco para integrar la temática de cocina y preparación de alimentos en el currículo escolar, mostrando cómo cada materia puede contribuir a este importante aspecto de la educación de los estudiantes



## Módulo 4: de Quinto Año de Básica



**Objetivo General:** Enseñar a los estudiantes de quinto año de básica la importancia de la relación entre una nutrición adecuada y la actividad física, y cómo ambas contribuyen al desarrollo saludable y al bienestar general.

### **Objetivos Específicos**

1. Explicar la conexión entre nutrición adecuada y actividad física para el bienestar.
2. Demostrar cómo la alimentación saludable y el ejercicio contribuyen al desarrollo físico y mental.
3. Fomentar prácticas diarias de alimentación balanceada y actividad física regular.

### **Estructura del Módulo:**

1. **Relación entre Nutrición y Actividad Física:**

- Explicación de cómo una alimentación equilibrada mejora el rendimiento físico y mental.
- Discusión sobre el papel de los diferentes nutrientes en la energía y la recuperación muscular.

## **2. Importancia de la Nutrición Pre y Post Ejercicio:**

- Orientación sobre qué comer antes y después de la actividad física para maximizar el rendimiento y la recuperación.
- Ejemplos de comidas y bocadillos adecuados para estos momentos.

## **3. Hidratación y Deporte:**

- Enseñanza sobre la importancia de la hidratación antes, durante y después del ejercicio.
- Reconocimiento de señales de deshidratación y cómo prevenirla.

## **4. Dieta Balanceada y Rendimiento Deportivo:**

- Exploración de cómo una dieta balanceada afecta el rendimiento en diferentes tipos de deportes y actividades físicas.
- Discusión sobre la importancia de una dieta variada y rica en nutrientes para atletas jóvenes.

## **5. Estilo de Vida Activo y Saludable:**

- Fomento de un estilo de vida activo como parte integral de la salud y el bienestar.
- Estrategias para incorporar más actividad física en la vida diaria.

## **6. Ejercicios y Actividades Prácticas:**

- Desarrollo de un plan de alimentación y ejercicio personalizado para cada estudiante.

- Actividades y juegos que integren la nutrición y el ejercicio, como carreras de relevos con preguntas sobre alimentación.



**Metodología de Enseñanza:** El módulo combinará teoría y práctica, utilizando métodos como lecciones interactivas, discusiones en grupo, actividades físicas y proyectos personales. Se enfatizará el aprendizaje activo y participativo para fomentar un entendimiento integral de la materia.

**Evaluación:** Las evaluaciones podrían incluir pruebas escritas sobre conceptos de nutrición y actividad física, proyectos de planificación de dieta y ejercicio, y observación de la participación en actividades físicas. También se pueden incluir autoevaluaciones y reflexiones sobre los hábitos personales de alimentación y ejercicio.

Este módulo tiene como objetivo no solo proporcionar conocimientos, sino también desarrollar hábitos de vida saludables y activos en los estudiantes, promoviendo así su bienestar físico y mental a largo plazo.

A continuación, se detalla una tabla indicando como se debe de asociar las diferentes temáticas de Nutrición y Actividad Física para Niños de Quinto Año de Básica tratadas como eje transversal y su relación con las materias de quinto año de

educación básica también se indica un ejemplo de aplicación de cómo se debería llevar la materia en relación al tema:

**Tabla No. 93**  
Desarrollo y Aplicación del Módulo 4

<b>Materia</b>	<b>Temática a Incorporar como Eje Transversal</b>	<b>Descripción y Relación con la Materia</b>	<b>Ejemplo de Aplicación</b>
Educación Física	Actividad Física y Nutrición	Exploración de la relación directa entre una buena nutrición y el rendimiento físico, incluyendo la importancia de una dieta balanceada para el deporte.	Planificación de rutinas de ejercicio complementadas con un plan de nutrición, análisis del impacto de diferentes dietas en el ejercicio.
Ciencias Naturales	Biología del Ejercicio	Estudio de cómo el cuerpo utiliza los nutrientes durante el ejercicio, incluyendo el metabolismo energético y la recuperación muscular.	Experimentos sobre la respiración y la frecuencia cardíaca durante el ejercicio, estudio de los procesos corporales relacionados con la nutrición y el deporte.
Matemáticas	Estadísticas en Deporte	Análisis de datos y estadísticas relacionados con la nutrición y el rendimiento deportivo, aplicando conceptos matemáticos.	Uso de gráficos y estadísticas para estudiar la relación entre la dieta, la salud y el rendimiento deportivo, cálculo de índices de masa corporal.
Educación para la Salud	Salud y Bienestar	Enfoque en cómo una nutrición adecuada y la actividad física contribuyen a un estilo de vida saludable y previenen enfermedades.	Diseño de un programa de vida saludable, incluyendo planes de alimentación y actividad física, discusiones sobre enfermedades relacionadas con la nutrición.

**Importante:** Esta tabla proporciona un marco para integrar la temática de nutrición y actividad física en el currículo escolar, mostrando cómo cada materia puede contribuir a este importante aspecto de la educación de los estudiantes.

## **CAPITULO IV CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **Conclusiones**

- La investigación ha demostrado que la alimentación y nutrición son elementos cruciales para el desarrollo integral de los niños de quinto año de básica. A través del estudio, se ha comprendido que estos aspectos van más allá del mero consumo de alimentos, incidiendo directamente en el rendimiento académico, la salud física y mental, y el bienestar general de los estudiantes. La integración transversal de la alimentación y nutrición en el currículo escolar y las actividades cotidianas se ha revelado como una estrategia efectiva para promover hábitos saludables y una comprensión más profunda de la importancia de una nutrición adecuada.
- Los resultados identificaron una serie de factores que son determinantes para la alimentación y nutrición hacia el desarrollo integral de los niños, centrado básicamente en: a) importancia de la alimentación equilibrada; b) impacto de los nutrientes en el rendimiento académico; c) incluir la educación nutricional en el currículo escolar; d) impulsar programas de alimentación saludable; e) participación de los padres en iniciativas de alimentación escolar; f) la nutrición balanceada mejora la concentración y atención; g) relación entre desayuno y rendimiento académico; h) la falta de nutrientes en la memoria y el aprendizaje; i) contribución de la alimentación al estado de ánimo; j) la socialización a través de comidas en la escuela y k) fortalecimiento de la autoestima y confianza en niños con dieta equilibrada.
- Los docentes de la Escuela General Básica “José Enrique Rodó” han identificado y aplicado con éxito varios ejes de alimentación y nutrición dentro del currículo. Esto se ha manifestado en la inclusión de temas de nutrición en diversas asignaturas, la realización de actividades prácticas relacionadas con la alimentación saludable y la incorporación de estos temas en la planificación y evaluación educativa. Esta integración ha fomentado un aprendizaje contextualizado y relevante, permitiendo a los estudiantes conectar el conocimiento teórico con su aplicación práctica y

cotidiana.

- El análisis del desarrollo integral ha revelado que la educación en alimentación y nutrición contribuye significativamente a los aprendizajes para la vida de los estudiantes. Al adquirir conocimientos y habilidades en este ámbito, los estudiantes no solo mejoran su salud y bienestar en el presente, sino que también desarrollan capacidades para tomar decisiones informadas y responsables sobre su alimentación a lo largo de su vida. Este aprendizaje ha tenido un impacto positivo en aspectos como la autoestima, la autonomía y la responsabilidad personal y social.
- La guía didáctica elaborada para la comunidad educativa han sido una herramienta eficaz para involucrar activamente a estudiantes, docentes y padres de familia en la temática de alimentación y nutrición. Estos módulos, caracterizados por su enfoque práctico e interactivo, han facilitado un aprendizaje experiencial y participativo. Han servido como plataformas para la discusión, el intercambio de ideas y la reflexión colectiva, fortaleciendo la comunidad educativa y promoviendo un enfoque integrado hacia la salud y el bienestar.
- La propuesta responde a los resultados derivados de las encuestas, el referencial teórico para darle rigurosidad y alineadas con las políticas gubernamentales instituidas por las autoridades del Ministerio de Educación del país, a los efectos de garantizar un producto académico que avance hacia el desarrollo integral como eje transversal en la alimentación y nutrición de los niños focalizado en la generación de valor social, educativo, cultural y de conocimiento en general.
- Para dar respuesta a las interrogantes, ¿cómo se desarrollan los ejes de alimentación y nutrición dentro del currículo por parte de los docentes?, la evidencia empírica recopilada revela que a través del accionar pedagógica en las aulas algunos docentes aplican estrategias para brindar contenidos sobre alimentación, nutrientes, vitaminas y minerales de frutas, verduras, así como también la importancia que este aspecto tiene para el bienestar y salud.
- Finalmente, ¿De qué manera se evidencia el desarrollo integral que promueva aprendizajes para la vida de los estudiantes?, esto se impulsa con el fortalecimiento

de las funciones cognitivas y capacidades físicas de los estudiantes dentro del proceso de enseñanza sobre múltiples temáticas de interés y utilidad para enfrentarse en diversos aspectos de la vida escolar, cuyo epicentro está centrado en una alimentación y nutrición equilibrada para el funcionamiento del cuerpo y la mente.

## Recomendaciones

- Se recomienda realizar un estudio que explore cómo los conceptos de alimentación y nutrición pueden integrarse de manera transversal en diferentes materias del currículo, como ciencias, matemáticas y estudios sociales. Este estudio podría evaluar el impacto de dicha integración en la comprensión y el interés de los estudiantes por la nutrición, así como en su aplicación práctica de estos conocimientos en la vida cotidiana.
- Sería beneficioso realizar investigaciones que examinen las estrategias de enseñanza y aprendizaje más efectivas para la educación en nutrición en la escuela primaria. Este estudio podría incluir la evaluación de métodos como el aprendizaje basado en proyectos, el uso de tecnologías educativas y el aprendizaje experiencial. El objetivo sería identificar prácticas pedagógicas que fomenten una comprensión profunda y un aprendizaje significativo en temas de alimentación y nutrición.
- Se sugiere la realización de un estudio longitudinal para seguir a los estudiantes que han recibido educación en nutrición y evaluar el impacto a largo plazo en sus hábitos alimenticios, salud y bienestar general. Esto permitiría comprender mejor cómo la educación en nutrición durante la infancia influye en las elecciones y comportamientos relacionados con la alimentación en la adolescencia y la adultez temprana.
- Finalmente, se recomienda un estudio que examine la participación de toda la comunidad educativa, incluyendo padres, docentes y administrativos, en la educación en nutrición. Este estudio podría explorar cómo la colaboración entre la escuela y el hogar puede mejorar la eficacia de los programas de nutrición y promover un entorno de apoyo para el desarrollo de hábitos alimenticios saludables.



## BIBLIOGRAFÍA

- Abadeano, C., Mosquera, M., & Coello, B. (2019). Alimentación saludable en preescolares: un tema de interés para la salud pública. *REVISTA EUGENIO ESPEJO*, 13(1). <https://doi.org/10.37135/ee.004.06.09>
- Alomar, D. (2023). BASES Y REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES. In *BASES PARA LA PRODUCCIÓN OVINA EN MAGALLANES*.
- Arellano-Esparza, C. A. (2022). Seguridad alimentaria y política pública: un desafío civilizatorio. *Estudios Sociales. Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional*. <https://doi.org/10.24836/es.v32i59.1203>
- Arias, J; Holgado, J; Tafur, T, y Vásquez, M. (2021). *Metodología de la investigación: El método ARIAS para realizar un proyecto de tesis*. Editorial Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú S.A.C. Lima.
- ASAMBLEA NACIONAL. (2015). *LEY ORGANICA DE SALUD*. REGISTRO OFICIAL. [www.lexis.com.ec](http://www.lexis.com.ec)
- Asamblea Nacional. (2017). Código de la Niñez y Adolescencia, reforma del 31 de mayo del 2017. *LEXIS FINDER, Plataforma Profesional de Investigación Jurídica*, 1(Registro Oficial 737).
- Asamblea Nacional del Ecuador. (2008). *CONSTITUCIÓN DEL ECUADOR*.
- Bajaña, R., Quimis, M., Sevilla, M., Vicuña, L., & Calderón, J. (2020). Alimentación saludable como factor influyente en el rendimiento escolar de los estudiantes de instituciones educativas en Ecuador. *FACSALUD-UNEMI*, 1(1). <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8360vol1iss1.2017pp34-39p>
- Baldeón, J., & Delgado, M. (2019). *Importancia de la alimentación saludable en Educación Infantil*. <https://repositori.uji.es/xmlui/handle/10234/183539>

- Barreto, J., Santana, S., Martínez, C., Espinosa, A., Zamora, R., & González, M. (2003). Alimentación, nutrición y metabolismo en el proceso salud-enfermedad. *Acta Médica de Cuba, 11*(1).
- Bembibre, C. (2022). *Definición de Alimentación » Concepto en Definición ABC*. Definición ABC.
- Burgos, G. H. P., Soledispa, V. B. S., Almeida, P. A. A., López, J. S. C., & Vera, G. de J. N. (2021). Revisión a la seguridad alimentaria en el ecuador. *South Florida Journal of Development, 2*(2). <https://doi.org/10.46932/sfjdv2n2-157>
- Calceto, L., Garzón, S., Bonilla, J., & Cala-Martínez, D. (2019). Relación del Estado Nutricional con el Desarrollo Cognitivo y Psicomotor de los Niños en la Primera Infancia. *Revista Ecuatoriana de Neurología, 28*.
- Cano, A., Albacete, M., & Quesada, C. (2021). Inseguridad alimentaria en tiempos de COVID-19: Evidencia de ocho territorios latinoamericanos. *Análisis de Coyuntura COVID-19 En América Latina, 2*(16).
- Caro, J. (2018). *Desarrollo y ciclo vital - jóvenes y adultos. 7-76*. <https://digitk.areandina.edu.co/handle/areandina/1427>
- Cepeda, H. I. F., Correa, K. E. M., Lozano, E. V., & Urquiza, D. F. Z. (2018). Análisis crítico del conductismo y constructivismo, como teorías de aprendizaje en educación. *Revista Órbita Pedagógica, 4*(1).
- Cevallos, M., Alarcón, B., Zavala, E., Moreira, J., & Herrera, M. del R. (2021). Alimentación y nutrición en niños y jóvenes de educación básica media. *UNESUM-Ciencias. Revista Científica Multidisciplinaria. ISSN 2602-8166, 6*(4). <https://doi.org/10.47230/unsum-ciencias.v5.n5.2021.525>
- Chávez, J. (2023). Educación alimentaria y nutricional: reflexiones personales. *Diálogos sobre educación. Cucsh Udg*  
<http://dialogossobreeducacion.cucsh.udg.mx/index.php/DSE/article/view/1384>

- Chillogalli, M., Álvarez, C., & Ochoa, S. (2021). Alimentación y rendimiento escolar de niños de 6 a 8 años en Educación Intercultural Bilingüe. *Dialnet.Unirioja.Es*. <https://doi.org/10.35381/r.k.v7i1.1788>
- Cipriano, K. (2020). Eficacia de los programas de habilidades sociales para mejorar la convivencia escolar: Una revisión sistemática. *Repositorio Institucional - UCV*. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/2935266>
- Coq, J., & Gerardin, P. (2020). Desarrollo psicológico del niño. *EMC - Pediatría*, 55(2). [https://doi.org/10.1016/s1245-1789\(20\)43834-x](https://doi.org/10.1016/s1245-1789(20)43834-x)
- De La Cruz, E. (2020). Referentes conceptuales para el abordaje de la salud y la educación alimentaria y nutricional en la escuela. *Revista de Comunicación y Salud*, 10(1), 1–17. [https://doi.org/10.35669/rcys.2020.10\(1\).1-17](https://doi.org/10.35669/rcys.2020.10(1).1-17)
- De La Cruz, E., Poma, S., & Suárez, R. (2021). educación alimentaria y nutricional en la formación docente. Dos visiones, dos universidades, dos países y un compromiso: Perú-Venezuela. *Revista de Comunicación y Salud*, 41–64. <https://doi.org/10.35669/rcys.2022.12.e273>
- Deossa, G. (2020). Alimentación y nutrición durante la pandemia del COVID-19. *Perspectivas En Nutrición Humana*, 69(10).
- Díaz, N., Herrera, H., Fajardo, Z., & Galbán, A. (2021). Consumo de macronutrientes y micronutrientes en adolescentes. *TAYACAJA*, 4(1). <https://doi.org/10.46908/tayacaja.v4i1.163>
- Elías, D., Hoyo, H., Losardo, R. J., Bianchi, R. I., Ricardo, C., & Losardo, J. (2021). Salud plena e integral: un concepto más amplio de salud. *Ama-Med.Org.Ar*, 134. [https://www.ama-med.org.ar/uploads\\_archivos/2147/Rev-1-2021\\_pag-18-25\\_Losardo.pdf](https://www.ama-med.org.ar/uploads_archivos/2147/Rev-1-2021_pag-18-25_Losardo.pdf)

- Escobar, G., & Fernández, S. (2023). Requerimientos y recomendaciones nutricionales. In *Alimentación y nutrición aplicada*. <https://doi.org/10.2307/jj.5329363.5>
- Esquivel, N., Benavides, P., & Romero, A. (2021). Guía metodológica para el trabajo interdisciplinar en carreras de Educación. *Revistas.Ucc.Edu.Co*. <https://doi.org/10.16925/2382-3984.2019.01.03>
- FAO/WHO. (2022). *Ecuador en una mirada: FAO en Ecuador*. Trabajando Por La Seguridad Alimentaria y El Desarrollo Rural Sostenible.
- González, M., González, E., & Medrano, E. (2022). La Neurociencia aplicada como factores biopsicosociales que inciden en el aprendizaje de niños en edad escolar. *593 Digital Publisher CEIT*, 7(4–2). <https://doi.org/10.33386/593dp.2022.4-2.1251>
- GoogleMaps. (2023). *Ubicación*.
- Guillamón, A., García, E., & Carrillo, P. J. (2018). La educación física como programa de desarrollo físico y motor. *EmásF: Revista Digital de Educación Física*, ISSN 1989-8304, N°. 52, 2018, Págs. 105-124, 52, 105–124. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6408944&info=resumen&idoma=SPA>
- Heras Sevilla, D., Cepa Serrano, A., & Lara Ortega, F. (2016). *Desarrollo emocional en la infancia. Un estudio sobre las competencias emocionales de niños y niñas*. <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/217/159>
- Heredia, Y. (2020, June 29). *El desarrollo emocional es tan importante como el académico — Observatorio | Instituto para el Futuro de la Educación*. <https://observatorio.tec.mx/edu-bits-blog/importancia-del-desarrollo-emocional-estudiantes>

- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Editorial Mc Graw Hill Education. Ciudad de México.
- Huerta, R. (2022). Factores determinantes en desnutrición en escolares en el Ecuador: Una revisión sistemática. *Universidad Católica de Cuenca*.
- Jimoh, A. O., Anyiam, J. O., & Yakubu, A. M. (2018). Relación Del Estado Nutricional Con El Desarrollo Cognitivo Y Psicomotor De Los Niños En La Primera Infancia. *South African Journal of Clinical Nutrition*, 31(3), 50–54. <https://doi.org/10.1080/16070658.2017.1387434>
- Josa, M. F., Ortiz, X. F., Vizcaino, G. J., & Párraga, J. S. (2022). Estrategias nutricionales implementadas en países andinos. Una mirada a la nutrición escolar en Ecuador, Perú y Bolivia. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 42(1).
- Kaufer, M. (2021). Dilemas éticos en la investigación en salud y nutrición. *Revista de Nutrición Clínica y Metabolismo*, 4(Suplemento 1). <https://doi.org/10.35454/rncm.v4supl1.333>
- Lazo, M., Ríos, C., Candelario, G., & Sylva, R. (2020). Efectos de la desnutrición en el desarrollo integral de los niños. *Magazine de Las Ciencias: Revista de Investigación e Innovación*, 5(5), 1–14. <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/magazine/article/view/821>
- Luna, J., Hernández, I., Rojas, A., & Cadena, M. (2018). Estado nutricional y neurodesarrollo en la primera infancia. *Rev Cubana Salud Pública.*, 169–185.
- Luque, G., & García, R. (2019). *Etapa infantil y motricidad: estrategias para su desarrollo en Educación Física*. [https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=dJ2hDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA9&dq=Estrategias+pedag%C3%B3gicas+en+la+ense%C3%B1anza+de+pr%C3%A1cticas+saludables+en+alimentacion&ots=sw-yJVjAg5&sig=XQ-thGRz2BgKGZpaQxbKTu2l\\_b8](https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=dJ2hDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA9&dq=Estrategias+pedag%C3%B3gicas+en+la+ense%C3%B1anza+de+pr%C3%A1cticas+saludables+en+alimentacion&ots=sw-yJVjAg5&sig=XQ-thGRz2BgKGZpaQxbKTu2l_b8)

- Matsudo, S. M. M. (2019). Revista de Nutrición Clínica y Metabolismo. *Revista de La Asociación Colombiana de Nutrición Clínica*, 2(2).
- Ministerio de educación. (2023a). La Ley Orgánica de Alimentación Escolar de Ecuador y su Reglamento General. In *La Ley Orgánica de Alimentación Escolar de Ecuador y su Reglamento General*. <https://doi.org/10.4060/cc3389es>
- Ministerio de educación. (2023b). *Programa de Alimentación Escolar*.
- Naranjo, L., & Willaarts, B. A. (2020). *Guía metodológica sobre el proyecto de intervención social*. [http://148.202.167.116:8080/jspui/bitstream/123456789/3751/1/Gu%C3%ADa\\_metodol%C3%B3gica\\_sobre\\_proyecto\\_intervenci%C3%B3n.pdf](http://148.202.167.116:8080/jspui/bitstream/123456789/3751/1/Gu%C3%ADa_metodol%C3%B3gica_sobre_proyecto_intervenci%C3%B3n.pdf)
- Nunes, T., Alves, R., & Pacheco, L. (2018). Alimentación y nutrición en atención primaria en Brasil. *Gaceta Sanitaria*, 32(3), 297–303. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2017.08.004>
- OMS. (2020). Consumo en tiempos de la COVID-19: Estilos de vida sostenibles en el hogar. *Objetivos de Desarrollo Sostenible*.
- Organización Mundial de la salud/ UNICEF/Banco Mundial. (2020). *Levels and trends in child malnutrition: UNICEF/WHO/The World Bank Group joint child malnutrition estimates: key findings of the 2020 edition*. <https://www.who.int/publications/i/item/jme-2020-edition>
- Pana, A. (2023). Procesos de enseñanza-aprendizaje en Educación Infantil. *Revista Complutense de Educación*, 34(3). <https://doi.org/10.5209/rced.85608>
- Peñuela, D. (2021). Dinámicas de integración curricular escolar: interdisciplinariedad en la producción de conocimiento. *Praxis & Saber*, 12(30). <https://doi.org/10.19053/22160159.v12.n30.2021.11437>
- Pereyra, L. (2022). *Metodología de la investigación*. <https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=6e->

KEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=Metodolog%C3%ADa+de+la+Investigaci%C3%B3n&ots=WGLM-OMzjo&sig=uZ6KqyaC57QKHgHi2yRvQbR5Xso

- Pérez, G., Marcelo, M., García, G., Olivo Ramírez, D. P., & Suárez Diéguez, T. (2023). La nutrición y los nutrientes orgánicos, una reseña histórica. *Prospecto Nutr Humana*. 25(1).
- Pinto, A., & Balderas, K. (2022). ENFOQUES Y ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS DE LA EDUCACIÓN ALIMENTARIA. *Hacedor - AIAPÆC*, 6(1). <https://doi.org/10.26495/rch.v6i1.2120>
- PMA, FAO, & UNICEF. (2020). ¿Cómo mitigar los efectos de la pandemia COVID-19 sobre la alimentación y la nutrición de los niños escolares? Reconocimientos. *Programa Mundial de Alimentos*.
- Prado, J. I. (2023). Investigación formativa como estrategias de enseñanza-aprendizaje. *HUMAN REVIEW. International Humanities Review / Revista Internacional de Humanidades*, 12(Monográfico). <https://doi.org/10.37467/revhuman.v12.4659>
- Programa Mundial de Alimentos. (2022a). *Estado de la seguridad alimentaria y nutrición en el mundo 2022*. <https://doi.org/10.4060/cc0640es>
- Programa Mundial de Alimentos. (2022b). *Plan estratégico para el Ecuador (2023-2027)*.
- Programa Mundial de Alimentos (PMA). (2023). *Evaluación de seguridad alimentaria de la población colombiana / World Food Programme*. Programa Mundial de Alimentos.
- Rego, L., Barreira, E. M., & Queiruga, O. S. (2022). SOCIEDAD, FAMILIA Y EDUCACIÓN. In *Desafíos para la formación inicial del profesorado técnico de formación profesional y claves para el éxito*. <https://doi.org/10.2307/j.ctv2zp4t48.8>
- Risco, A. A. (2020). Clasificación de las Investigaciones. *Universidad de Lima*.

- Rivas, A. B. (2021). Alimentación en escolares y su relación con el aprovechamiento escolar. *Ciencia Nutrición Terapéutica Bioética*, 1(1).
- Rosales, C. (2019). ¿Cuáles son los ámbitos de transversalidad educativa? *Innovación Educativa*, 29, 109–123. <https://doi.org/10.15304/ie.29.6023>
- Ruiz, H. (2023). Nutrición y metabolismo. In *Alimentación y nutrición aplicada*. <https://doi.org/10.2307/jj.5329363.6>
- Sánchez, J. (2019). Desarrollo de los procesos cognitivos de atención y concentración en Educación Inicial. *Alternancia - Revista de Educación e Investigación*, 1(1), 47–63. <https://doi.org/10.33996/ALTERNANCIA.V1I1.62>
- Sánchez, M. (2021). *Importancia de los Macronutrientes y Micronutrientes*. Nestlé Por Niños Saludables.
- Silva, D. (2020). Pirámide Alimenticia. *ALIMENTACION SALUDABLE*, 0(0).
- Solís, A. (2020). *La importancia de la alimentación saludable en educación infantil*. [https://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/handle/10651/62745/TFG\\_AlejandraSolisFernandez.pdf](https://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/handle/10651/62745/TFG_AlejandraSolisFernandez.pdf)
- Torres, J. (2018). La importancia de una sana alimentación como proceso fundamental y consciente en el desarrollo integral de la infancia. *Reponame: Colecciones Digitales Uniminuto*.
- Toscano, F. (2018). *Metodología de la Investigación*. [https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=2RFaDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA13&dq=Metodolog%C3%ADa+de+la+Investigaci%C3%B3n&ots=Lti7xsER\\_n&sig=47VpRB5R5N2F255uKRbFvcSeie4](https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=2RFaDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA13&dq=Metodolog%C3%ADa+de+la+Investigaci%C3%B3n&ots=Lti7xsER_n&sig=47VpRB5R5N2F255uKRbFvcSeie4)
- UNICEF. (2020). *Comment Impacts of COVID-19 on childhood malnutrition and nutrition-related mortality*. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)31647-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)31647-0)
- UNICEF. (2021). *Desnutrición Crónica Infantil | UNICEF Ecuador*. Fondo de Las Naciones Unidas Para La Infancia.



- Vázquez, V. M., Bosques-Brugada, L. E., Guzmán-Saldaña, R. M. E., Romero-Palencia, A., Reyes-Jarquín, K., & Franco-Paredes, K. (2019). Revisión del constructo y fundamentos teóricos de la alimentación emocional. *Educación y Salud Boletín Científico Instituto de Ciencias de La Salud Universidad Autónoma Del Estado de Hidalgo*, 8(15). <https://doi.org/10.29057/icsa.v8i15.4802>
- Vega, N., Flores, R., Flores, I., Hurtado, B., & Rodríguez, S. (2019). Teorías del aprendizaje. *XIKUA Boletín Científico de La Escuela Superior de Tlahuelilpan*, 7(14), 51–53. <https://doi.org/10.29057/XIKUA.V7I14.4359>
- Yepes, T. A., & Cánovas L. (2013). Estado nutricional infantil y estilos educativos familiares: apreciación de expertos. *Scielo.Org.Co.* [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0124-41082013000200006](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-41082013000200006)

## ANEXOS

### Anexo I Operacionalidad de las variables

**Tabla 94: Variable Independiente (Alimentación y Nutrición)**

Variable	Definición	Dimensión	Indicador	Ítem	Instrumento
<b>Alimentación y Nutrición</b>	Prácticas y conocimientos relacionados con la ingesta de alimentos saludables	Conciencia sobre la Importancia	Nivel de conocimiento sobre la importancia de la alimentación y nutrición	<p>1. ¿Considera que una alimentación equilibrada es crucial para el desarrollo físico de los niños?</p> <p>2.- ¿Cree que los nutrientes como vitaminas y minerales afectan directamente el rendimiento académico?</p> <p>3.- ¿Opina que la educación nutricional debería ser una parte esencial del currículo escolar?</p>	Cuestionario para Docentes, Autoridades y Padres de Familia
		Estrategias Pedagógicas	Presencia de programas y estrategias de alimentación en la escuela	<p>4.- ¿La escuela en la que participa implementa programas de alimentación saludable para los estudiantes?</p> <p>5.- ¿Los docentes incorporan temas de nutrición en sus clases?</p>	Cuestionario para Docentes, Autoridades y Padres de Familia

			6.- ¿Los padres están involucrados en las iniciativas de alimentación escolar?	
	Alimentación y Aprendizaje	Percepción del impacto de la alimentación en el aprendizaje	1.- ¿Sientes que aprendes mejor cuando has comido algo saludable? 2.- ¿Crees que es más fácil prestar atención en clase después de un buen desayuno? 3.-¿Piensas que los niños que comen bien son más listos?	Cuestionario para Niños
	Alimentación y Actividades	Percepción del impacto de la alimentación en las actividades físicas	4.- ¿Te sientes con más energía para jugar y hacer deporte cuando comes bien? 5.- ¿Crees que los niños que comen frutas y verduras son más fuertes?	Cuestionario para Niños

**Nota:** La tabla aborda la variable independiente "Alimentación y Nutrición," centrada en prácticas y conocimientos alimenticios. Se incluyen dimensiones e indicadores con ítems numerados que corresponden a preguntas en cuestionarios para docentes, padres y niños.

**Tabla 95 Variable Dependiente (Desarrollo Integral)**

Variable	Definición	Dimensión	Indicador	Ítem	Instrumento
Desarrollo Integral	Progreso en áreas físicas, cognitivas, emocionales y sociales	Desarrollo Cognitivo	Impacto en el rendimiento académico y la concentración	<p>7.- ¿Piensa que una buena nutrición mejora la concentración y atención de los niños en clase?</p> <p>8.- ¿Los niños que desayunan adecuadamente tienen un mejor rendimiento académico, en su opinión?</p> <p>9. ¿La falta de nutrientes esenciales podría afectar negativamente la memoria y el aprendizaje de los niños?</p>	Cuestionario para Docentes, Autoridades y Padres de Familia
		Desarrollo Emocional y Social	Impacto en el estado de ánimo y las relaciones sociales	<p>10. ¿Cree que una alimentación equilibrada contribuye a un mejor estado de ánimo en los niños?</p> <p>11. ¿Compartir comidas en la escuela fomenta la socialización entre los estudiantes?</p>	Cuestionario para Docentes, Autoridades y Padres Familia

				12. ¿Los niños con una dieta equilibrada muestran, en su opinión, mayor autoestima y confianza?	
		Alimentación y Sentimientos	Percepción del impacto de la alimentación en el bienestar emocional	7. ¿Te sientes más feliz cuando has comido algo que te gusta y es saludable? 8. ¿Crees que los niños que comen bien están menos tristes o enojados? 9. ¿Piensas que comer bien te hace sentir más seguro de ti mismo?	Cuestionario para Niños
		Alimentación y Amigos	Percepción del impacto de la alimentación en las relaciones sociales	10. ¿Te gusta compartir tu comida con tus amigos en la escuela? 11. ¿Crees que es divertido aprender sobre comidas saludables (buena) con tus amigos? 12. ¿Piensas que los niños que comen bien tienen más amigos?	Cuestionario para Niños
		Involucramiento de Padres y Autoridades	Conocimiento y nutrición y alimentación	13.- ¿Reciben los padres de familia suficiente información sobre la importancia de la nutrición en el desarrollo integral?	Cuestionario para Docentes, Autoridades y Padres de Familia

				<p>14. ¿Las autoridades educativas priorizan la alimentación y nutrición en sus políticas y programas?</p> <p>15. ¿Existe una colaboración efectiva entre docentes, padres y autoridades para mejorar la nutrición de los niños?</p>	
--	--	--	--	--	--

**Nota:** Esta tabla se enfoca en la variable dependiente "Desarrollo Integral," que comprende áreas físicas, cognitivas, emocionales y sociales. Se establecen dimensiones e indicadores, y los ítems numerados representan preguntas en cuestionarios para docentes, padres y niños.

**Anexo II Cuestionario sobre la Alimentación y Nutrición como eje transversal  
en el Desarrollo Integral de los Niños de Quinto Año de Básica**

**Información General**

**Dirigido a:** Docentes, Autoridades Educativas y Padres de Familia

**Variable Independiente:** Alimentación y Nutrición

**Variable Dependiente:** Desarrollo Integral (Físico, Cognitivo, Emocional y Social)

**Instrucciones**

Por favor, indique su nivel de acuerdo con las siguientes afirmaciones utilizando la siguiente escala:

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

1. ¿Considera que una alimentación equilibrada es crucial para el desarrollo físico de los niños?

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

2. ¿Cree que los nutrientes como vitaminas y minerales afectan directamente el rendimiento académico?

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

3. ¿Opina que la educación nutricional debería ser una parte esencial del currículo escolar?

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

4. ¿La escuela implementa programas de alimentación saludable para los estudiantes?

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo



5. ¿Los docentes incorporan temas de nutrición en sus clases?

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

6. ¿Los padres están involucrados en las iniciativas de alimentación escolar?

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

7. ¿Piensa que una buena nutrición mejora la concentración y atención de los niños en clase?

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

8. ¿Los niños que desayunan adecuadamente tienen un mejor rendimiento académico?

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

9. ¿La falta de nutrientes esenciales podría afectar negativamente la memoria y el aprendizaje de los niños?

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

10. ¿Cree que una alimentación equilibrada contribuye a un mejor estado de ánimo en los niños?

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

11 ¿Compartir comidas en la escuela fomenta la socialización entre los estudiantes?

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

12 ¿Los niños con una dieta equilibrada muestran mayor autoestima y confianza?

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

13 ¿Reciben los padres de familia suficiente información sobre la importancia de la nutrición en el desarrollo integral?

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

14 ¿Las autoridades educativas priorizan la alimentación y nutrición en sus políticas y programas?

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

15 ¿Existe una colaboración efectiva entre docentes, padres y autoridades para mejorar la nutrición de los niños?

1 = Totalmente en desacuerdo

2 = En desacuerdo

3 = Ni de acuerdo ni en desacuerdo

4 = De acuerdo

5 = Totalmente de acuerdo

**¡Gracias por ayudarnos a saber más sobre este tema!**

**Anexo III Cuestionario para Niños de 9 a 10 Años sobre la Alimentación y Nutrición como eje transversal para el desarrollo integral en tu Vida Escolar.**

**Información General**

**Dirigido a:** Niños de 9 a 10 años que cursan el quinto año de educación básica

**Variable Independiente:** Alimentación y Nutrición

**Variable Dependiente:** Desarrollo integral (Aprendizaje, Amigos y Sentimientos)

**Instrucciones**

Hola, queremos saber lo que piensas sobre la comida y cómo te sientes en la escuela. Por favor, dime cuánto estás de acuerdo con las siguientes preguntas usando esta escala:

1= No estoy de acuerdo para nada

2= No estoy de acuerdo

3= Más o menos

4= Estoy de acuerdo

5= Estoy totalmente de acuerdo

1. ¿Sientes que aprendes mejor cuando has comido algo saludable?

1 = No estoy de acuerdo para nada

2 = No estoy de acuerdo

3 = Más o menos

4 = Estoy de acuerdo

5 = Estoy totalmente de acuerdo

2. ¿Crees que es más fácil prestar atención en clase después de un buen desayuno?

1 = No estoy de acuerdo para nada

2 = No estoy de acuerdo

3 = Más o menos

4 = Estoy de acuerdo

5 = Estoy totalmente de acuerdo

3. ¿Piensas que los niños que comen bien son más listos?

1 = No estoy de acuerdo para nada

2 = No estoy de acuerdo

3 = Más o menos

4 = Estoy de acuerdo

5 = Estoy totalmente de acuerdo

4. ¿Te sientes con más energía para jugar y hacer deporte cuando comes bien?

1 = No estoy de acuerdo para nada

2 = No estoy de acuerdo

3 = Más o menos

4 = Estoy de acuerdo

5 = Estoy totalmente de acuerdo

5. ¿Crees que los niños que comen frutas y verduras son más fuertes?

1 = No estoy de acuerdo para nada

2 = No estoy de acuerdo

3 = Más o menos

4 = Estoy de acuerdo

5 = Estoy totalmente de acuerdo

6. ¿Piensas que comer bien te ayuda a hacer tus tareas más rápido?

1 = No estoy de acuerdo para nada

2 = No estoy de acuerdo

3 = Más o menos

4 = Estoy de acuerdo

5 = Estoy totalmente de acuerdo

7. ¿Te sientes más feliz cuando has comido algo que te gusta y es saludable?

1 = No estoy de acuerdo para nada

2 = No estoy de acuerdo

3 = Más o menos

4 = Estoy de acuerdo

5 = Estoy totalmente de acuerdo

8. ¿Crees que los niños que comen bien están menos tristes o enojados?

1 = No estoy de acuerdo para nada

2 = No estoy de acuerdo

3 = Más o menos

4 = Estoy de acuerdo

5 = Estoy totalmente de acuerdo

9. ¿Piensas que comer bien te hace sentir más seguro de ti mismo?

1 = No estoy de acuerdo para nada

2 = No estoy de acuerdo

3 = Más o menos

4 = Estoy de acuerdo

5 = Estoy totalmente de acuerdo

10. ¿Te gusta compartir tu comida con tus amigos en la escuela?

1 = No estoy de acuerdo para nada

2 = No estoy de acuerdo

3 = Más o menos

4 = Estoy de acuerdo

5 = Estoy totalmente de acuerdo

11. ¿Crees que es divertido aprender sobre comidas saludables con tus amigos?

1 = No estoy de acuerdo para nada

2 = No estoy de acuerdo

3 = Más o menos

4 = Estoy de acuerdo

5 = Estoy totalmente de acuerdo

12. ¿Piensas que los niños que comen bien tienen más amigos?



1 = No estoy de acuerdo para nada

2 = No estoy de acuerdo

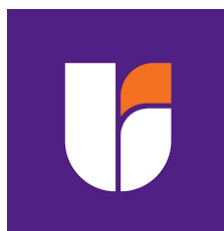
3 = Más o menos

4 = Estoy de acuerdo

5 = Estoy totalmente de acuerdo

Este cuestionario es para entender mejor cómo la comida y lo que comes afectan cómo te sientes, cómo aprendes y cómo te llevas con tus amigos en la escuela.

**¡Gracias por ayudarnos a saber más sobre este tema!**



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMERICA**  
**DIRECCIÓN DE POSGRADOS**  
**MAESTRÍA EN EDUCACIÓN, MENCIÓN EN PEDAGOGÍA**  
**FICHA DE VALORACIÓN DE UN ESPECIALISTA**

**Título de la Propuesta:** Guía didáctica para la alimentación y nutrición como eje transversal para el desarrollo integral de los niños y niñas de Quinto Año de Educación General Básica.

**Objetivo General**

Promover el desarrollo integral de los estudiantes de quinto año de básica en la Escuela General Básica “José Enrique Rodó durante el periodo 2023-2024, mediante la comprensión profunda y la práctica activa de principios fundamentales de alimentación y nutrición.

1. Datos Personales del Especialista (esta información será solo de uso académico, los datos privados no serán públicos)

Nombres y apellidos:	M. Sc. Francisco Dillon
Título (s) Profesional:	Magister en Educación y Proyectos de Desarrollo con Enfoque de Género
Ocupación o Cargo:	Consultor Educativo y docente de posgrado
Años de experiencia:	15 años
Cédula de identidad:	1720080983
Teléfono:	0996315603
Correo electrónico:	dillonfrancisco@gmail.com

2. Autovaloración del especialista

Fuentes de argumentación de los conocimientos sobre el tema	Alto	Medio	Bajo
Conocimientos teóricos sobre la propuesta.	<b>X</b>		

Experiencias en el trabajo profesional relacionadas a la propuesta.	<b>X</b>		
Referencias de propuestas similares en otros contextos.	<b>X</b>		
Conocimiento técnico y/o científico acerca de la propuesta.	<b>X</b>		
TOTAL	4		
Observaciones: La propuesta en estos ámbitos es pertinente, las referencias al ser un tema social educativo ya existen en otros contextos.			

### 3. Valoración de la propuesta

Crterios	MA	BA	A	PA	I
Estructura de guía de herramientas tecnológicas.	<b>X</b>				
Facilidad de uso de la guía de herramientas tecnológicas.	<b>X</b>				
Pertinencia del contenido en la aplicación de la guía de herramientas tecnológicas	<b>X</b>				
Coherencia entre el objetivo planteado y la propuesta de solución.	<b>X</b>				
Aplicación fácil, llamativo e interesante.	<b>X</b>				
TOTAL	5				
Observaciones: Es totalmente pertinente.					

MA: Muy aceptable; BA: Bastante aceptable; A: Aceptable; PA: Poco Aceptable; I: Inaceptable

### 4. Recomendaciones



Firmado electrónicamente por:  
FRANCISCO XAVIER  
DILLON PEREZ

Firma de responsabilidad

M. Sc. Francisco Dillon

**Anexo V Validación encuesta niños**


**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN: LA NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN COMO EJE TRANSVERSAL PARA EL DESARROLLO INTEGRAL**

**VALIDACIÓN DE LA ENCUESTA PARA NIÑOS DE QUINTO AÑO DE BÁSICA**

Nombre del Validador **M. Sc. Francisco Dillon** Fecha: 31 de octubre 2023.

**Objetivo:** Comprender la alimentación y nutrición como eje transversal para el desarrollo integral de los niños de quinto año de básica de la Escuela General Básica "José Enrique Rodó", periodo 2023-2024.

**Instrucciones:** Luego de revisar con detenimiento la instructiva encuesta con la escala de Likert, llene la matriz siguiente de acuerdo con su criterio de experto. Su aporte es muy valioso en el contexto de la investigación que se lleve a cabo.

ÍTEM	CRITERIOS A EVALUAR											
	Claridad en la redacción		Presenta coherencia interna		Libre de inducción a respuestas		Lenguaje culturalmente pertinente		Mide la variable de estudio		Se recomienda modificar o eliminar el ítem	
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	X		X		X		X		X			X
2	X		X		X		X		X			X
3	X		X		X		X		X			X
4	X		X		X		X		X			X
5	X		X		X		X		X			X
6	X		X		X		X		X			X
7	X		X		X		X		X			X
8	X		X		X		X		X			X
9	X		X		X		X		X			X
10	X		X		X		X		X			X
11	X		X		X		X		X			X
12	X		X		X		X		X			X
CRITERIOS GENERALES										SI	NO	OBSERVACIONES
1. El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para su llenado.										X		
2. La escala propuesta para medición es clara y pertinente										X		
3. Los ítems permiten el logro de los objetivos de la investigación										X		
4. Los ítems están distribuidos en forma lógica y secuencial										X		
5. El número de ítems es suficiente para la investigación										X		
Validez (marque con una X en el casillero correspondiente a su criterio)												
Aplicable			X	No aplicable						Aplicable atendiendo a las observaciones		
Validado por:	M. Sc. Francisco Dillon				Cédula: 1720080983				Fecha: 31-10-23			
Firma					Teléfono: 0996315603				Mail: <a href="mailto:dillonfrancisco@gmail.com">dillonfrancisco@gmail.com</a>			

**Anexo VI Validación encuesta adultos**

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN: LA NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN COMO EJE TRANSVERSAL PARA EL DESARROLLO INTEGRAL.**


**VALIDACIÓN DE LA ENCUESTA DE DOCENTES, AUTORIDADES, Y PADRES DE FAMILIA**

Nombre del Validador: M. Sc. Francisco Dillon Fecha: 31 de octubre del 2023

**Objetivo:** Comprender la alimentación y nutrición como eje transversal para el desarrollo integral de los niños de quinto año de básica de la Escuela General Básica "José Enrique Rodó", periodo 2023-2024.

**Instrucciones:** Luego de revisar con detenimiento la instructiva encuesta con la escala de Likert, llene la matriz siguiente de acuerdo con su criterio de experto. Su aporte es muy valioso en el contexto de la investigación que se lleve a cabo.

ÍTEM	CRITERIOS A EVALUAR										Se recomienda modificar o eliminar el ítem	
	Claridad en la redacción		Presenta coherencia interna		Libre de inducción a respuestas		Lenguaje culturalmente pertinente		Mide la variable de estudio			
	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO	SI	NO
1	X		X		X		X		X			X
2	X		X		X		X		X			X
3	X		X		X		X		X			X
4	X		X		X		X		X			X
5	X		X		X		X		X			X
6	X		X		X		X		X			X
7	X		X		X		X		X			X
8	X		X		X		X		X			X
9	X		X		X		X		X			X
10	X		X		X		X		X			X
11	X		X		X		X		X			X
12	X		X		X		X		X			X
13	X		X		X		X		X			X
14	X		X		X		X		X			X
15	X		X		X		X		X			X
CRITERIOS GENERALES										SI	NO	OBSERVACIONES
1. El instrumento contiene instrucciones claras y precisas para su llenado.										X		
2. La escala propuesta para medición es clara y pertinente										X		
3. Los ítems permiten el logro de los objetivos de la investigación										X		
4. Los ítems están distribuidos en forma lógica y secuencial										X		
5. El número de ítems es suficiente para la investigación										X		
Validez (marque con una X en el casillero correspondiente a su criterio)												

Aplicable	X	No aplicable		Aplicable atendiendo a las observaciones	
Validado por:	M. Sc. Francisco Dillon		Cédula: 1720080983	Fecha: 31-10-23	
Firma			Teléfono: 0996315603	Mail: <a href="mailto:dillonfrancisco@gmail.com">dillonfrancisco@gmail.com</a>	