



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

**FACULTAD DE CIENCIA HUMANAS Y DE LA
EDUCACIÓN**

CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA

**Informe final del Trabajo de Integración Curricular previo a la
obtención del título de Licenciada en Ciencias de la Educación
Básica.**

TEMA:

**“LA ALIMENTACIÓN EN EL DESEMPEÑO ESCOLAR DE LOS
ESTUDIANTES DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN
GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA “CANADÁ”
DE LA COMUNIDAD DE COLAGUANGO, CANTÓN
LATACUNGA.”**

AUTORA: Guanoluisa Lema Alicia Piedad

TUTOR: Dr. Willyams Castro, Mg.

AMBATO - ECUADOR

2022

APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, **Dr. Willyams Rodrigo Castro Dávila, Mg.** con cédula de ciudadanía: 1802303006 en mi calidad de Tutor del trabajo de Titulación sobre el tema: **“LA ALIMENTACIÓN EN EL DESEMPEÑO ESCOLAR DE LOS ESTUDIANTES DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA “CANADÁ” DE LA COMUNIDAD DE COLAGUANGO, CANTÓN LATACUNGA.”** desarrollado por la estudiante **Guanoluisa Lema Alicia Piedad**, considero que dicho Informe Investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentario, por lo que autorizo la presentación del mismo ante el Organismo pertinente, para que sea sometido a evaluación por parte de la Comisión calificadora designada por el Honorable Consejo Directivo.

Dr. Willyams Rodrigo Castro Dávila, Mg.

C.C. 1802303006

TUTOR

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Dejo en constancia de que el presente informe es el resultado de la investigación del autor, con el tema: **“LA ALIMENTACIÓN EN EL DESEMPEÑO ESCOLAR DE LOS ESTUDIANTES DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA “CANADÁ” DE LA COMUNIDAD DE COLAGUANGO, CANTÓN LATACUNGA.”**, quien, basado en la experiencia en los estudios realizados durante la carrera, revisión bibliográfica y de campo, ha llegado a las conclusiones y recomendaciones descritas en la investigación, las ideas, opiniones y comentarios especificados en este informe, son de exclusiva responsabilidad de su autor.



Alicia Piedad Guanoluisa Lema

C.C. 0503801656

AUTORA

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

La Comisión de estudio y calificación del informe del Trabajo de Titulación sobre el tema: **“LA ALIMENTACIÓN EN EL DESEMPEÑO ESCOLAR DE LOS ESTUDIANTES DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA “CANADÁ” DE LA COMUNIDAD DE COLAGUANGO, CANTÓN LATACUNGA.”**, presentando por la señorita **Guanoluisa Lema Alicia Piedad**, egresado de la Carrera de Educación Básica, una vez revisada y calificada la investigación se APRUEBA en razón de que cumple con los principios básicos técnicos y científicos de investigación y reglamentarios.

Por lo tanto, se autoriza la presentación ante los organismos pertinentes.

LA COMISIÓN CALIFICADORA

Dr. Raúl Yungán Yungán Mg.
C.C. 0602293482
Miembro del Tribunal

Dra. Judith Núñez Ramírez Mg.
C.C. 1801997139
Miembro del Tribunal

DEDICATORIA

A Dios por su provisión desde el primer paso que di en este hermoso camino universitario, a mamá y papá por brindarme el apoyo y la confianza cuando tomé esta decisión aun cuando nada era prometedor, a mis padres espirituales Benjamín y Anita Calderón por bendecir mi vida y entrenarme para este tiempo, a mi hermana y amiga Mary Chango por ser mi apoyo desde el momento en que Dios nos permitió conocernos y por estar en los momentos más cruciales de mi vida.

Con amor, Alicia G.

AGRADECIMIENTO

Al único sabio Dios, por darme este privilegio
de ingresar a la universidad y proveer
absolutamente todo lo que necesité.

A mis padres por su apoyo y comprensión
durante este tiempo maravilloso de formación
académica, a mis hermanos por su cariño y
cuidado especial, dentro de ellos a Alex quien
me apoyo en mis primeros pasos y fue mi
inspiración para terminar lo que empecé.

A mi madre espiritual Anita, por bendecirme
con sus oraciones y cuidado diario.

De manera muy especial a mi Mary por
brindarme su completo apoyo durante este
tiempo; pero, más que nada, por ser un
instrumento en las manos de Dios para
ayudarme a ser cada día mejor.

A mi tutor Dr. Willyams Castro por su tiempo
en la guía para la elaboración de esta
investigación.

Con admiración, Alicia G.

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

A. PÁGINAS PRELIMINARES

Título o portada del trabajo de titulación.....	i
Autoría del trabajo de titulación	iii
Aprobación del tribunal de grado	iv
Dedicatoria.....	v
Agradecimiento.....	vi
Índice general de contenidos.....	vii
Índice de tablas	viii
Índice de gráficos.....	ix
Resumen ejecutivo.....	x
Abstract.....	xi

B. CONTENIDOS

CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO	1
1.1. Antecedentes Investigativos.....	1
1.2. Objetivos	19
CAPÍTULO II. METODOLOGÍA.....	22
2.1. Materiales.....	22
CAPÍTULO III. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	24
3.1. Análisis e interpretación de la encuesta aplicada a estudiantes.....	24
CAPÍTULO IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	54
4.1. Conclusiones	54
4.2. Recomendaciones.....	55
Bibliografía	57
Anexos	63

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Escala de calificaciones	29
Tabla 2: Recursos materiales y económicos	32
Tabla 3. Desayuno diario	35
Tabla 4. Consumo diario de frutas y verduras	36
Tabla 5. Tipo de comida preparada con más frecuencia.....	37
Tabla 6. Número de veces que se alimenta.....	38
Tabla 7. Huevos criollos	39
Tabla 8. Tipos de cultivos que tienen sus padres.....	40
Tabla 9. Consumo de bebidas	41
Tabla 10. Consumo de alimentos procesados	42
Tabla 11. Horario para los tiempos de comida	43
Tabla 12. Lonchera saludable	44
Tabla 13. Dinero proporcionado por sus padres para comprar en el bar	45
Tabla 14. Productos adquiridos en el bar.....	46
Tabla 15. Problemas económicos para adquirir alimentos	47
Tabla 16. Limitado recursos económicos como factor para la adquisición de alimentos	48
Tabla 17. La alimentación saludable y su contribución al desempeño escolar	49
Tabla 18. Participación activa en el aula	50
Tabla 19. Calificaciones alcanzadas durante el primer quimestre	51
Tabla 20. Charlas sobre la alimentación	52
Tabla 21. Alimentación sana para concentrarse en actividades escolares	53
Tabla 22. Condición de salud para alcanzar metas y objetivos escolares.....	54
Tabla 23. análisis e interpretación de la entrevista aplicada a docentes.	44

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Desayuno diario.....	35
Gráfico 2. Consumo diario de frutas y verduras.....	36
Gráfico 3. Tipo de comida preparada con más frecuencia.....	37
Gráfico 4. Número de veces que se alimenta.....	38
Gráfico 5. Huevos criollos.....	39
Gráfico 6. Tipos de cultivos que tienen sus padres.....	40
Gráfico 7. Consumo de bebidas.....	41
Gráfico 8. Consumo de alimentos procesados.....	42
Gráfico 9. Horario para los tiempos de comida.....	43
Gráfico 10. Lonchera saludable.....	44
Gráfico 11. Dinero proporcionado por sus padres para comprar en el bar.....	45
Gráfico 12. Productos adquiridos en el bar.....	46
Gráfico 13. Problemas económicos para adquirir alimentos.....	47
Gráfico 14. Limitado recursos económicos como factor para la adquisición de alimentos.....	48
Gráfico 15. La alimentación saludable y su contribución al desempeño escolar.....	49
Gráfico 16. Participación activa en el aula.....	50
Gráfico 17. Calificaciones alcanzadas durante el primer quimestre.....	51
Gráfico 18. Charlas sobre la alimentación.....	52
Gráfico 19. Alimentación sana para concentrarse en actividades escolares.....	53
Gráfico 20. Condición de salud para alcanzar metas y objetivos escolares.....	54

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA
MODALIDAD PRESENCIAL

TEMA: La alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes del tercer grado de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Canadá” de la comunidad de Colaguango, cantón Latacunga

Autora: Guanoluisa Lema Alicia Piedad

Tutor: Dr. Castro Dávila, Willyams Rodrigo, Mg.

RESUMEN EJECUTIVO

La presente investigación tiene como objetivo indagar cómo incide la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes del tercer grado de Educación General Básica de la “Unidad Educativa Canadá” de la comunidad de Colaguango, cantón Latacunga. Debido a que es un factor imprescindible en el desarrollo integral del estudiante, entonces su importancia radica en conocer la manera en cómo ellos se alimentan y los efectos que presentan durante el proceso de enseñanza-aprendizaje. Actualmente, los padres de familia están enfocados en otras áreas, por ello se centran en satisfacer el hambre y no en responder a las necesidades nutritivas que requiere el organismo. Para evidenciar lo mencionado, este trabajo se apoya en el método cuali-cuantitativo, con una modalidad bibliográfica y de campo, analizando dichas variables por medio de los niveles exploratorio y descriptivo. Las técnicas utilizadas son la encuesta y entrevista aplicada a 75 estudiantes y 2 docentes; con una línea de investigación de comunicación, sociedad, cultura y tecnología. El resultado más relevante es que la mayor parte de la población investigada poseen hábitos alimenticios con bajos niveles de proteínas, vitaminas y sales minerales, puesto que desde los padres de familia no existe la responsabilidad de tener una dieta balanceada, al preferir enviar a sus hijos comida chatarra como parte de su lonchera, lo que provoca dificultades en la concentración, participación y reflexión.

Descriptor: alimentación, desempeño escolar, estudiantes, necesidades nutritivas, hábitos alimenticios.

TECHNICAL UNIVERSITY OF AMBATO
FACULTY OF HUMAN SCIENCES AND EDUCATION
BASIC EDUCATION CAREER
FACE-TO-FACE MODALITY

THEME: Nutrition in the school performance of students in the third grade of General Basic Education of the Educational Unit "Canada" of the community of Colaguango, Latacunga canton.

Author: Guanoluisa Lema Alicia Piedad

Tutor: Dr. Castro Dávila, Willyams Rodrigo, Mg.

ABSTRACT

The objective of this research is to investigate how nutrition affects the school performance of students in the third grade of General Basic Education of the "Unidad Educativa Canadá" in the community of Colaguango, Canton Latacunga. Since it is an essential factor in the integral development of the student, then its importance lies in knowing the way they eat and the effects they present during the teaching-learning process. Currently, parents are focused on other areas, which is why they focus on satisfying hunger and not on responding to the nutritional needs required by the body. To demonstrate the above, this work is based on the quali-quantitative method, with a bibliographic and field modality, analyzing these variables by means of exploratory and descriptive levels. The techniques used are the survey and interview applied to 75 students and 2 teachers; with a research line of communication, society, culture and technology. The most relevant result is that most of the population investigated have eating habits with low levels of proteins, vitamins and mineral salts, since parents do not have the responsibility of having a balanced diet, preferring to send their children junk food as part of their lunch box, which causes difficulties in concentration, participation and reflection.

Keywords: food, school performance, students, nutritional needs, eating habits.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1.1. Antecedentes Investigativos

La alimentación saludable compone uno de los principales factores para el desarrollo integral del ser humano al permitir el cumplimiento de las funciones acorde a su edad y necesidad, dentro de ellos está el desempeño escolar. Para sustentar esta investigación, se recurre a otros trabajos investigativos realizados por varios autores; como es el caso Conde, Palomo, Ordoñez, Tandapilco (2020) quienes señalan: **“la alimentación tiene un componente educacional, por tanto, los estudiantes requieren de una buena alimentación proporcionada en los hogares, que contribuirá en un buen rendimiento dentro y fuera del aula”** (p.42). En efecto, es fundamental que los estudiantes desarrollen hábitos alimenticios nutritivos que serán proporcionados por el núcleo familiar. Por otra parte, la institución también tiene la responsabilidad de fomentar en los educandos conductas alimentarias y de nutrición saludable.

Frente al tema, Espinoza (2020) mencionan **“Una alimentación saludable prepara al niño(a) para una mejor comprensión de los temas a tratar dentro de las aulas de clases y tener un mejor desempeño dentro del acto educativo, desarrollar adecuadamente sus capacidades intelectuales y habilidades”** (p.28). En resumen considero que es imprescindible la comida basada en nutrientes, debido a que les proporciona energía y permite que los estudiantes permanezcan activos. De esta manera, potenciar el proceso de enseñanza aprendizaje y lograr que los estudiantes comprendan los contenidos y se apropien de ellos.

Aguilar (2020) determina **“la alimentación es un factor fundamental que permite a los estudiantes crecer y desarrollarse saludablemente; el consumo de alimentos depende de varios factores: la edad, el peso, talla, actividades escolares, lúdicas y**

sociales” (p.3). En definitiva, los seres humanos siempre dependerán de una alimentación balanceada, puesto que están en constante desarrollo y expuestos a cambios sean físicos, psicológicos y cognitivos. Así también, se verán reflejados en el desempeño académico teniendo como resultados discentes activos, participativos, que vayan más allá de alcanzar una calificación, es decir, reflexivos que comprendan y enfrenten la realidad de su contexto.

Torres-Lista, Herrera, Gálvez, Noriega y Montenegro (2020) manifiestan **“Una alimentación y nutrición correcta durante la edad escolar permite a los niños(as) adquirir hábitos saludables, (..), actuando diariamente en la mejora del nivel educativo y reduciendo los trastornos de aprendizaje causados por las deficiencias nutricionales”** (p. 116). Lo mencionado por el autor, hace referencia a que en la actualidad estamos expuestos a enfermedades que en su mayoría se relacionan con la alimentación, por dicha razón es fundamental que desde los primeros días de vida tengan una correcta ingesta de alimentos acorde a la necesidad, para así prevenir y favorecer los niveles ideales de la salud, a fin de desarrollar un nivel educativo óptimo.

Ibarra, Hernández, Ventura (2019) afirman **“Quienes presentan correctos hábitos alimentarios evidencian un mejor rendimiento escolar, realzando la importancia de promover hábitos de vida saludable entre la comunidad escolar”** (p. 292). En resumen, los estudiantes que poseen una nutrición saludable sobresalen en el ámbito educativo, recalando la importancia de poseer hábitos alimenticios y los beneficios que estos propician en el desarrollo integral de los discentes. Desde otra perspectiva, una alimentación sana evita riesgos de enfermedades provocadas por una malnutrición, por consiguiente, es primordial la educación en un menú equilibrado y saludable.

Morales, Flores (2019) indican **“existe relación entre calidad de la alimentación y rendimiento escolar, siendo dicha relación a calidad de alimentación saludable muy buen rendimiento escolar”** (p.10). En definitiva, si los estudiantes poseen una alimentación saludable basada en carbohidratos, lácteos, carnes, cereales, verduras y frutas, alcanzarán un adecuado desempeño escolar. Sin embargo, los estudiantes que

no cuentan con recursos que les permitan poseer estos beneficios alimenticios muestran entusiasmo e interés por sobresalir en el ámbito educativo. Aunque, su desempeño muestre el alcance de los aprendizajes propuestos.

Carrasco, Ramírez (2019) nos dice **“El rendimiento académico se refleja por medio de la actuación, la atención, la responsabilidad en el cumplimiento de las tareas (...) y para cumplir estos parámetros es necesario consumir alimentos que proporcionen la energía necesaria para alcanzar un rendimiento óptimo”** (p.79). Una dieta saludable tiene relación directa con los procesos mentales, como deducir, razonar, crear e inferir, entre otros. Por tal razón las proteínas, vitaminas y carbohidratos proveen al estudiante aptitud y actitud para desenvolverse adecuadamente en el entorno educativo.

Unicef (2019) subraya **“la nutrición es esencial para el crecimiento, el desarrollo cognitivo, el rendimiento escolar y la productividad futura de los niños”** (p. 8). Los alimentos primarios consumidos en las etapas esenciales del desarrollo físico y cognitivo del ser humano potencian las habilidades y destrezas fundamentales para el desenvolvimiento íntegro. De esta manera, una alimentación balanceada otorga dinamismo en la adquisición y comprensión de las temáticas propuestas en la clase.

Daquilema (2018) indica **“para el ser humano es de vital importancia tener una alimentación balanceada, mucho más a los niños ya que se encuentran en constante desarrollo (...), es por ello que debemos fomentar una buena alimentación en los niños escolares”** (p. 9). El consumo de alimentos nutritivos desde la primera infancia, propician nutrientes esenciales que necesita el organismo para su buen funcionamiento y crecimiento. Por consiguiente, en las primeras etapas institucionales recae la responsabilidad de la concientización de una dieta saludable debido a que en su mayoría consumen alimentos no nutritivos, que conlleva a un déficit educacional.

Cigarro, Sarqui, Palma, Figueroa, Castillo, Zapata, Escorihuela (2017) determinan **“En los últimos años, la obesidad ha aumentado y ello se ha asociado a una**

disminución de la condición física, problemas psicológicos y un bajo rendimiento escolar” (p.216). La globalización provoca cambios drásticos en varios ámbitos especialmente en la forma de alimentarse, puesto que el desarrollo industrial y tecnológico promueve el consumo de alimentos procesados altos en grasa, azúcar y sal, lo cual conlleva a una dieta escasa en nutrientes. Por dicho motivo, surgen diversas enfermedades que obstaculizan el desarrollo integral de los seres humanos, inmersos en las actividades del diario vivir.

Moyano (2017) señala **“Los efectos que tiene la alimentación sobre el rendimiento académico son de largo, mediano y corto plazo. Si un niño no se alimenta bien un día determinado, ese día no podrá aprovechar bien los conocimientos que se imparten”** (p.24). En consecuencia, están expuestos a reacciones como debilidad, sueño, mareo, desconcentración, cansancio, y esto repercute en la conducta de los demás estudiantes, porque se sentirán impacientes en la necesidad de alimentarse. Por lo anteriormente dicho, el desempeño escolar se ve afectado a corto y mediano plazo teniendo como consecuencia lagunas de aprendizaje, limitados niveles de aprendizaje, disminución de la concentración y bajas calificaciones.

Bajaña, Quimis, Sevilla, Vicuña, Calderón (2017) mencionan **“Una buena alimentación en los escolares juega un papel importante y fundamental para su desarrollo intelectual, físico y social, siendo una línea de defensa contra muchas enfermedades infantiles que pueden llegar a dejar secuelas en las personas”** (p. 34). En efecto, una inadecuada nutrición influye en el rendimiento académico, es por ello que los padres y docentes desempeñan un rol primordial en la nutrición, otorgando hábitos alimenticios saludables. Estos aspectos promoverán beneficios positivos en el área educativa, potenciando su coeficiente intelectual, desarrollo corporal y las funciones motoras y cognitivas.

Iglesias (como se citó en Castillo, 2017) afirma **“la malnutrición acaecida en una edad temprana reduce la tasa de división celular en el cerebro reduciendo la mielinización, por lo que esta alteración de la nutrición produciría una reducción de la capacidad intelectual”** (p.18). Es decir, existe mayor probabilidad de un bajo

rendimiento académico, debido a que la comprensión de los temas serán limitados por las deficientes conexiones neuronales. Los factores que con mayor frecuencia prevalecen en la adquisición de alimentos están relacionados con la economía, contexto familiar, social, cultural y local.

Changoluisa (2017) subraya **“la alimentación en la escolaridad es indispensable y tiene un aspecto positivo el mismo que contribuye de forma efectiva el desarrollo integral de las potencialidades de los discentes”** (p.7). Cabe señalar, que una correcta alimentación va más allá de satisfacer el hambre, es decir, lo que se requiere es cubrir la necesidad de nutrientes, proteínas y calorías que son la base del crecimiento y desarrollo del sujeto, fortaleciendo de esta manera los diversos niveles de aprendizaje que influirán en la participación activa del educando en el proceso de enseñanza aprendizaje.

De hecho, a pesar de existir diferentes aspectos que influyen en el desempeño académico, Bajaña et al. (2017) determinan **“el rendimiento académico se ve afectado negativamente por la inadecuada nutrición de los niños en edades escolares, ya que la desnutrición en los primeros años de vida afecta el crecimiento del cerebro y el desarrollo intelectual”** (p.37). Dicho de otra manera, la forma como se alimenta el infante repercute en su desarrollo físico, por lo tanto, también en los órganos como el cerebro. **“Se ha constatado una correlación directa y significativa entre el coeficiente intelectual y el tamaño cerebral de los alumnos; y que la inteligencia es uno de los parámetros que mejor predice el rendimiento escolar”** (Bajaña et al., 2017, p. 37).

Montiel (2016) manifiesta **“la alimentación es la base para tener un niño saludable, por lo que se debe seleccionar bien los alimentos que consume (...) de forma diaria en el hogar, puesto que es su responsabilidad proveerles los mejores nutrientes a sus hijos”** (p. 79). En la infancia los niños son más propensos en consumir alimentos denominados chatarra que son de fácil acceso en los espacios públicos, que debilitan su potencial educacional, por dicha razón la alimentación proporcionada en los hogares

debe otorgar altos niveles de proteínas y nutrientes que satisfacen las necesidades alimentarias.

Mahoney, Wesnes, Murphy (como se citó en Díaz, Ficapal, Aguilar, 2016) indican **“saltarse el desayuno afecta de forma negativa a la capacidad de resolver problemas, a la memoria reciente y a la atención (...). En general, los niños con hambre tienden a presentar más problemas emocionales, de comportamiento y académico”** (p. 910). En resumen, los alimentos consumidos en la mañana cumplen la función de activar el organismo para enfrentar las actividades del diario vivir, de modo que la comida proporcionada por sus padres debe tener su base en lácteos, cereales y frutas. A fin de evitar que los estudiantes acudan a los centros educativos con su estómago vacío y se sientan motivados a consumir productos con altos niveles de azúcar.

Guamanquishpe, Sacoto (2015) determinan **“una incorrecta alimentación influye en el rendimiento académico puesto que un aporte inadecuado de nutrientes se asocia con el mal desempeño de la actividad neural”** (p. 16). Así pues, al tener un desequilibrio en el consumo de los diferentes grupos de alimentos, se verán afectados las áreas cognitivas, el desarrollo afectivo, social, sensorial, físico y motor. Teniendo como consecuencia altos índices de desnutrición infantil que obstaculizan el cumplimiento de las funciones del diario vivir.

Finalmente, al hablar de la alimentación y su influencia en el rendimiento académico Redrobán (2015) señala **“Una dieta alimenticia inadecuada e insuficiente afecta la salud y tiene notable incidencia en el rendimiento, por el insuficiente aporte de nutrientes y energía necesaria para la actividad y concentración, se ha comprobado que la actividad física favorece el rendimiento”** (p.84). A causa del desconocimiento de los beneficios de combinar los diferentes tipos de alimentos de la pirámide nutricional o la dificultad de adquisición de los mismos por parte de los padres de familia, los estudiantes se ven enfrentados a su realidad que en su mayoría recae en una incorrecta alimentación. Lo que provoca altos índices de desnutrición infantil teniendo como consecuencia afectaciones en el rendimiento educativo que le

impiden responder de forma eficaz la resolución de problemas académicos y de su contexto.

La Salud

Según OMS (1946) define que **“es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”** (párr. 1). En efecto, este nivel de riqueza humana se puede conseguir por medio de la ingesta de comidas adecuadas, actividad física acorde a la edad y si se hablase de niños de edad escolar, los docentes son el vínculo principal entre estudiantes y padres de familia en ser agentes de cambio por medio de charlas, capacitaciones con actividades que brinde información sobre sus beneficios. Con motivo de, saber si el niño se encuentra en un peso acorde a su estatura, por lo tanto, con un estado de salud aceptable se procede a calcular el índice de masa corporal (IMC), mediante la siguiente fórmula: el peso en kilogramos dividido a su altura en metros al cuadrado. Gracias a este resultado se evidencia: el bajo peso, el sobrepeso u obesidad que en lo posterior el profesional médico lo tratará.

Actividad física

La actividad física es tomada en cuenta como el binomio de la salud, porque **“produce beneficios físicos, psicológicos y sociales”** (MSP y Mineduc, 2017, p.22). En otras palabras, ayuda a mantener sano el organismo, permite una mayor concentración, aporta en el fortalecimiento de los lazos familiares, entre otros. Así pues, encamina en la obtención de una salud integral donde **“se concede extrema importancia a los factores relacionados con el estilo de vida, como son: alimentación natural y equilibrada, agua de calidad, hogar sin tóxicos, respiración nutritiva, prácticas para la energía física – mental y prevención ante ciertos riesgos de salud”** (Navarra, 2017, párr. 3). Por este motivo, es importante tener en cuenta cada una de las etapas por las que pasan y realizar las cosas de manera adecuada en beneficio a su desarrollo.

Seguridad Alimentaria

La base de una alimentación nutritiva es la seguridad alimentaria (SA), con la que cuenta los ciudadanos de una determinada nación. Puesto que, **“es la situación en la que todas las personas, en todo momento, tienen acceso físico y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimenticias y desarrollar una vida saludable”** Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO) (como se citó en Ramírez, Vargas y Cárdenas, 2020, p.1). No obstante, en la actualidad los problemas con relación a la alimentación permanecen, afectando a nivel mundial a los grupos más vulnerables. Por ello, uno de los puntos a tratar en la agenda 2030 para el desarrollo sostenible es **“Poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición y promover la agricultura sostenible”** (Naciones Unidas, 2018, p. 19).

Al ser un objetivo a nivel mundial da a notar los desafíos que debe enfrentar el estado para que todos los ciudadanos en especial los más vulnerables sean beneficiados de este derecho. En el caso, de Ecuador está estipulado que el estado promoverá la seguridad alimentaria como lo señala la Constitución de la República del Ecuador (2008) **“Art.13.- Las personas y colectividades tienen derecho al acceso seguro y permanente a alimentos sanos, suficientes y nutritivos; preferentemente producidos a nivel local y en correspondencia con sus diversas identidades y tradiciones culturales”** (p.29). Esto implica considerar las diferentes dimensiones de la seguridad alimentaria tales como:

Dimensiones de la seguridad alimentaria

La disponibilidad de alimentos, es decir, la producción, importación y almacenamiento, por esta razón es necesario el incentivo de la producción regional como la agricultura familiar o huertas sostenibles; en cuanto al acceso que es **“la capacidad de los hogares/individuos de adquirir una cantidad suficiente de**

alimentos, ya sea a través de uno y/o varios medios como son: producción propia (cosecha, ganado); caza, pesca, y recolección de alimentos silvestres; compra de alimentos” (Calero, 2011, p. 15). De igual modo, está el uso o utilización biológica que conlleva la manera en que los individuos aprovechan los diferentes nutrientes que se encuentran en los alimentos, la preparación, la diversidad en la dieta y la correcta distribución en el interior de los hogares. Finalmente, la estabilidad que es **“asegurar el abastecimiento y el acceso a alimentos de manera continua y estable en todo el tiempo”** (Calero, 2011, p. 15).

Inseguridad alimentaria

Cabe señalar, además que en la actualidad por la situación en la que vivimos a nivel mundial y lo que provocó en su tiempo el **“confinamiento consecuencia de la pandemia de COVID-19 ha causado la reducción de la actividad económica. La demanda y el empleo han disminuido, y esto ha afectado a la capacidad de generar ingresos de los hogares”** (FAO, FIDA, OPS, WFP Y UNICEF, 2020, p.10). Considerando de tal forma, como efectos para el crecimiento de la inseguridad alimentaria, debido a que por dichas razones personas no tenían acceso a alimentos sanos y suficientes por los escasos recursos económicos.

La inseguridad alimentaria se presenta de forma grave y moderada. Grave cuando el **“nivel de inseguridad alimentaria en el cual las personas probablemente se han quedado sin alimentos, sufren hambre y, en el caso más extremo, pasan días sin comer, lo que pone en grave riesgo su salud y su bienestar”** (FAO et al, 2020, p.12). Del mismo modo, la moderada cuando **“las personas afrontan incertidumbres con respecto a su capacidad de obtener alimentos y, en ciertas épocas del año, se ven obligadas a reducir la cantidad o calidad de los alimentos que consumen por carecer de dinero o de otros recursos”** (FAO et al, 2020, p.12). Es decir, lo que provoca efectos muy perjudiciales con relación a los hábitos alimenticios, nutricionales y sobre todo para la salud en especial de los infantes.

La nutrición

La nutrición es **“es el proceso involuntario a través del cual el organismo absorbe y asimila las sustancias necesarias para el funcionamiento del cuerpo”** (Bajaña et al., 2017, p.35). Por esta razón, este suceso biológico es muy importante debido a que de esta forma el cuerpo cambia e integra nutrientes proporcionados por los alimentos para el desarrollo de las funciones vitales. Tal es el caso, de que es la encargada de proveer y satisfacer las diferentes necesidades **“energéticas del cuerpo aportándoles los hidratos de carbono, las grasas, las proteínas, las vitaminas, los minerales y todas aquellas sustancias que requieren el organismo (...), es decir los nutrientes contribuyen al crecimiento y desarrollo, proporcionan energía y regulan el metabolismo”** (Bajaña et al., 2017, p.35).

Todo lo que concierne a la nutrición tiene un grado elevado de importancia para los seres humanos y para que esto se cumpla, la alimentación debe ser balanceada, con variedad y moderación. Es decir, que posibilite **“recuperar su gasto energético, proteico, vitamínico y mineral, lo cual permite la integridad de los tejidos y sistemas del cuerpo permitiendo el cumplimiento de todas las funciones propias de las personas, asegurando el crecimiento y el desarrollo en los niños”** (Bajaña et al., 2017, p.35). En la actualidad, al tener presente estos tres aspectos se garantiza una adecuada nutrición; el balance es trascendental, porque facilita el equiparar actividades físicas e intelectuales, la variedad porque no existe un alimento que provea todo lo que necesita el cuerpo humano, la moderación es importante porque al alimentarnos debemos evitar los extremos de ni muy poca, ni mucho de algo porque se podría llegar a la desnutrición u obesidad.

Problemas nutricionales de los escolares

Al no existir los recursos, el conocimiento, el apoyo o la colaboración de los niños se encuentra diferentes problemas nutricionales de los escolares tales como la mal

nutrición que hace referencia al **“estado que aparece como resultado de una mala alimentación y de una dieta desequilibrada en la cual hay nutrientes que faltan o que se encuentran en exceso”** (MSP y Mineduc, 2017, p.1). La desnutrición que está asociada a **“una enfermedad causada por una mala alimentación, hipocalórica e hipoprotéica (falta o poca cantidad de calorías o proteína). También puede ser causada por mala absorción de nutrientes y por desórdenes de la conducta alimentaria, como es la anorexia”** (MSP y Mineduc, 2017, p.1). El sobrepeso y obesidad que tiene que ver con **“una acumulación anormal o excesiva de grasa en el cuerpo que puede ser perjudicial para la salud”** (MSP y Mineduc, 2017, p.1). En efecto, estos problemas alimenticios provocan enfermedades a corto, mediano y largo plazo que al no ser tomados en cuenta llegan a ser crónicos.

La alimentación

El estudio de la alimentación en etapa escolar ha buscado comprenderse desde distintas teorías. No obstante, para comprender cada una de ellas, de forma primordial será importante definir algunos conceptos claves en el tema de estudio. Entre los cuales tenemos:

El término alimentación se refiere **“a la ingesta de alimentos por parte de los seres vivos, para obtener de ellos los nutrientes necesarios que nuestro cuerpo necesita para mantener o conservar la salud o para cumplir las funciones vitales en el organismo”** (Bajaña et al., 2017, p.2). Cabe recalcar, que la alimentación es un proceso espontáneo y consciente que comprende diferentes momentos como: la selección, preparación y el consumo. Por tanto, la alimentación se entiende como la actividad que consiste en la provisión de elementos al organismo para de esta manera satisfacer las necesidades alimentarias. A partir de este planteamiento, Ministerio de Salud Pública (MSP) y Ministerio de Educación (Mineduc) (2019) afirman que **“Una correcta alimentación es fundamental para el buen desarrollo de las niñas y niños, permitiéndole cumplir con sus funciones acorde a su edad”** (p. 6).

Para lograr una adecuada alimentación, se requiere conocer los diferentes grupos de alimentos que son fuente primordial de proteínas, vitaminas y minerales indispensables para el desarrollo integral de los discentes.

Grupo 1 de los alimentos

En el Grupo 1 se encuentran las verduras, frutas y hortalizas que son **“Fuente principal de vitaminas y minerales, indispensables para regular las funciones vitales de los sistemas nervioso e inmunológico, y para los procesos de digestión y reparación del organismo”** (MSP y Mineduc, 2019, p.6). Así pues, el consumo diario previene diversas enfermedades, debido a que las verduras de color amarillo y verde que al contener betacarotenos se transforman en vitamina A que ayudan al cuidado de la vista y la piel. Las verduras frescas contienen vitamina C, promueven el crecimiento, cuidan las encías y ayudan a cicatrizar las heridas, tal es el caso, que la ingesta debe ser por lo menos dos porciones diarias. De modo idéntico, las frutas cítricas contienen vitamina C, que fortalece el sistema inmunológico, el tomate de árbol, el taxo, las uvas ofrecen vitamina A, para una vista, desarrollo y crecimiento sano, por dicha razón es importante que el consumo diario sea de tres porciones.

Grupo 2 de los alimentos

En el Grupo 2 están los cereales, tubérculos y plátanos que son **“Fuente principal de carbohidratos y vitaminas, proporcionan la mayor parte de energía que se necesita para mantenerse sano y un normal crecimiento”** (MSP y Mineduc, 2019, p.9). Los discentes que desarrollan actividades físicas requieren más energía, por dicha razón deben aumentar la ingesta de estos alimentos. Los cereales utilizados con mayor frecuencia en la alimentación de la región sierra del Ecuador son **“el trigo, amaranto, arroz, maíz, quinua, cebada, avena y centeno”** (MSP y Mineduc, 2019, p.9). Cabe señalar, el valor nutritivo de los integrales que al no ser procesados son ricos en fibra que ayudan en la digestión y disminuye el colesterol en la sangre. Las ocas, papas, melloco, zanahoria blanca contienen vitamina C, calcio, fósforo, hierro magnesio, entre otros, que en la actualidad la posibilidad de consumo depende del conocimiento que se disponga de sus componentes nutricionales. Por ejemplo, la cantidad diaria de

arroz que debe consumir el escolar de 5 a 9 años sería 5 cucharadas, el comer más porciones conduce a comer en exceso y esto causa obesidad y sobrepeso.

Grupo 3 de los alimentos

El Grupo 3 se compone de alimentos de origen animal y leguminosas **“Representan la fuente principal de proteína de la dieta, son importantes para formar y reparar tejidos, los alimentos de origen animal son; Lácteos, huevos, carnes, pescados, mariscos y vísceras”** (MSP y Mineduc, 2019, p.10). La cantidad adecuada de consumo en los niños entre 5 a 9 años de la leche de vaca es un vaso diario y sus derivados porciones pequeñas en buen estado, las mismas aportan con minerales tales como calcio, zinc, magnesio y vitamina A, que ayudan a los huesos y dientes para que crezcan sanos y firmes evitando así la osteoporosis en el futuro. Con respecto a las semillas como las del zapallo, tocte, sambo son ricas en grasa, Omega 3, vitamina C y D que aumentan las defensas.

Otro alimento muy relevante son los huevos, porque aportan proteínas con aminoácidos que son el vínculo para llevar nutrientes al cuerpo para el crecimiento del niño, las porciones de consumo recomendadas son uno por día. En el caso, de la carne además de aportar proteínas que permiten el desarrollo de los músculos **“previene enfermedades como la anemia; ayudan a una mejor concentración en los estudios”** (MSP y Mineduc, 2019, p.12). Es decir, el fósforo que contiene actúa en las operaciones cerebrales. Del mismo modo, el pescado, vísceras y aves contienen vitaminas que aportan de manera significativa para mantener sano al cuerpo humano, sin embargo, los embutidos y comidas procesadas tienen un alto contenido de grasas saturadas que son perjudiciales a la salud por tal motivo su consumo debe ser solo ocasiones especiales y sobre todo en cantidades mínimas.

El agua

El agua, luego de ser el líquido esencial de todo ser vivo **“Es un elemento fundamental para la vida, ya que interviene en todas las funciones que realiza el**

organismo, transporte y absorción de vitaminas y minerales, evita el estreñimiento y mantiene hidratada la piel” (MSP y Mineduc, 2019, p.14). En efecto, es imprescindible el consumo de ocho vasos aproximados de agua pura y evitar de bebidas altas en azúcar, té, café, gaseosas, refrescos, entre otros.

Alimentación saludable

Una vez comprendido la organización de los diferentes grupos de alimentos que el cuerpo humano necesita para el buen funcionamiento, es necesario adentrarnos a lo que se refiere una alimentación saludable. Al respecto, Mariño, Núñez y Gámez (2016) mencionan **“Una buena alimentación solo se puede lograr a través de la llamada dieta balanceada, la cual permite satisfacer nuestras necesidades reales de energía y nutrientes o nutrimentos”** (p.4). En tal sentido, se recalca que la comida saludable conforma uno de los importantes factores de promoción y mantenimiento de una adecuada salud que mejora la calidad de vida de los estudiantes, por esta razón debe ser suficiente, variada, completa, equilibrada, adecuada e inocua.

Para que los escolares tengan una alimentación adecuada y sobre todo saludable es necesario emplear las siguientes recomendaciones: la calidad esta sobre la cantidad, el horario adecuado para cada uno de los tiempos de comida, el lugar y las normas de comportamiento antes, durante y después que forman un todo para el aprovechamiento máximo de estos espacios vitales. **“El Ministerio de Educación, en el horario académico, establece los tiempos para el recreo, momento en el cual los estudiantes ingieren alimentos saludables que oferta el bar escolar o que llevan en la lonchera saludable”** (MSP y Mineduc, 2017, p.2). De manera prioritaria se sugiere 5 comidas saludables por día, en el cual la familia motive la ingesta de alimentos nutritivos pues contribuye a hábitos saludables.

El desayuno saludable

Un desayuno saludable que de forma directa brinde energía para el desarrollo de las diferentes actividades y que cubra de 20 a 25% de los nutrientes necesarios en los

educandos. Peña, Ros, González, y Rial (2017) afirman: **“El desayuno debe contener preferentemente hidratos de carbono por su mejor control de la saciedad, con menor proporción de alimentos ricos en lípidos. Se aconseja preferentemente la tríada compuesta por lácteos, cereales y frutas o zumo de fruta fresca”** (p.300). Así mismo, Mariño, Núñez y Gámez (2016) aseguran que **“La tercera parte de los alimentos del día debe ser aportada por el desayuno y la merienda de la mañana. Un desayuno adecuado estimula la capacidad de concentración, el rendimiento intelectual y laboral”** (p.10). En otras palabras, su omisión es considerado como problema que aqueja al grupo más vulnerable que son los infantes, a razón de que son más perceptibles a los cambios metabólicos creados por el ayuno que va de 10 -12 horas.

El refrigerio saludable

En cuanto al refrigerio saludable es elemental que cubra de 10 a 15% de los nutrientes necesarios. En virtud de que **“proporciona la energía que la niña y niño ha perdido durante las actividades físicas e intelectuales en la mañana y tarde. Esta comida ayuda a que mantengan un nivel de atención y rendimiento físico hasta la siguiente comida”** (MSP y Mineduc, 2019, p.20). Por esta razón, es vital escoger refrigerios saludables como frutas, verduras, yogur, mote, tostado con chocho, habas, mellocos; de bebidas horchatas, coladas de avena, máchica o agua, entre otros. Desde esta perspectiva, la lonchera que el niño lleva a la unidad educativa no sustituye el desayuno o peor aún el almuerzo.

El almuerzo saludable

El almuerzo debe cubrir de 25 a 35% de los nutrimentos necesarios debido a que **“es el tiempo de comida que aporta mayor cantidad de energía y nutrientes para asegurar un buen crecimiento, desarrollo y rendimiento escolar”** (MSP y Mineduc, 2019, p.21). Si el niño recibe las vitaminas, calorías y proteínas necesarias, podrán mantenerse activos para desarrollar las tareas escolares y extracurriculares de su vida cotidiana.

La merienda saludable

La merienda constituye un espacio significativo para todos los miembros de familia en especial para los niños porque permite tener un tiempo en familia. MSP y Mineduc (2019) indican **“es fundamental porque es la última comida del día antes de que la niña y/o niño se vaya a dormir y pase por un periodo largo de ayuno. La merienda debe ser liviana y ofrecer alimentos de fácil digestión”** (p.21). Hay que tener en cuenta que el porcentaje sugerido para cubrir los nutrimentos necesarios son de 25 al 30%. Finalmente, dentro de cada uno de los espacios de preparación de alimentos es valioso tomar en cuenta la manipulación correcta, planificación, la selección de preferencia los que no han tenido ninguna transformación de su estado natural, etiquetado nutricional, el semáforo nutricional donde la elección de la etiqueta verde y amarilla son las recomendables y ante todo mantener hábitos de higiene.

El currículo

El currículo **“es la expresión del proyecto educativo que los integrantes de un país o de una nación elaboran con el fin de promover el desarrollo y la socialización de las nuevas generaciones y en general de todos sus miembros”** (Mineduc, 2016, p.4). En este documento se detallan las intenciones, las pautas de acción, las orientaciones para lograr una educación de calidad y calidez al comprobar los objetivos alcanzados en cada nivel o subnivel. Es decir, se alcanza mediante los diferentes elementos que contiene tales como: los objetivos, el contenido, la metodología, secuencia, recursos y evaluación que responden a ¿Para qué enseñar?, ¿Qué enseñar?, ¿Cómo enseñar?, ¿Cuándo enseñar?, ¿Con qué enseñar? Y ¿Por qué enseñar?

Para garantizar la educación como un derecho es necesario **“Un currículo sólido, bien fundamentado, técnico, coherente y ajustado a las necesidades de aprendizaje de la sociedad de referencia, junto con recursos que aseguren las condiciones mínimas necesarias para el mantenimiento de la continuidad”** (Mineduc, 2016,

p.4). Dado que, solo así se podrá garantizar el proceso educativo con relación a docente y docente donde la calidad y calidez sean la base fundamental.

El proceso de aprendizaje

El ser humano desde su concepción hasta su muerte enfrenta en todo momento experiencias de aprendizaje donde convergen diferentes circunstancias que aportan o perjudican a la misma. Así pues, Estrada (2018) define el *aprendizaje* como **“un proceso en el cual se adquiere conocimientos de tipo formativo e informativo”** (p. 221). En este caso, para que el proceso de aprendizaje formativo se lleve a cabo de una manera adecuada Pozo y Monereo (como se citó en Yáñez, 2016) señalan las siguientes fases: **“motivación, interés, atención, adquisición, comprensión e interiorización, asimilación, aplicación, transferencia, evaluación”** (p.72). Esto es, el deseo de aprender, la intencionalidad del estudiante por alcanzar un objetivo, la concentración en las actividades cognoscitivas, la puesta en contacto con los contenidos de una asignatura, la capacidad de abstracción y comprensión de conceptos, el almacenamiento de conocimientos, afirmación mediante la práctica, aprendizaje significativo y observación e interpretación de resultados.

En el área educativa, Abreu y Barrera (2018) señalan **“El proceso de enseñanza-aprendizaje (PEA) se concibe como el espacio en el cual el principal protagonista es el alumno y el profesor cumple con una función de facilitador de los procesos de aprendizaje”** (p. 611). Como se ha dicho, el estudiante es quien construye el conocimiento, por medio de las diferentes actividades realizadas con la guía del tutor, a través de la observación, investigación, análisis, reflexión y aplicación.

La evaluación

La evaluación permite determinar el alcance de los objetivos de aprendizaje en cada uno de los niveles educativos y de esta manera el desempeño escolar de los discentes. LOEI (2015) define a la evaluación estudiantil en el Art.184 como **“un proceso continuo de observación, valoración y registro de información que evidencia el logro de objetivos de aprendizaje de los estudiantes y que incluye sistemas de**

retroalimentación, dirigidos a mejorar la metodología de enseñanza y los resultados de aprendizaje” (p.39). Cabe señalar, que estas pueden ser cualitativas y cuantitativas que sirven de guía para realizar refuerzos académicos con pertinencia para así alcanzar los aprendizajes imprescindibles y deseables en los educandos.

Características de la evaluación

La evaluación en sus diferentes características reconoce y valora la capacidad del estudiante en el desarrollo de los trabajos sean autónomos o colaborativos, pero del mismo modo se centra en la valoración de cada uno de las dimensiones del ser humano y no solo su desempeño escolar. Retroalimenta para lograr un mejor resultado en las falencias evidenciadas, estimula la participación en las diversas actividades para de este modo proceder al registro cualitativo y cuantitativo de los logros de aprendizaje y a su vez el progreso estudiantil integral. En este aspecto, para lograr lo antes mencionado existen diferentes tipos de evaluación según su propósito **“la evaluación diagnóstica, formativa y sumativa”** (LOEI, 2015, Art.186).

El desempeño escolar

El desempeño escolar de los estudiantes en la Educación General Básica se detalla a través de la escala de calificaciones, en el cual el discente debe aprobar los diferentes objetivos de aprendizaje tomados del currículo en cada área para ser promovido al siguiente nivel de instrucción escolar.

Tabla 1: Escala de calificaciones

Escala cualitativa	Escala cuantitativa
Domina los aprendizajes requeridos.	9,00-10,00
Alcanza los aprendizajes requeridos.	7,00-8,99
Está próximo a alcanzar los aprendizajes requeridos.	4,01-6,99
No alcanza los aprendizajes requeridos.	≤ 4

Fuente: Decreto Ejecutivo N° 366, publicado en el Registro Oficial N°286 del 10 de julio de 2014

El desempeño escolar **“hace referencia a la evaluación del conocimiento adquirido en el ámbito educativo, como resultado de una experiencia de formación académica”** (Bajaña et al., 2017, p.37). Dicho de otra manera, es el producto final de

la relación de los medios utilizados en el proceso de enseñanza – aprendizaje y el resultado final obtenido, es decir, de forma general la aptitud y la actitud que demuestra el estudiante en su proceso formativo.

Factores asociados al desempeño escolar

Existen diversos factores asociados en el desempeño escolar que juegan un papel muy importante como **“la calidad del maestro, el ambiente de clase, la familia, el programa educativo y que también influyen variables psicológicas o internas, como la actitud hacia la asignatura, la inteligencia, la personalidad, las actividades que realice el estudiante, la motivación”** (Albán y Calero, 2017, p.217). De ahí que, la educación es un todo en sus partes, teniendo en cuenta que los diversos factores pueden producir en el estudiante un excelente o deficiente desempeño escolar.

Entonces, el desempeño escolar que como resultado es el aprendizaje desarrollado en los escolares, está unido a la capacidad, los factores asociados y el esfuerzo que ejecuta el discente para alcanzar el producto final. Albán y Calero (2017) indican que se debe entender como una **“expresión valorativa cuali-cuantitativa de los logros alcanzado durante el proceso y que se confirman en resultado, evidenciado en el ‘saber hacer’ del estudiante derivados sobre (...) aspectos institucionales, sociales, familiares y personales de los estudiantes, los cuales afectan el resultado”** (p.216). Así pues, existe una coherencia entre las actividades hechas por el educando y los avances reales que se puede lograr.

1.2. Objetivos

Objetivo General

Investigar cómo incide la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes del tercer grado de Educación General Básica de la “Unidad Educativa Canadá” de la comunidad de Colaguango, cantón Latacunga.

Para el cumplimiento de este objetivo se investigó en fuentes bibliográficas temas relacionados a las variables en estudio como punto de inicio para conocer que comprende una alimentación sana. Por medio de los instrumentos aplicados como la encuesta, entrevista y observación se evidenció como incide la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes.

Objetivos Específicos

Objetivo Específico 1: Fundamentar teóricamente la alimentación y el desempeño escolar para determinar el estado nutricional de los estudiantes del tercer grado de Educación General Básica la Unidad Educativa “Canadá”.

El presente objetivo se logró alcanzar mediante una revisión bibliográfica exhaustiva y minuciosa de diferentes aspectos relacionados de forma directa al tema de investigación; en libros en línea, artículos científicos, tesis de posgrado y páginas oficiales del ministerio de salud que trabajan junto con el ministerio de educación para erradicar el hambre en el Ecuador. Mediante una matriz en Excel se tomó aspectos muy puntuales como: el tema del trabajo investigativo, el autor, año, objetivos, metodología, resultados relevantes, las conclusiones y recomendaciones. Así pues, se priorizó los aportes significativos con relación a cada variable para redactar la fundamentación.

Objetivo Específico 2: Identificar el desempeño escolar de los estudiantes del tercer grado de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Canadá”

Este objetivo se logró desarrollar mediante las diferentes técnicas aplicadas como son: la encuesta para estudiantes valiéndonos de un cuestionario de 20 preguntas que engloba las áreas pertinentes para la identificación del desempeño escolar y la técnica de la entrevista para docentes por medio de una guía de 20 preguntas que se vinculan con el análisis e interpretación en relación con las variables.

Los instrumentos anteriormente mencionados fueron validados por especialistas expertos en cuanto al tema de investigación que se desarrolló en la Unidad Educativa

“Canadá”, logrando identificar los factores asociados según Albán y Calero (2017) como la calidad del maestro, el ambiente de clase, la familia, el programa educativo las variables psicológicas o internas, como la actitud hacia la asignatura, la inteligencia, la personalidad, las actividades que realice el estudiante, la motivación y sobre todo la alimentación. En efecto, a partir de ello, obtener el promedio de acuerdo a la escala de calificaciones consignado por el ministerio de educación que toma en cuenta los aspectos cualitativos y cuantitativos.

Objetivo Específico 3: Difundir los resultados de la presente investigación en beneficio de la comunidad educativa.

Una vez concluido y aprobado la presente investigación que consta con los siguientes capítulos tales como: el marco teórico, metodología, resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones se procederá a difundir mediante la publicación en el repositorio de la carrera de Educación Básica de la Universidad Técnica de Ambato.

Este proyecto investigativo determina las conclusiones y recomendaciones de la forma en como la alimentación influye en el rendimiento académico con el fin de aprovechar todos los recursos ofertados por el Ministerio de Salud y el Ministerio de Educación en beneficio de la niñez, utilizando de manera adecuada los recursos materiales y humanos para concientizar a los padres de familia en una adecuada alimentación que promoverá una correcta nutrición que tiene como efecto el desarrollo óptimo e integral de los discentes.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

2.1. Materiales

Para el presente trabajo de investigación se desarrolló con enfoque cuali-cuantitativo. Cualitativo porque trata de comprender y describir la realidad, conocer las causas y consecuencias que provoca la alimentación en el desempeño escolar, mediante la técnica de entrevista aplicada a dos docentes apoyándose del instrumento de guía de preguntas. Rodríguez (2019) afirma: **“La investigación cualitativa posee un enfoque multimetódico en el que se incluye un acercamiento interpretativo y naturalista al sujeto de estudio, lo cual significa que el investigador cualitativo estudia las cosas en sus ambientes naturales”**(p.1). Así pues, mediante la observación participante se analizó aquellos aspectos específicos de los fenómenos en estudio y se obtuvo resultados significativos.

De enfoque cuantitativo porque como lo mencionan Escudero y Cortez (2017) **“se realiza un análisis y estudio de la realidad objetiva, mediante el establecimiento de mediciones y valoraciones numéricas que permiten recabar datos fiables, con el propósito de buscar explicaciones contrastadas y generalizadas”** (p. 23). Es decir, se desarrolló una encuesta mediante el instrumento de recolección de datos denominado cuestionario aplicada a estudiantes con la finalidad de recabar información sobre la incidencia de la alimentación en el desempeño escolar.

En esta investigación se puso en práctica la modalidad bibliográfica debido a que se obtuvo información de fuentes confiables tales como libros, artículos científicos, páginas web, entre otros, para el desarrollo y la sustentación del marco teórico. Peña (2010) menciona: **“La elaboración de una revisión bibliográfica pone a prueba la capacidad de juicio y las competencias de lectura y escritura de los estudiantes”** (p.1). En efecto, el análisis crítico y reflexivo son estrategias puntuales para la recopilación, organización y valoración de los datos.

De igual manera, es de campo porque se trasladó hasta la Unidad Educativa permitiendo la recopilación de datos nuevos de fuentes primarias, que nos encamina a comprender, observar e interactuar con los beneficiarios. Soto y Durán (2010) afirma: **“El proceso de inserción al trabajo de campo permite al investigador incorporar elementos contextuales donde se desarrollan las experiencias”** (p.258). Se trabajó con el nivel exploratorio y descriptivo con una población de 75 estudiantes y 2 docentes de la Unidad Educativa “Canadá”, con quienes se pudo evidenciar la influencia de la alimentación en el desempeño escolar.

CAPÍTULO III

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1. Análisis e interpretación de la encuesta aplicada a estudiantes

1. ¿Usted desayuna todos los días?

Tabla 2. Desayuno diario

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	50	66,67
Casi siempre	15	20,00
Algunas veces	8	10,67
Nunca	2	2,66
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

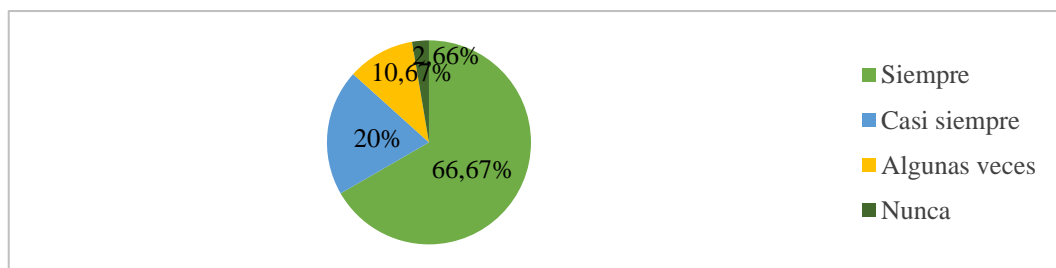


Gráfico 1. Desayuno diario

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los estudiantes encuestados, el 66,67% afirman que siempre desayunan, el 20% indican que casi siempre, el 10,67% mencionan que algunas veces y el 2,66% dicen que nunca desayunan.

Interpretación

Es decir, que más de la mitad de las estudiantes mencionan que siempre desayunan, evidenciando el compromiso y la preocupación por parte de los padres de familia en relación a la alimentación y salud de sus hijos. No obstante, aunque sea un porcentaje

menor a la cuarta parte, se debe recalcar que existen discentes que no desayunan todos los días, debido a sus limitados recursos económicos para comprar alimentos, el insuficiente tiempo para la elaboración o el desconocimiento de la importancia del desayuno.

2. ¿Consume diariamente frutas y verduras?

Tabla 3. Consumo diario de frutas y verduras

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	14	18,67
Casi siempre	20	26,67
Algunas veces	39	52,00
Nunca	2	2,66
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

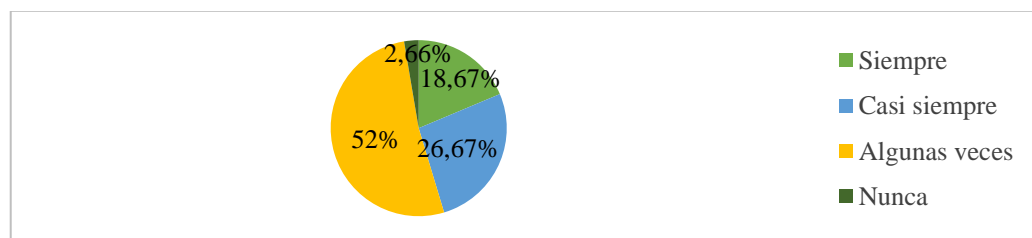


Gráfico 2. Consumo diario de frutas y verduras

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los estudiantes, el 52% señalan que algunas veces consumen diariamente frutas y verduras, el 26,67% afirman que casi siempre, el 18,67% indican que siempre, mientras que el 2,66% mencionan que nunca.

Interpretación

Esto significa un poco más de la mitad de los encuestados consumen algunas veces frutas y verduras, lo que les impide aprovechar de sus bondades como de los minerales y vitaminas A y C, que aportan para el desarrollo y crecimiento sano. Mientras que un poco más de una cuarta parte consume casi siempre, los mismos que se benefician de estos nutrientes gracias a la provisión que tienen en sus hogares o cuando compran en sus recesos escolares.

3. ¿Qué tipo de comida o comidas prepara con más frecuencia?

Tabla 4. Tipo de comida preparada con más frecuencia

Crterios	Frecuencia	Porcentaje
Arroz	38	50,67
Sopa de arroz	13	17,33
Colada de granos	14	18,67
Sopa de legumbres	10	13,33
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

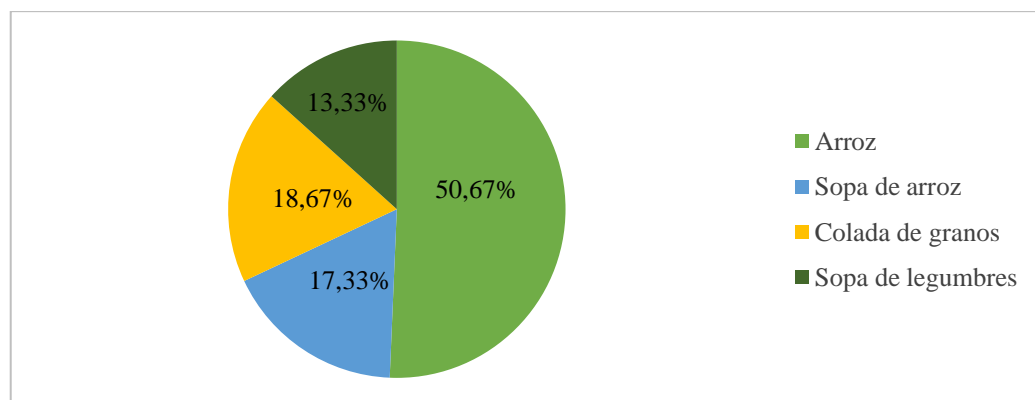


Gráfico 3. Tipo de comida preparada con más frecuencia

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los encuestados, el 50,67% consideran que el tipo de comida preparada con más frecuencia es el arroz, el 18,67% colada de granos, el 17,33% sopa de arroz y el 13,33% sopa de legumbres.

Interpretación

Por lo tanto, un poco más de la mitad de los estudiantes aseguran que el tipo de comida preparada con más frecuencia es el arroz, puesto que es el alimento básico en la mayoría de los hogares del sector, al ser una fuente de hidratos de carbono que provee energía para el cuerpo. Cabe recalcar, que casi la mitad de la cuarta parte señalan sopa de arroz, debido a que este alimento se combina con otras verduras y proteínas.

4. ¿Cuántas veces come al día?

Tabla 5. Número de veces que se alimenta

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Una vez	4	5,33
Dos veces	10	13,33
Tres veces	50	66,67
Mas de tres	11	14,67
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

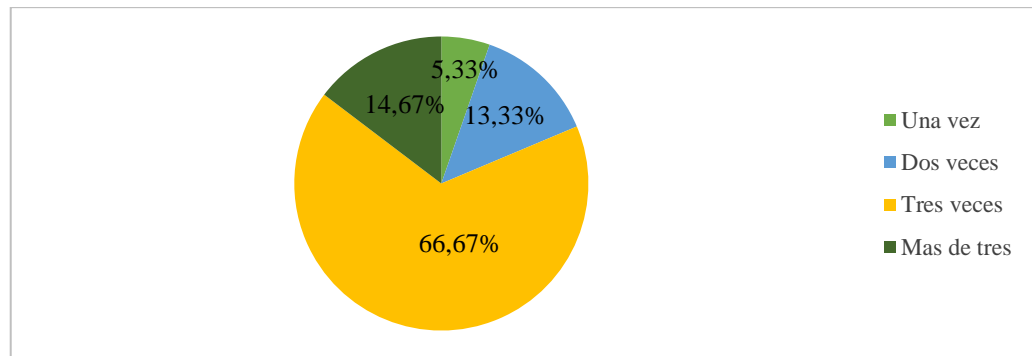


Gráfico 4. Número de veces que se alimenta

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los estudiantes, el 66,67% manifiestan que se alimentan tres veces al día, el 14,67% subrayan que más de tres veces, el 13,33% dos veces y el 5,33 una vez.

Interpretación

Más de la mitad de los encuestados afirman que se alimentan tres veces al día, encontrándose en un rango adecuado para el desarrollo de las diferentes actividades curriculares y extracurriculares. Por otro lado, menos de la cuarta parte mencionan que se alimentan una sola vez, evidenciando así la inseguridad alimentaria en el grupo más vulnerable debido a que lo recomendable es cinco comidas saludables por día.

5. Los huevos criollos puestos por sus gallinas

Tabla 6. Huevos criollos

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Es para consumo	45	60
Venden	12	16
No tengo gallinas	18	24
Total	75	100

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

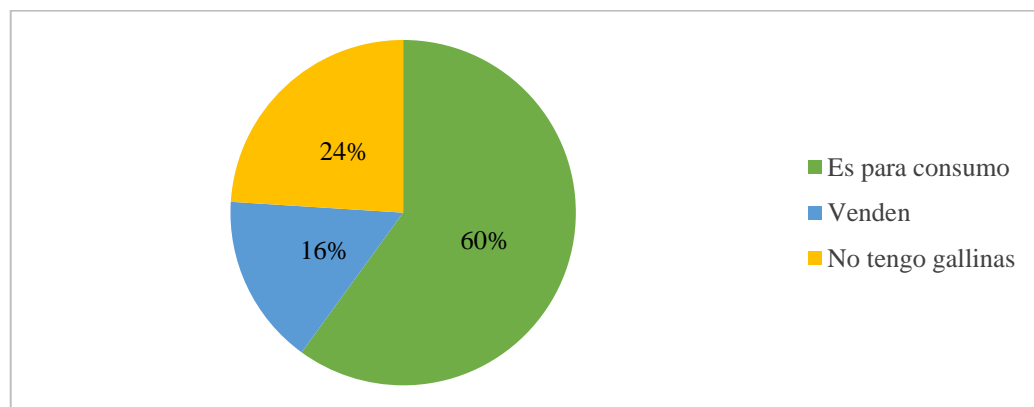


Gráfico 5. Huevos criollos

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los encuestados, el 60% aseguran que es para el consumo los huevos criollos puestos por sus gallinas, el 24% no tienen gallinas y el 16% lo venden.

Interpretación

Más de la mitad de la población mencionan que los huevos criollos puestos por sus gallinas son para consumo propio, aprovechando así su proteína, omega 3, vitaminas A, D y E. Sin embargo, casi una cuarta parte no tienen gallinas en razón de que no cuentan con un espacio adecuado o tiempo para el cuidado requerido de dichos animales.

6. ¿Qué tipo de cultivos tienen sus padres?

Tabla 7. Tipos de cultivos que tienen sus padres

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Cultivo de verduras	7	9,33
Cultivo de granos	7	9,33
Pasto	52	69,34
Ninguno	9	12,00
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

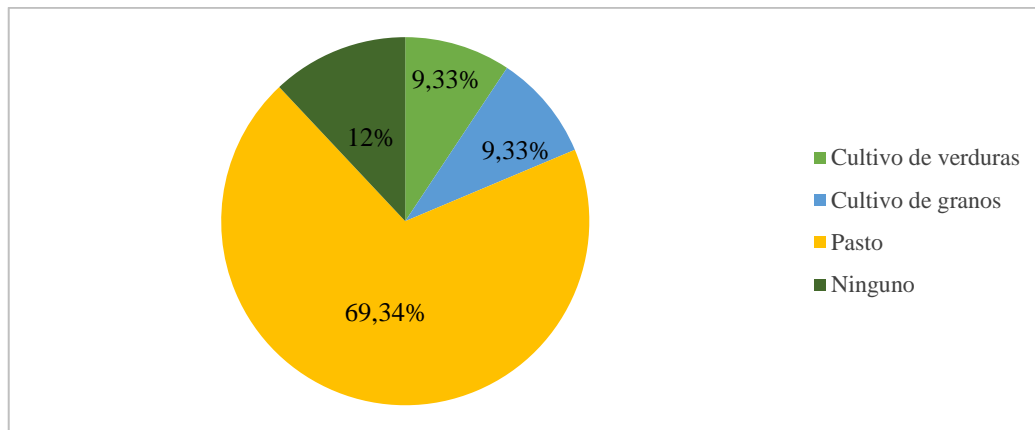


Gráfico 6. Tipos de cultivos que tienen sus padres

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los estudiantes, el 69,34% indican que el tipo de cultivo que tienen sus padres son pasto, el 12% ningún tipo de cultivo, el 9,33% verduras y el otro 9,33% granos.

Interpretación

Más de la mitad de los educandos mencionan que los tipos de cultivos que tienen sus padres son pasto, dado que la zona donde viven se dedica a la crianza de animales vacunos y ovinos. En cambio, cultivan verduras y granos en un porcentaje similar movidos por la necesidad de proveerles alimentos nutritivos para sus hijos.

7. ¿Qué tipo de bebida consume con más frecuencia?

Tabla 8. Consumo de bebidas

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Jugos de frutas	28	37,33
Jugos artificiales	16	21,33
Gaseosas	14	18,67
Agua	17	22,67
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

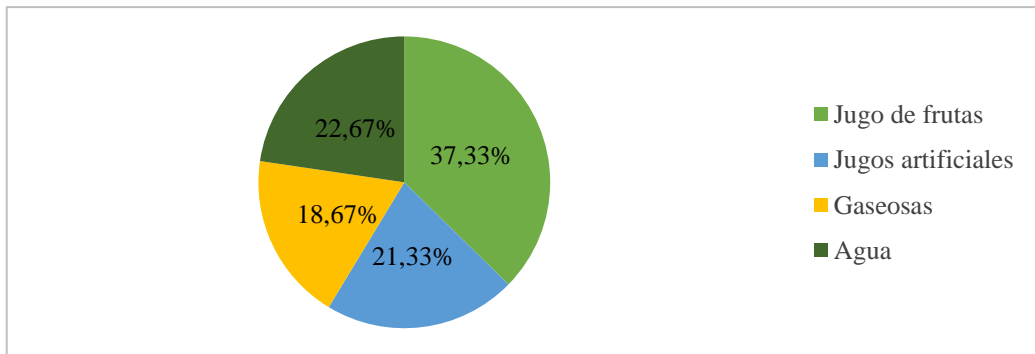


Gráfico 7. Consumo de bebidas

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los encuestados, el 37,33% aseguran que el tipo de bebida consumida con más frecuencia es el jugo de frutas, el 22,67% agua, el 21,33% jugos artificiales y el 18,67% gaseosas.

Interpretación

Más de un cuarto de los encuestados afirman que el tipo de bebida que consumen con mayor frecuencia es el jugo de frutas, porque aportan un alto contenido de agua y a la vez vitaminas y nutrientes. Otro punto, importante es que casi la cuarta parte ingiere jugos artificiales que a largo plazo tienen efectos dañinos en la salud causando diabetes y obesidad; esto sucede por la facilidad que los padres les brindan a sus hijos al enviar dinero para que ellos decían que comprar en su receso escolar o en el peor de los casos son ellos quienes fomentan el hábito del consumo de este tipo de bebidas.

8. ¿Con qué frecuencia consume alimentos procesados o enlatados?

Tabla 9. Consumo de alimentos procesados

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	4	5,33
Casi siempre	12	16
Algunas veces	53	70,67
Nunca	6	8
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

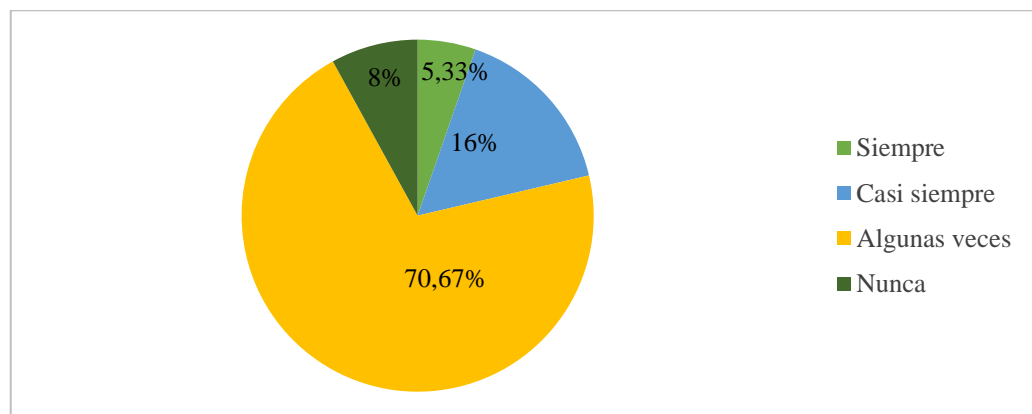


Gráfico 8. Consumo de alimentos procesados

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los estudiantes, el 70,67% mencionan que algunas veces consumen alimentos procesados o enlatados, el 16% casi siempre, 8% nunca y el 5,33% siempre.

Interpretación

En consecuencia, casi las tres cuartas partes afirman que algunas veces consumen alimentos procesados, puesto que no están al alcance de adquirirlos siendo a su vez una ventaja en su dieta nutricional. En un menor porcentaje a la cuarta parte, indican que siempre consumen este tipo de alimentos, exponiendo su salud, debido a que el consumo frecuente aumenta el riesgo de problemas alimenticios como la obesidad y sobre peso.

9. ¿Usted tiene un horario establecido para consumir las comidas diarias?

Tabla 10. Horario para los tiempos de comida

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	20	26,67
Casi siempre	16	21,33
Algunas veces	11	14,67
Nunca	28	37,33
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

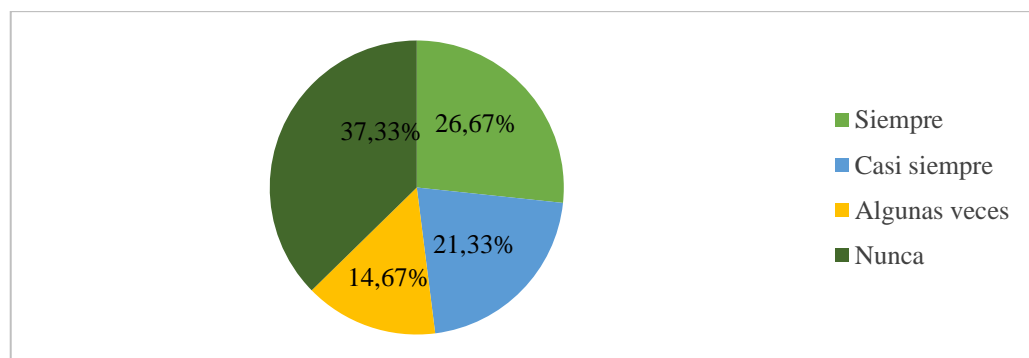


Gráfico 9. Horario para los tiempos de comida

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los encuestados, el 37,33% afirman que nunca tienen un horario establecido para consumir las comidas diarias, el 26,67% manifiestan que siempre, el 21,33% aseguran que casi siempre y el 14,67% dicen que algunas veces.

Interpretación

Es decir, que más de una cuarta parte de los estudiantes mencionan que nunca tienen un horario establecido para consumir sus comidas diarias, debido a que actualmente la población ha dejado de practicar buenos hábitos alimenticios. Mientras que la cuarta parte aseguran que siempre cumplen los horarios de comida, en razón de que esto proporciona un equilibrio a nivel físico, intelectual y social.

10. ¿Sus padres le envían una lonchera con alimentos saludables?

Tabla 11. Lonchera saludable

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	7	9,33
Casi siempre	3	4,00
Algunas veces	24	32,00
Nunca	41	54,67
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

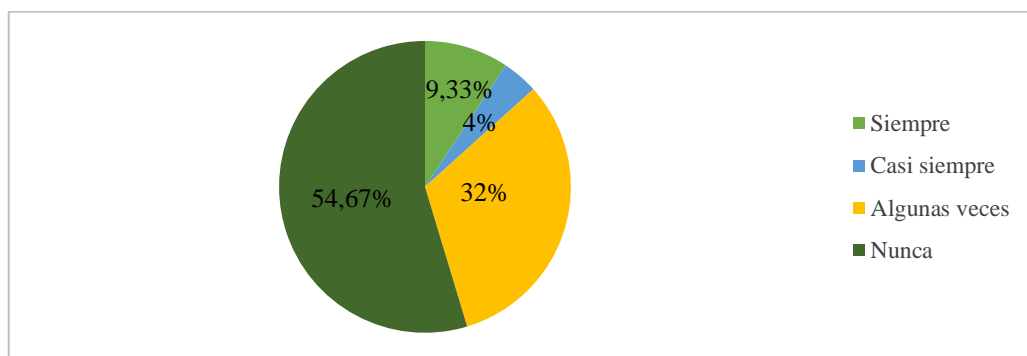


Gráfico 10. Lonchera saludable

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los estudiantes, el 54,67% afirman que sus padres nunca le envían lonchera con alimentos saludables, el 32% dicen que algunas veces, el 9,33% mencionan que siempre y el 4% aseguran que casi siempre.

Interpretación

Un poco más de la mitad de la población consideran que sus padres nunca le envían una lonchera saludable a la escuela, porque en su mayoría prefieren comprar productos de fácil acceso como son las golosinas y gaseosas. Cabe recalcar, que existe un porcentaje minoritario que siempre llevan una lonchera saludable porque sus representantes conocen el valor nutricional que les brinda un refrigerio saludable.

11. ¿Sus padres le envían dinero para comprar alimentos en el bar institucional durante el receso?

Tabla 12. Dinero proporcionado por sus padres para comprar en el bar

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	62	82,66
Casi siempre	3	4,00
Algunas veces	5	6,67
Nunca	5	6,67
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá”

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

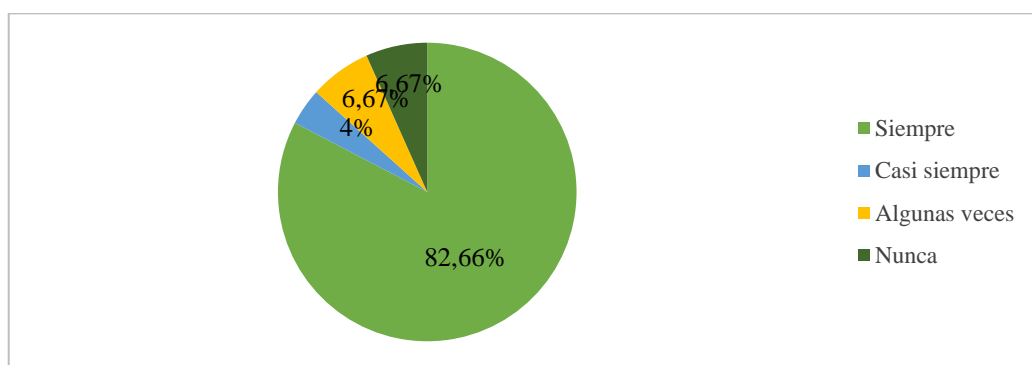


Gráfico 11. Dinero proporcionado por sus padres para comprar en el bar

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los encuestados, el 82,66% aseguran que siempre sus padres le envían dinero para comprar alimentos en el bar durante el receso, el 6,67% algunas veces, otros 6,67% nunca y el 4% afirman que casi siempre.

Interpretación

Más de las tres cuartas partes de la población encuestada dicen que siempre sus padres les envían dinero para comprar alimentos en el bar institucional durante el receso, aspecto que no es considerable porque los estudiantes no concientizan el consumo de alimentos nutritivos, al tener preferencia en comida chatarra. Menos de la cuarta parte aseguran que nunca llevan dinero a la institución educativa, debido a que no cuentan con una economía estable.

12. ¿Qué tipo de productos usted adquiere en el bar?

Tabla 13. Productos adquiridos en el bar

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Frutas	6	8
Secos	4	5,33
Golosinas (chitos, chupetes, chicles)	62	82,67
Gaseosas	3	4,00
Total	75	100

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

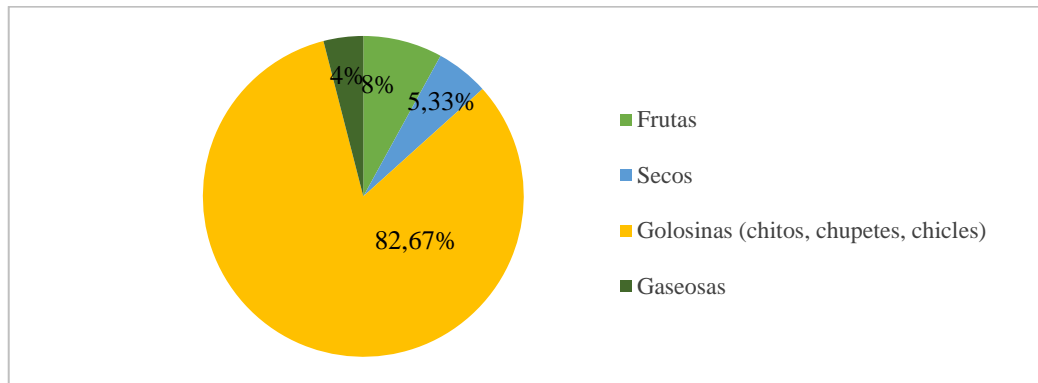


Gráfico 12. Productos adquiridos en el bar

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los estudiantes, el 82,67% afirman que los productos adquiridos en el bar son golosinas (chitos, chupetes, chicles), el 8% frutas, el 5,33% secos, y el 4% gaseosas.

Interpretación

Más de las tres cuartas partes de los estudiantes manifiestan que los tipos de productos adquiridos en el bar son las golosinas (chitos, chupetes, chicles), puesto que, son sus favoritos al contener un alto nivel de azúcar, en consecuencia, el consumo excesivo de los mismos repercute en su desarrollo integral. Por otro parte, en su minoría escogen comprar alimentos ricos en proteínas y vitaminas siendo estos los secos y frutas, gracias a que sus padres les han instruido en buenos hábitos alimenticios.

13. ¿Con que frecuencia en su hogar ha tenido problemas para adquirir alimentos?

Tabla 14. Problemas económicos para adquirir alimentos

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	7	9,34
Casi siempre	4	5,33
Algunas veces	46	61,33
Nunca	18	24,00
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

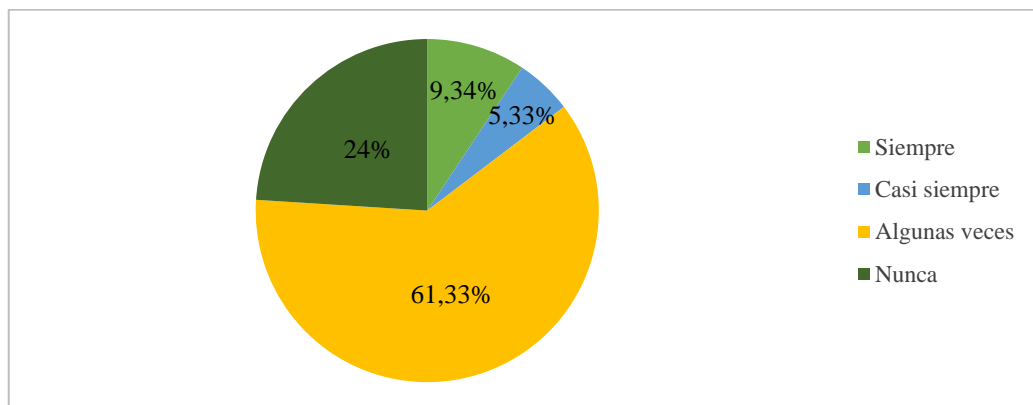


Gráfico 13. Problemas económicos para adquirir alimentos

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los estudiantes encuestados, el 61,33% indican que algunas veces en su hogar han tenido problemas para adquirir alimentos, el 24% dicen que nunca, el 9,34% siempre y el 5,33% que casi siempre.

Interpretación

Más de la mitad de los encuestados subrayan que algunas veces han tenido problemas para adquirir alimentos, porque el interés de los padres está enfocado en cubrir otras necesidades como: la crianza de animales vacunos y ovinos; así también, en consumir bebidas alcohólicas. Por otro lado, existe un porcentaje minoritario que siempre tienen inconvenientes para beneficiarse de este derecho, ya que el nivel económico no alcanza para adquirir la canasta básica.

14. ¿Considera usted que los limitados recursos económicos es un factor primordial para la adquisición de alimentos saludables?

Tabla 15. Limitado recursos económicos como factor para la adquisición de alimentos

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	51	68,00
Casi siempre	7	9,34
Algunas veces	16	21,33
Nunca	1	1,33
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

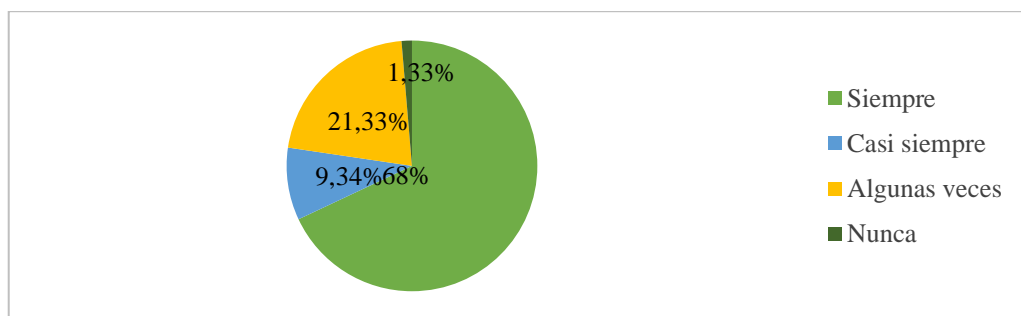


Gráfico 14. Limitado recursos económicos como factor para la adquisición de alimentos

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los encuestados, el 68% afirman que los limitados recursos económicos es un factor primordial para la adquisición de alimentos saludables, el 21,33% dicen que algunas veces, el 9,34% que casi siempre y el 1,33% que nunca.

Interpretación

Más de la mitad aseguran que siempre los limitados recursos económicos son un factor primordial para la adquisición de alimentos saludables, debido a que no cuenta con fuentes de recursos económicos estables, por tal motivo se limitan a consumir productos en bajas proteínas y vitaminas, es decir una dieta monótona. Otro punto, es que casi la cuarta parte afirman que algunas a veces se enfrentan a dicho problema porque desde sus condiciones buscan la manera de sostenerse mediante la ganadería y la agricultura.

15. ¿Considera usted que una alimentación saludable contribuye a su desempeño escolar?

Tabla 16. La alimentación saludable y su contribución al desempeño escolar

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	61	81,33
Casi siempre	4	5,33
Algunas veces	8	10,67
Nunca	2	2,67
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

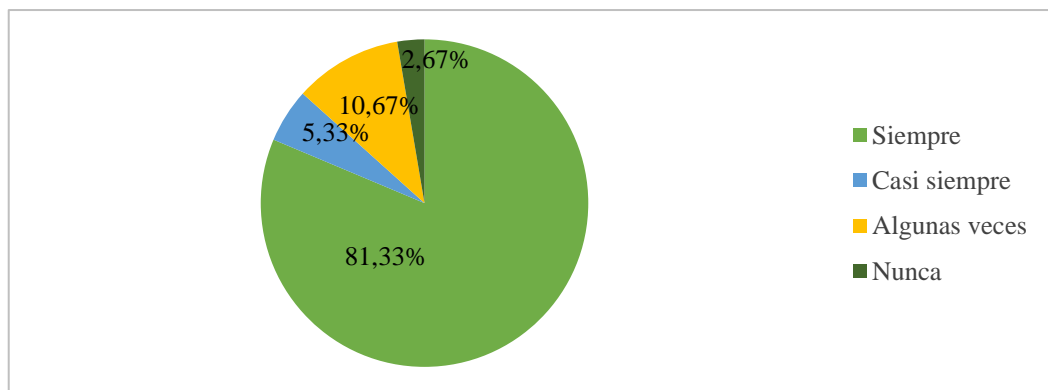


Gráfico 15. La alimentación saludable y su contribución al desempeño escolar

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los estudiantes, el 81,33% aseguran que una alimentación saludable contribuye a su desempeño escolar, el 10,67% algunas veces, el 5,33% casi siempre y el 2,67% que nunca.

Interpretación

Más de las tres cuartas partes de la población encuestada mencionan que siempre una alimentación saludable contribuye a su desempeño escolar, debido a que una dieta nutritiva provee beneficios en el desarrollo integral los mismo que se evidencian mediante la participación activa del estudiante en las aulas. En su minoría, dicen que el desempeño escolar no se ve afectado por la alimentación ya que en estos casos desconocen las ventajas que proveen la ingesta de comida saludable.

16. ¿Usted tiene una participación activa en su aula?

Tabla 17. Participación activa en el aula

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	37	49,33
Casi siempre	21	28,00
Algunas veces	9	12,00
Nunca	8	10,67
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

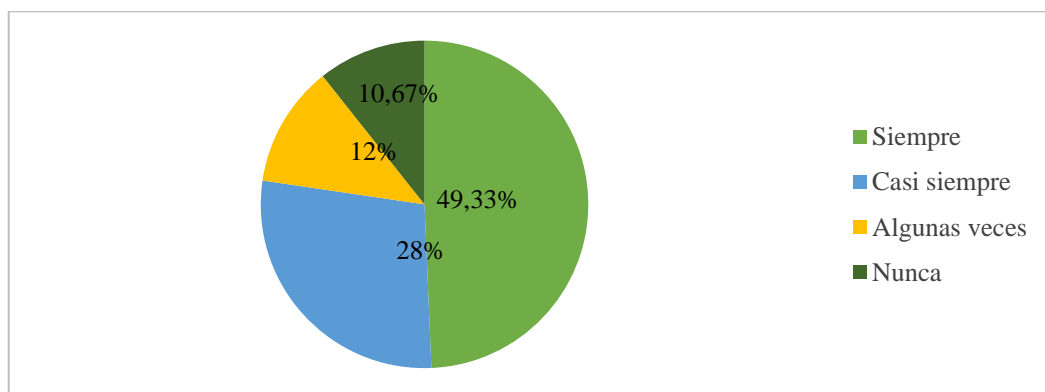


Gráfico 16. Participación activa en el aula

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los encuestados, el 49,33% afirman que siempre tienen una participación activa en su aula, el 28% que casi siempre, 10,67% que nunca y el 12% consideran que algunas veces.

Interpretación

Casi la mitad de los encuestados subrayan que siempre tienen una participación activa en las aulas, porque, cuenta con energía y motivación por aprender gracias al alimento saludable provisto por sus representantes. Sin embargo, menos de la cuarta parte señala que su participación es nula porque muestran desinterés en la temática por aprender, lo que conlleva a la distracción.

17. ¿De la siguiente escala de calificaciones que parámetro logró alcanzar durante el primer quimestre?

Tabla 18. Calificaciones alcanzadas durante el primer quimestre

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
10 Supera los aprendizajes requeridos	23	30,66
9 Dominan los aprendizajes	16	21,33
7-8 Alcanza los aprendizajes	32	42,67
5-6 Esta próximo	2	2,67
≤ 4 No alcanza los aprendizajes	2	2,67
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

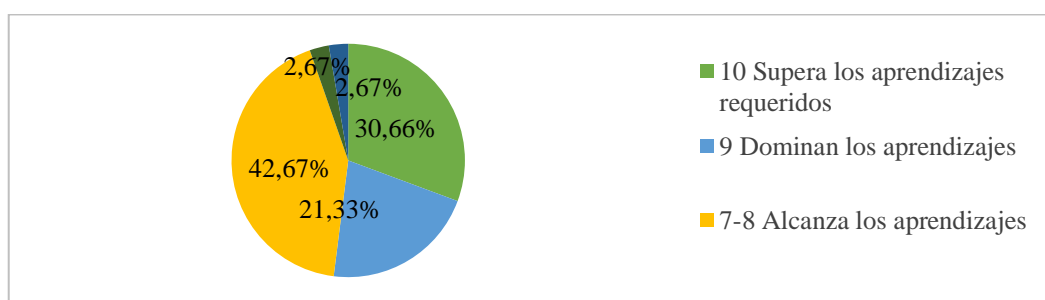


Gráfico 17. Calificaciones alcanzadas durante el primer quimestre

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los estudiantes, el 42,67% afirman haber alcanzado el parámetro de 7 - 8 en el primer quimestre, el 30,66% subrayan un promedio de 10, el 21,33% consideran un 9, el 2,67% de 5- 6 y otro 2,67% manifiestan que tienen un promedio de 4.

Interpretación

Casi la mitad de las estudiantes aseguran que alcanzaron los aprendizajes en el primer quimestre, dicho de otra manera, se encuentran en un promedio aceptable lo que se deduce que el conocimiento ha sido adquirido más no interiorizado. Mas de una cuarta parte supera los aprendizajes requeridos, es decir, que ellos se apropiaron del conocimiento para aplicarlo y transferirlo en la resolución de problemas en la vida cotidiana. Por otro lado, menos de la cuarta parte domina los aprendizajes significativos, es así que comprenden el contenido, lo aplica, pero no alcanza a transferirlo. En su minoría están próximos a alcanzar y no alcanzan los aprendizajes situación que amerita refuerzos académicos.

18. ¿Con qué frecuencia recibe charlas sobre una adecuada alimentación?

Tabla 19. Charlas sobre la alimentación

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	17	22,67
Casi siempre	6	8,00
Algunas veces	40	53,33
Nunca	12	16,00
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)
Elaborado por: Guanoluisa (2021)

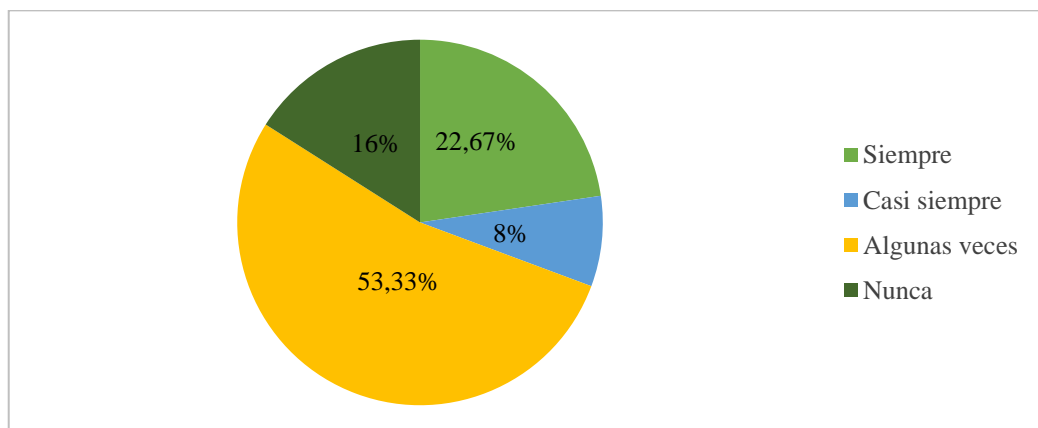


Gráfico 18. Charlas sobre la alimentación

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)
Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los encuestados, el 53,33% aseguran que algunas veces reciben charlas sobre una adecuada alimentación, el 22,67% siempre, el 16% nunca y el 8% casi siempre.

Interpretación

Más de la mitad de la población subrayan que algunas veces reciben charlas sobre una adecuada alimentación, porque la institución educativa no cuenta con los recursos necesarios o la disponibilidad de tiempo para se lleve a cabo dicha actividad. No obstante, menos de la cuarta parte manifiestan que casi siempre reciben estas charlas al inicio de la jornada de clases o antes de su receso.

19. ¿Cree usted que una alimentación sana le permite concentrarse en las actividades escolares?

Tabla 20. Alimentación sana para concentrarse en actividades escolares

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	55	73,33
Casi siempre	14	18,67
Algunas veces	2	2,67
Nunca	4	5,33
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

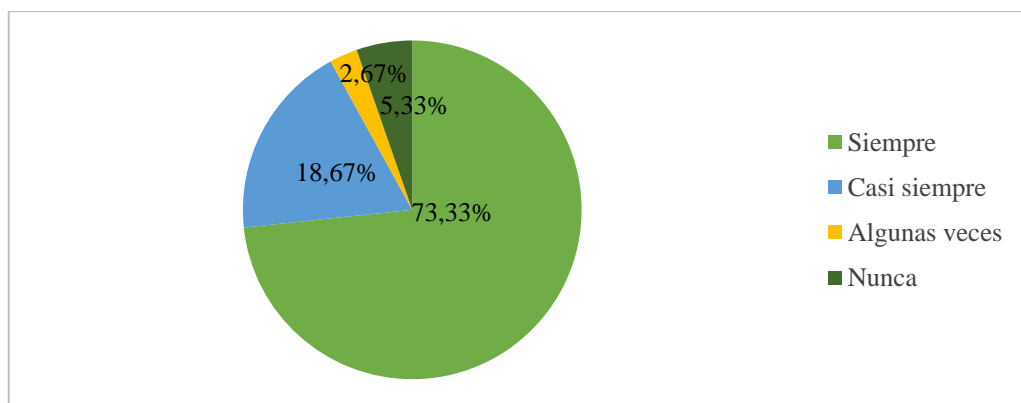


Gráfico 19. Alimentación sana para concentrarse en actividades escolares

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los estudiantes, el 73,33% afirman que siempre una alimentación sana le permite concentrarse en las actividades escolares, el 18,67% casi siempre, el 5,33% nunca y el 2,67% algunas veces.

Interpretación

Casi las tres cuartas partes señalan que siempre una alimentación sana le permite concentrarse en las actividades escolares, debido a los altos índices de proteínas aprovechados en beneficio a los procesos de enseñanza-aprendizaje. En su minoría consideran que nunca es beneficioso la alimentación puesto que ellos no cuentan con los recursos necesarios para obtener una alimentación variada, por esta razón, su proceso educativo no es significativo.

20. ¿La condición de su salud le permite alcanzar la metas y objetivos planteados por el profesor durante las clases?

Tabla 21. Condición de salud para alcanzar metas y objetivos escolares

Criterios	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	55	73,33
Casi siempre	14	18,67
Algunas veces	2	2,67
Nunca	4	5,33
Total	75	100,00

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

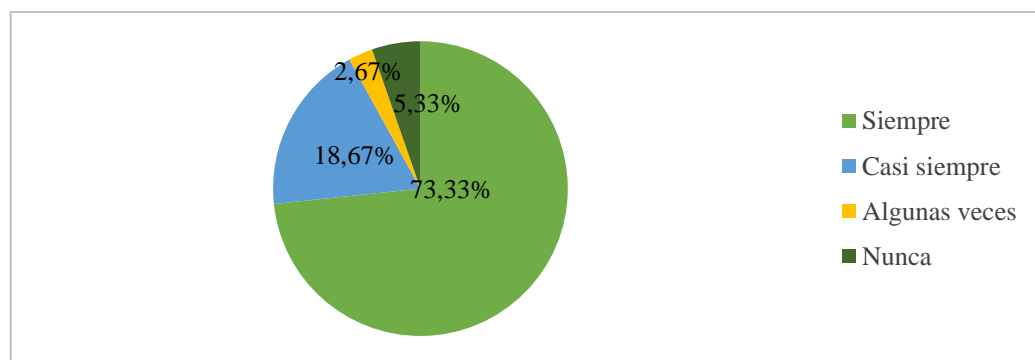


Gráfico 20. Condición de salud para alcanzar metas y objetivos escolares

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de tercer grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Análisis

Del 100% de los encuestados, el 73,33% indican que siempre la condición de su salud le permite alcanzar las metas y objetivos planteados por el profesor durante las clases, el 18,67% afirman que casi siempre, el 5,33% consideran que nunca y el 2,67% señalan que algunas veces.

Interpretación

Casi las tres cuartas partes señalan que siempre su salud le permite alcanzar la metas y objetivos planteados por el profesor durante las clases, puesto que es el factor primordial para desenvolvemos en el contexto educativo. En su minoría consideran que nunca es beneficioso la salud en el ámbito escolar, en razón de que sus padres no han concientizado el valor de contar con una adecuada salud y las ventajas que este factor nos brindan.

Análisis e interpretación de la entrevista aplicada a docentes.

Tabla 22. análisis e interpretación de la entrevista aplicada a docentes.

No	PREGUNTA	DOCENTE 1	DOCENTE 2
1	Desde su punto de vista ¿Cuál es el estado de salud de sus estudiantes?	Desde mi punto de vista, ahorita bueno, porque tienen buen apetito, comen todo lo que les manda de la casa y comen también el desayuno que se les da en la escuela, entonces en su mayoría tienen buen apetito y una buena salud.	Desde mi punto de vista el estado de salud de mis estudiantes es estable, no excelente porque digamos se puede evidenciar en esta temporada el clima cambia mucho y los niños que no tienen buenas defensas se enferman de forma rápida.
INTERPRETACIÓN		Los docentes consideran que los estudiantes cuentan con un estado de salud estable, debido a que poseen un buen apetito al consumir los alimentos enviados desde casa y el desayuno escolar. No obstante, también recalcan que de acuerdo a las temporadas climáticas los niños están expuestos a enfermarse.	
2	¿Usted considera que una buena alimentación desde temprana edad contribuye al desarrollo integral de sus discentes?	Pero claro, porque la alimentación es la base primordial para que todo niño alcance su aprendizaje, ya que, el niño que no se alimente bien no podrá lograr un buen aprendizaje y simplemente el estudiante llegará a la institución a quedarse dormido o a molestar en clase, entonces necesariamente el niño debe estar bien alimentado.	Sí, eso es muy importante porque la alimentación ayuda a que nuestro cuerpo y cerebro se despierte para estar listos y trabajar con muchas energías.
INTERPRETACIÓN		Los docentes determinan que la alimentación es la base primordial para el alcance del aprendizaje, debido a que ayuda al cuerpo a estar listo para trabajar con mucha energía. De igual manera, manifiestan que al no alimentarse adecuadamente el estudiante no se siente motivado por aprender, por consiguiente, tienden a quedarse dormido o a molestar en clase.	
3	¿Usted evidencia que sus estudiantes vienen desayunando alimentos nutritivos a la Unidad Educativa?	A ciencia cierta no le podría decir que sí, pero antes de iniciar la clase yo pregunto al wawa, que vinieron comiendo entonces ellos me dicen comimos esto, comimos este otro, entonces, la mayoría sí, comen sopitas, fideos, papas fritas, bueno lo que los preparan al alcance de los papás, al 100% no se les podría decir que vienen alimentados con comidas nutritivas.	Sí, si se evidencia porque conversamos sobre que vienen desayunando y en la mayoría de los casos sopitas, avena, colada de machica o alguna agüita aromática.
INTERPRETACIÓN		Los docentes evidencian que sus estudiantes vienen desayunando a la institución educativa, por medio de la conversación que tienen al inicio de la jornada de clases en donde manifiestan que se alimentan de sopitas, fideos, papas fritas, avena, colada de	

		machica o agüitas aromáticas. Por esta razón se determina que estos alimentos no son totalmente nutritivos, lo cual perjudica al estado de ánimo del estudiante para el proceso de enseñanza-aprendizaje.	
4	¿Aporta de manera significativa a los estudiantes el desayuno escolar que le brinda en la institución educativa?	Si, nos aporta de una manera muy significativa porque hay muchos niños que, por A, B, circunstancias no vienen desayunando en casa o por la situación económica de sus padres, entonces el desayuno escolar aporta para que esto se complemente en la institución.	Desde mi punto de vista, yo pienso que el desayuno escolar no es nutritivo porque la verdad los jugos pareciera que fuese puesto una esencia. En sí no es un alimento que llegará a los niños de forma nutritiva.
INTERPRETACIÓN		En la entrevista realizada a los docentes, el docente uno manifiesta que el desayuno escolar aporta de manera significativa en el desarrollo óptimo del estudiante, puesto que algunos estudiantes por circunstancias diferentes o por la situación económica de sus padres no vienen desayunando. Por dicha razón el desayuno escolar es un alimento esperado por los mismos. Sin embargo, la docente dos, manifiesta que el desayuno escolar no es nutritivo porque considera que los jugos son solo simplemente esencias y no pulpas de frutas.	
5	¿Durante el receso escolar que tipo de alimentación consumen sus discentes?	Lo que les envían en casa, de repente papitas, chitos, yogurt, adicional al desayuno escolar que les entregamos aquí en el aula.	Durante el receso ellos consumen los alimentos que le mandan sus papitos, es decir a veces les mandan frutas, chitos, pueden ser cosas saludables como también golosinas o comida chatarra. Entonces ahí ya depende de cada padre de familia enviar lo que ellos tengan a su alcance.
INTERPRETACIÓN		Los docentes señalan que sus estudiantes se alimentan en el receso escolar de comidas enviados por los padres de familia siendo este yogurt, frutas, comida chatarra y el desayuno que es otorgado por el Ministerio de Educación. Estos alimentos, dependen del alcance que poseen los representantes.	
6	¿Usted ha observado que sus estudiantes traen dinero para comprar alimentos en el bar institucional durante el receso?	Si, un número representativo quienes sus padres están en posibilidades si traen dinero para comprar golosinas aquí.	Si la mayoría si trae dinero para comprar.
INTERPRETACIÓN		Los docentes mencionan que un número representativo es decir lo que están en la posibilidad de tener una economía estable traen dinero para hacer uso en el bar institucional. Esto les permite a su vez tener la oportunidad de comer algún refrigerio a media mañana proporcionándole energía para continuar con la jornada académica.	

7	¿Usted considera que los alimentos que venden en el bar de la escuela son saludables?	Bueno no podría decir que sí, pero se acomodan para brindar el servicio y pues vende un poco de golosinas, frutas y porcioncitas de comida.	No porque todas las cosas que se venden por lo general son golosinas, que no serán nutritivo para ellos no ayudara en nada para su buen desarrollo, no hay frutas.
INTERPRETACIÓN		Los docentes concuerdan que los alimentos que se venden en el bar no son saludables, porque han evidenciado que en la mayoría de los casos venden golosinas, frutas y porcioncitas de comida, lo cual no contribuye al desarrollo integral de los estudiantes.	
8	¿Usted ha observado que los padres de familia envían a sus estudiantes una lonchera con alimentos saludables?	Eso sí, justamente en este momento están alimentándose lo que le envían sus papitos, unos envían al alcance papas, chifles, eso es de acuerdo a las posibilidades que tienen sus padres para enviar.	En pocos, no puedo decir en su totalidad, si mandan pocas manzanas, peras, algunos mandan arrozito, pero otros envían chitos, papas fritas, galletas, gaseosas, bolos. En general depende en como cada padre de familia quiere que su hijo se nutra.
INTERPRETACIÓN		Los docentes manifiestan que pocos estudiantes traen una lonchera con alimentos saludables, los mismos que se encuentran en la posibilidad de cada representante, los alimentos que con mayor frecuencia se observa en sus loncheras son papas, chifles, frutas, arroz, galletas, gaseosas bolos y chitos. Por consiguiente, dichos alimentos no aportan con vitaminas para satisfacer las necesidades nutricionales de los discentes.	
9	¿Cree usted que el conocimiento que poseen los padres de familia con relación a la alimentación repercute en la nutrición de sus hijos?	Los conocimientos que tienen los papás sobre la alimentación tanto en repercutir en forma positiva sí, porque aquí en el aula mismo cuando se tienen conversaciones con ellos se les da a conocer que los alimentos nutritivos como las sopas, un arrozito con todas sus verduras es saludable que nos ayuda a crecer sanos y fuertes.	Creo que sí, porque totalmente los niños dependen de sus padres y los padres de familia se guían bajo su conocimiento, ven lo que creen que es conveniente y saludable en cuanto a su comida y lo preparan para sus hijos. Si una mamita no sabe que es bueno para la salud y que es perjudicial entonces no podrá ayudar mucho en su nutrición.
INTERPRETACIÓN		Los docentes afirman que sí repercute en la nutrición el conocimiento que poseen los padres de familia con relación a la misma, puesto que los docentes cuando existen reuniones de representantes les dan a conocer los benéficos de una dieta balanceada y variada, en razón de que si un padre de familia no sabe que es bueno y malo para la salud no podrá ayudar en adecuada alimentación.	
10	¿Considera usted que los limitados recursos económicos es un factor primordial para	Eso sí la situación económica en la que hoy por hoy se atraviesa por eso de la pandemia si ha limitado que muchos papás bajen la capacidad alimenticia en casa, tanto así que si antes comían tres veces al día hoy muchas veces se llega	Si, por supuesto que sí, porque tengo estudiantes que son de escasos recursos económico y viven por detrás del cerro Putzalahua ellos no están al alcance de comer ni las tres veces al día, pero se acomodan con lo que tienen, quizá tostado y agua

	la adquisición de alimentos saludables en sus estudiantes?	a escuchar que comen hasta máximo unas dos veces al día. Entonces, lo económico si es un factor primordial para contar con los alimentos.	de panela, como sus papitos no cuentan con un trabajo estable entonces no tienen el dinero para comprar comida que les favorezca.
INTERPRETACIÓN		Los docentes indican que las situaciones económicas si es un factor para la adquisición de alimentos saludables, especialmente en la actualidad que atravesamos una emergencia sanitaria, lo que impide que los estudiantes puedan consumir hasta las tres comidas diarias. Repercutiendo así en su estado nutricional que tienen grandes efectos en las diferentes áreas donde se desenvuelven. Además, manifiestan que poseen estudiantes con escasos recursos económicos que viven en una zona vulnerable donde su alimento básico es tostado con agua de panela, puesto que sus padres no cuentan con un trabajo estable, lo que les obstaculiza adquirir comida saludable.	
11	¿Usted evidencia una participación activa de sus estudiantes durante las clases?	Si, en la mayoría de los casos, pero siempre existe un porcentaje que deja mucho que decir y francamente son los niños que tienen problemas en sus hogares y uno de ellos están relacionados con la alimentación.	Si, su participación si es activa en la mayoría de los estudiantes, aunque algunos hay que motivarles un poco más para que participen, pero de ahí poco a poco se va aprendiendo el uno del otro para que todo marche bien.
INTERPRETACIÓN		Los docentes concuerdan que, si existe una participación activa en los estudiantes, no obstante, mencionan que un porcentaje mínimo presenta problemas en el proceso de enseñanza aprendizaje los mismos que se encuentran inmersos en problemas socio cómicos, familiares en especial aquellos relacionados con la alimentación. Por tal motivo, señalan que es primordial la motivación durante las clases.	
12	¿Usted considera que la alimentación influye en el rendimiento académico de los estudiantes?	Si, sinceramente la alimentación es la base primordial para que un estudiante tenga un rendimiento optimo. Un niño bien alimentado bien nutrido aprenderá de mejor manera a un niño que no se alimente correctamente.	Sí, siempre va a influir la alimentación, porque es algo muy fundamental, algo muy bueno para cada uno de nosotros al tener una buena alimentación nosotros estaríamos descartando enfermedades y también estaríamos asimilando conocimientos de una manera apta.
INTERPRETACIÓN		Los docentes encuestados afirman que la alimentación influye en el rendimiento académico de sus estudiantes, puesto que consideran como la base primordial para el desenvolvimiento en el entorno educativo. Además, recalcan los beneficios que brinda la alimentación siendo estos la adquisición optima de los contenidos y la protección de enfermedades.	
13	En forma general ¿Como valora el nivel de concentración de los estudiantes?	En mi situación es alto en la mayoría, es un grupo muy dinámico, pero siempre existe un porcentaje que les cuesta concentrarse en las actividades que realizamos en el aula.	Medio, no puedo decir es alta, porque cada niño se distrae fácilmente, entonces no al 100%.
INTERPRETACIÓN		Existe un contraste en las respuestas expuestas por los docentes, porque el docente uno manifiesta que sus estudiantes poseen un alto nivel de concentración, pero existe un porcentaje minoritario que le cuesta concentrarse. Mientras que el docente dos afirma que el nivel de concentración es medio puesto que existe factores que les distraen fácilmente.	

14	¿Considera usted que la alimentación ayuda en el desarrollo físico y cognitivo de sus discentes?	Si, claro porque si no hay alimentación no habrá aprendizaje tampoco habrá desarrollo físico y a lo contrario si no hay eso pues tendremos niños enfermos decaídos y bajos de estatura.	Si, la alimentación ayuda mucho para el desarrollo físico porque de ahí obtenemos los nutrientes para que crezcan sanos, fuertes, con energías y gusto por disfrutar el día a día.
INTERPRETACIÓN		Los docentes determinan que la alimentación repercute de manera significativa en el desarrollo físico y cognitivo puesto que les brinda los nutrientes necesarios para que los estudiantes crezcan sanos, fuertes, con energía y disfruten el día a día. Sin embargo, también recalcan que la ausencia de la misma provoca niños enfermos, decaídos y con baja estatura.	
15	¿Usted ha evidenciado que la condición de salud de sus estudiantes le permiten alcanzar las metas y objetivos propuestos para la clase?	Si, como mencioné anteriormente los papitos de la mayoría de los estudiantes me apoyan enviando a sus hijos con el desayuno, entonces vienen con toda su predisposición a trabajar, pero con los que no tengo ese apoyo es muy complicado lograr todas las metas trazadas porque no tienen la misma energía para realizar las actividades.	Sí, con la alimentación si nos han ayudado a alcanzar lo que uno se propone, todo lo que uno se planifica se alcanza, puesto que como tienen conocimiento. Hoy en día no venimos todos los días si no tres veces a la semana y en ese poco tiempo si rinden entonces es algo muy factible.
INTERPRETACIÓN		Los docentes concuerdan que el desayuno es el vínculo que les permite alcanzar los objetivos propuestos en la clase, porque vienen con toda la predisposición a trabajar, esto se evidencia por medio de la participación y motivación en las actividades desarrolladas. Cabe mencionar, las desventajas de los discentes que no desayunan, debido a que no tienen las energías necesarias para realizar las actividades lo que les dificulta alcanzar los objetivos. En la actualidad por la emergencia sanitaria que está atravesando el país los docentes indican que los educandos asisten tres veces a la semana comprometidos a construir su conocimiento.	
16	¿De la siguiente escala de calificaciones que parámetro prevalece en sus estudiantes durante el primer quimestre?	Mis estudiantes durante el primer quimestre han alcanzado los aprendizajes, es decir, la mayoría se encuentran en un promedio de 8. Puesto que, esta pandemia ha traído consecuencia muy graves ya que en el mayor parte de mis estudiantes no cuentan con el servicio de internet y no se podían conectar a las clases dejando grandes secuelas de aprendizaje. No obstante, por el retorno a clases de tres días a la semana se ha podido nivelar los contenidos.	Algunos alcanzan el 9 o el 10 otros el 8 así sucesivamente, pero el problema radica que en la actualidad no podemos evaluar de una forma acertada debido a que como la mayoría de los padres pasan ocupados y supuestamente para no perder tiempo acompañando a sus hijos en las tareas ellos mejor le dan haciendo entonces es por eso que digo todo depende como trabajen en el aula y entonces sería un 8 en promedio general del grado.
INTERPRETACIÓN		Los docentes determinan que sus estudiantes alcanzan los aprendizajes requeridos, es decir, se encuentran en el promedio de ocho. Como se conoce por la pandemia que estamos atravesando los estudiantes han tenido que adaptarse a una nueva modalidad	

		de estudios (virtual), lo cual dificulta el desarrollo óptimo del estudiante, puesto que por su nivel socioeconómico la mayoría de los discentes no podían conectarse a las clases, lo cual ha provocado grandes secuelas de aprendizaje. Sin embargo, por esta modalidad de trabajo los estudiantes tienden a desinteresarse en su aprendizaje porque al no contar con el apoyo y orientación de sus padres han descuidado sus estudios; otro factor es la sobrecarga laboral lo que provoca el descuido del acompañamiento en las tareas escolares por lo que prefieren realizar las tareas de sus hijos, aspecto que dificulta evaluar el progreso del discente. Cabe recalcar que gracias al retorno progresivo a las instituciones educativas que en este caso han asistido tres veces a la semana, ventaja que permite nivelar los contenidos en los estudiantes y así evaluar los contenidos reales.	
17	¿Con que frecuencia brindan charlas sobre una alimentación adecuada en la Unidad Educativa?	Con que frecuencia, pues se hace casi todos los tres días a la semana que asistimos a la institución, ya que, es la manera de decirle al wawa que también vaya con el mensaje a casa de que hay que alimentarnos, aunque no como antes, pero con cosas buenas y saludables.	Casi a veces por el tiempo que no se tiene, no nos da como para hablar de esos temas, exclusivamente el tiempo es muy corto y el tercer grado es algo muy fuerte que ellos deben ser reforzados en otras áreas también, entonces casi no nos centramos en esto de los alimentos saludables, pero si se les dice que tiene que alimentarse bien, si se les habla, pero no muy a fondo.
INTERPRETACIÓN		El docente uno menciona que casi los tres días que asisten a la institución educativa les orienta al consumo de alimentos saludables y sus beneficios, mientras que el docente dos manifiesta que su prioridad se centra en impartir los contenidos curriculares por el corto tiempo que disponen, aspecto que obstaculiza hablar de temas relacionados a la alimentación.	
18	¿Existe algún tipo de problemas alimenticios entre sus educandos?	Problemas alimenticios como desórdenes no, porque todos vienen con una experiencia en cómo deben comer, como comen en el aula se evidencia que también en la casa.	No, yo creo que no, aunque quizá en unos contaditos desnutrición y obesidad, que se da por problemas económicos por un lado y por el otro las grandes oportunidades de comodidades para alimentarse de comida chatarra.
INTERPRETACIÓN		Los docentes manifiestan que, si existen problemas alimenticios como la desnutrición y la obesidad en un grupo minoritario, pero de polos opuestos en su nivel socioeconómico por un lado están aquellos que cuentan con una economía estable y otros de pobreza extrema.	
19	¿Usted ha evidenciado que sus estudiantes consumen alimentos procesados o comida chatarra?	Si, eso nadie lo puede negar porque además son pequeños pues necesariamente dentro de la cadena alimenticia puede estar el equilibrar comida saludable con comida chatarra.	Eso sí, como yo digo de todos los niños si ha de ser más de la mitad y eso si depende de los padres de familia en que quieren que coman sus hijos y quizá por el tiempo solo le mandan comprando cosas de las tiendas por lo más rápido que es, no le envían frutas, pues lo más rápido es ir a la tienda y comprar golosinas.
INTERPRETACIÓN		Los docentes concuerdan que sus estudiantes consumen comida chatarra debido a la edad que tienen y a su vez por los hábitos que indirectamente los padres les enseñan al proveerles de dichos alimentos, por la facilidad de adquirirlos en la tienda.	

20	¿Desde su punto de vista cree que sus estudiantes se alimentan de los productos obtenidos y cultivados en la casa?	Regularmente sí, pero también hay que recalcar que la misma comunidad en el cultivo de productos alimenticios se ha ido disminuyendo ya que la mayoría se ha dedicado más a lo que es a la crianza de ganado en este caso el ganado lechero, entonces ha dejado de lado el cultivo de maíz, habas, entre otros.	Yo he visto aquí que la mayoría no tiene cultivos para que se alimenten de aquí mismo, lo que yo he evidenciado que existe más potreros para las vacas lecheras, pues venden la leche, bueno consideran leche, pero en sí verduras esas cosas no se ven que tengan sembrado por estos lugares.
INTERPRETACIÓN		Los docentes afirman que la población se centra en la ganadería, por tanto, sus tierras se basan en la siembra de potreros como alimento para el ganado lechero, en definitiva, no existe cultivo de granos, verduras, vegetales, hortalizas por ello afirman que los estudiantes no se alimentan de los alimentos cultivados en su casa.	

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes de cuarto grado de la Unidad Educativa “Canadá” (2021)

Elaborado por: Guanoluisa (2021)

Discusión de resultados

Los hallazgos de la presente investigación se enfocaron en alimentación en el desempeño escolar, por dicha razón, a continuación, se contrastan las principales manifestaciones de varios autores sobre esta investigación, por medio de alternativas y explicaciones ante el impacto de la prevalencia de la alimentación en la educación.

Se logró evidenciar que la alimentación influye de manera significativa en el rendimiento escolar, puesto que permite la adquisición óptima de los contenidos y les previene de enfermedades perjudiciales para su salud. Cabe recalcar que un niño bien alimentado construye su conocimiento de mejor manera que un estudiante que no se ha alimentado de forma saludable. Estos datos concuerdan con lo mencionado por Moyano (2017) quien señala **“Los efectos que tiene la alimentación sobre el rendimiento académico son de largo, mediano y corto plazo. Si un niño no se alimenta bien un día determinado, ese día no podrá aprovechar bien los conocimientos que se impartan”** (p.24). Es decir, una dieta balanceada rica en nutrientes, proteínas, vitaminas y minerales provee a los estudiantes energía para desenvolverse en el entorno educativo por medio de una participación activa, haciendo que el estudiante se convierta en el sujeto constructor de su propio conocimiento.

Con relación a la contribución de una buena alimentación en edad temprana para el desarrollo integral de los estudiantes se obtuvo como resultado que los hábitos alimenticios saludables aportan al desarrollo de las diferentes habilidades cognitivas, físicas y emocionales. Estos resultados concuerdan con lo mencionado por Bajaña et al, (2017) donde mencionan **“Una buena alimentación en los escolares juega un papel importante y fundamental para su desarrollo intelectual, físico y social, siendo una línea de defensa contra muchas enfermedades infantiles que pueden llegar a dejar secuelas en las personas”** (p. 34). Una alimentación basada en un consumo de verduras, vegetales, lácteos, cereales y proteínas desde la infancia permitirán al individuo crecer sanos y fuertes predispuestos para explorar su entorno.

Iglesias (como se citó en Castillo, 2017) donde afirma **“la malnutrición acaecida en una edad temprana reduce la tasa de división celular en el cerebro reduciendo la mielinización, por lo que esta alteración de la nutrición produciría una reducción de la capacidad intelectual”** (p.18). Lo mencionado por el autor concuerda con los resultados obtenidos en la institución educativa, debido a que los docentes mencionan que existen problemas alimenticios en sus estudiantes como la desnutrición y el sobrepeso, factores resultantes del estatus socioeconómico de las familias. Desde mi perspectiva considero, que, al no contar con los recursos necesarios y el conocimiento de una dieta saludable por parte de los representantes, los estudiantes están expuestos a enfermedades relacionadas con la alimentación, lo cual repercute en el desarrollo integral del mismo.

Se logró evidenciar que la mayor parte de estudiantes vienen desayunando a la unidad educativa por medio de diálogos al inicio de la jornada, en donde manifiestan que se alimentan de sopas, papas fritas, colada de máchica, avena o agüitas aromáticas, por lo que se deduce que no son altamente nutritivos, lo que repercute en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Dichos resultados concuerdan con lo determinado por Mahoney et al, (como se citó en Díaz et al., 2016) que indican **“saltarse el desayuno afecta de forma negativa a la capacidad de resolver problemas, a la memoria reciente y a la atención (...). En general, los niños con hambre tienden a presentar más problemas emocionales, de comportamiento y académico”** (p. 910). Es decir, que el porcentaje de niños que no se benefician de este derecho no están en la capacidad de cumplir con actividades académicas de manera efectiva, porque su atención y concentración son interrumpidos por hambre que sienten.

En las entrevistas realizadas a los estudiantes se corroboró que la mayor parte de educandos nunca llevan una lonchera saludable porque sus padres prefieren comprar productos de fácil acceso como son las golosinas y gaseosas, o a su vez les envían el dinero para que ellos decidan que comprar en el bar institucional. Estos resultados no concuerdan con lo sugerido por los organismos encargados de la educación. Según **“El Ministerio de Educación, en el horario académico, establece los tiempos para el recreo, momento en el cual los estudiantes ingieren alimentos saludables que**

oferta el bar escolar o que llevan en la lonchera saludable” (MSP y Mineduc, 2017, p.2). En efecto, lo evidenciado es opuesto a lo manifestado porque no existe un acatamiento a las disposiciones superiores que buscan el beneficio de los discentes con una calidad tanto en la educación como en la salud.

Los estudiantes manifiestan que algunas veces han tenido problemas para adquirir alimentos, lo que pone en riesgo su salud y bienestar, debido a que sus padres se enfocan en otras necesidades como la crianza del ganado o peor aún malgastar el dinero en vicios, aspecto que genera la inseguridad alimentaria moderada. Estos resultados se relacionan con lo que menciona FAO et al. (2020) **“las personas afrontan incertidumbres con respecto a su capacidad de obtener alimentos y, en ciertas épocas del año, se ven obligadas a reducir la cantidad o calidad de los alimentos que consumen por carecer de dinero o de otros recursos”** (p.12). Así pues, el factor primordial en torno a la alimentación es la economía y al no ser administrada de forma correcta, direccionada a prioridades como la alimentación, salud y educación tienen a perjudicar el estilo de vida de las familias ecuatorianas.

Los docentes manifiestan que sus estudiantes poseen un estado de salud estable porque tienen un buen apetito, se alimentan de las comidas que le envían sus padres desde casa y se sirven el desayuno escolar. No obstante, al ser alimentos poco nutritivos no contribuyen a aumentar las defensas que combatan los cambios climáticos. Es por ello que los discentes se enferman regularmente lo cual repercute en su estado de ánimo, participación y desenvolvimiento en el entorno educativo. Según la OMS (1946) define que la salud **“es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”** (párr. 1). Es decir, para que nuestro cuerpo crezca sano y fuerte desde siempre debe practicar buenos hábitos alimenticios que repercuten en desarrollo integral del ser humano.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1. Conclusiones

La mayor parte de los estudiantes del tercer grado de Educación General Básica de la “Unidad Educativa Canadá”, poseen hábitos alimenticios con bajos niveles de proteínas, vitaminas y sales minerales, puesto que prefieren consumir comida chatarra lo que provoca dificultades en la concentración, participación y reflexión. Entonces, se infiere que la alimentación es un factor determinante en el desempeño escolar, sin embargo, tanto los padres de familia como los estudiantes no concientizan en la manera en como se alimentan, porque su objetivo es satisfacer el hambre y no cubrir las necesidades nutricionales que son imprescindibles en los educados para que crezcan sanos y fuertes.

La alimentación es el proceso espontáneo y consiente que realiza el ser humano para satisfacer sus necesidades vitales los mismos que comprenden diferentes momentos como la selección, preparación y el consumo. Por otra parte, el desempeño escolar está directamente relacionado con el que hacer del educando mediante el cual se puede evaluar el conocimiento adquirido en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Es así que se determinó, que el estado nutricional de los estudiantes no es el adecuado a su edad debido a que se evidenció una incorrecta alimentación que se limita a ser suficiente, variada, completa, equilibrada, adecuada e inocua.

El desempeño escolar se ve reflejado en valores cualitativos y cuantitativos, por medio de ellos podemos evidenciar los avances, logros alcanzados, habilidades, actitudes, competencias y destrezas desarrolladas durante el primer quimestre. Estos resultados reflejan el promedio de calificación obtenida siendo un ocho, es decir alcanza los aprendizajes requeridos, centrándose en el saber hacer, dicho de otra manera, el educando adquiere el conocimiento a través de la motivación, interés y la atención que el docente promueve en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Los resultados obtenidos por medio de la revisión bibliográfica y estadística de las variables en estudio como la alimentación y el desempeño escolar, se presentaron de forma organizada lo que favorece la difusión en beneficio de la comunidad educativa. Por tal motivo, el presente informe será entregada a las diferentes instituciones que fueron partícipes de esta investigación con la finalidad de contribuir a la comprensión, concientización y cambio de su situación actual.

4.2. Recomendaciones

La concientización de la comunidad educativa con relación a los hábitos alimenticios por medio de charlas, diálogos e iniciativas que motiven al consumo de alimentos saludables y variados. Para el alcance del mismo es recomendable hacer uso de las guías alimentarias propuestas por el Ministerio de Educación del Ecuador, aprovechando que se dirige a padres de familia, docentes, bares escolares y a quienes prepararen la lonchera escolar.

Profundizar esta investigación en otros entornos educativos para verificar y contrastar los resultados obtenidos en el presente estudio. De esta manera, beneficiar a la comunidad investigada a fin de mejorar el estado nutricional de los mismos, puesto que este factor se relaciona con el rendimiento académico. En efecto, es fundamental la indagación minuciosa del estado actual de las variables para contribuir con soluciones de acuerdo a las necesidades del contexto.

El docente, utilice todos los medios existentes en su entorno educativo, debido a que cuentan con material didáctico, medios tecnológicos que contribuyen a la construcción del conocimiento. Además, es importante que los docentes actualicen sus conocimientos con relación a la metodología, contenido, evaluación y recursos, para que el estudiante sea motivado, se interese en la clase, preste atención y que por medio de la construcción de su conocimiento comprenda, interiorice y asimile los contenidos a fin de aplicarlo y transferirlo en su medio.

Realizar una presentación interactiva para la comunidad investigada a fin de concientizar la forma de alimentación que llevan. A la vez, motivarles a plantar pequeñas huertas que sirvan de sustento para el hogar, así también, identificar sus prioridades con relación al uso de sus tierras. Por otro lado, difundir los hallazgos en entornos virtuales para que otros se beneficien de esta investigación.

BIBLIOGRAFÍA

- Albán, O. J. (2017). El rendimiento académico: aproximación necesaria a un problema pedagógico actual. *Revista Conrado*, 13(58), 213-220. Recuperado de <http://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado>
- Abreu, A. Y., y Barrera J. A. (2018). El proceso de enseñanza aprendizaje de los Estudios Lingüísticos: su impacto en la motivación hacia el estudio de la lengua. *Mendive Revista de Educación*, 16(4), 610-623. Recuperado de: <http://mendive.upr.edu.cu/index.php/MendiveUPR/article/view/1462>
- Aguilar, M. Bertha. (2020). *Nutrición infantil y su incidencia en el bajo rendimiento académico de los estudiantes de quinto año de Educación Básica de la escuela "Assad Bucaram". Del recinto el Jazmín, parroquia Baba, cantón Baba, provincia de Los Ríos.* (Trabajo de grado, Universidad Técnica de Babahoyo). Recuperado de <https://bit.ly/3Dp1udH>
- Bajaña, R., Quimis, M., Sevilla, M., Vicuña, L., y Calderón J. (2017). Alimentación saludable como factor influyente en el rendimiento escolar de los estudiantes de instituciones educativas en Ecuador. *FACSaludUNEMI* 1(1), 34-39. Recuperado de <https://bit.ly/3ougIu0>
- Cajiao, F. (23 de Mayo de 2018). *¿Qué es el desempeño escolar?* Obtenido de <https://bit.ly/3fj9AuU>
- Calero, L. C. (2011). *Seguridad Alimentaria en Ecuador desde un enfoque de acceso a alimentos.* Recuperado de <https://bit.ly/3q0Y5OO>
- Carrasco, Z., y Ramírez, A. (2019). *Hábitos alimentarios y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de noveno y décimo, Unidad Educativa Guillermo Baquerizo, Babahoyo, Los Ríos, mayo - septiembre*

2019. (Trabajo de grado, Universidad Técnica de Babahoyo). Recuperado de <https://bit.ly/3otdd6T>
- Castillo, D. (2017). *Influencia de los hábitos alimenticios en el rendimiento académico escolar*. (Trabajo de maestría, Universitat de les Illes Balears). Recuperado de <https://bit.ly/3rDUzev>
- Cigarro, I., Sarqui, C., Palma, D., Figueroa, N., Castillo, M., Zapata, L., y Escorihuela, R. (2017). Estado nutricional, condición física, rendimiento escolar, nivel de ansiedad y hábitos de salud en estudiantes de primaria de la provincia del Bio Bío. *Revista Chilena de Nutrición*, 44 (3), 209 – 2017. Recuperado de <https://bit.ly/3ItgLOR>
- Conde, A., Palomo, F., Ordoñez, J., y Tandapilco, R. (2020). Hábitos alimentarios en el rendimiento académico de los niños preescolares de la Escuela de Educación Básica “Los Sauces” del cantón Ambato. *Magazine De Las Ciencias: Revista De Investigación E Innovación*, 5(8), 28-43. Recuperado de <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/magazine/article/view/985>
- Constitución de la República del Ecuador [Const] (20 de octubre de 2008). Artículo 13. [Título II].
- Changoluisa, A. C. (2017). *La alimentación en los estudiantes durante el proceso enseñanza aprendizaje*. (Trabajo de grado, Universidad Técnica de Cotopaxi). Recuperado de <https://bit.ly/31AmRfc>
- Daquilema, T. J. (2018). *La alimentación en el rendimiento académico de los niños de cuarto año de Educación Básica paralelo “A” de la escuela de Educación Básica “21 de Abril”, Riobamba, período 2017 – 2018*. (Trabajo de grado, Universidad Nacional de Chimborazo). Recuperado de <https://bit.ly/3EuzsiA>

- Díaz, T., Ficapal, P., y Aguilar, A. (2016). Hábitos de desayuno en estudiantes de primaria y secundaria: posibilidades para la educación nutricional en la escuela. *Nutrición Hospitalaria* 33(4), 909-914. doi: <http://dx.doi.org/10.20960/nh.391>
- Escudero, C., y Cortez, L. (2017). *Técnicas y Métodos Cualitativos para la investigación científica*. Machala: UTMACH.
- Espinoza G. E. (2020). La alimentación como factor influyente en el rendimiento académico de los niños de educación básica. *Revista Científica Agroecosistemas*, 8(2), 24-29.
- Estrada, G. A. (2018). Estilos de aprendizaje y rendimiento académico. *Dialnet*, 7(7) 2266-1536. Recuperado de <file:///C:/Users/ALICIA/Downloads/Dialnet-EstilosDeAprendizajeYRendimientoAcademico-6523282.pdf>
- FAO, FIDA, OPS, WFP y UNICEF. (2020). *Panorama de la seguridad alimentaria y nutrición en América Latina y el Caribe*. Santiago de Chile. <https://doi.org/10.4060/cb2242es>
- Guamanquishpe, Sacoto (2015). *Los hábitos alimentarios y su relación en el rendimiento escolar de los niños del Centro de Estudios “Senderos” de la ciudad de Guayaquil, mayo – agosto del 2015*. (Trabajo de grado, Universidad Católica de Santiago de Guayaquil). Recuperado de <https://bit.ly/3IFEwJu>
- Ibarra, M. J., Hernández, M. C., y Ventura-Vall-Llovera, C. (2019). Hábitos alimentarios y rendimiento académico en escolares adolescentes de Chile. *Revista Española Nutrición Humana Dietética*, 23(4): 292-301. doi: 10.14306/renhyd.23.4.804
- Ley Orgánica de Educación Intercultural. (05 de enero de 2015) De la evaluación, calificación y promoción de los estudiantes. Art. 184 Recuperado de <https://bit.ly/3t4qdTk>

- Mariño, A., Núñez, M., y Gámez A. (2016). Alimentación Saludable. *Centro de Rehabilitación Integral CEDESA*. Recuperado de <https://bit.ly/3qO87IH>
- Ministerio de Salud Pública y Ministerio de Educación. (2019). *Guía de alimentación y nutrición para padres de familia*. Recuperado de <https://bit.ly/3FIsln1>
- Ministerio de Salud Pública y Ministerio de Educación. (2017). *Guía de alimentación y nutrición para docentes*. Recuperado de <https://bit.ly/3HxHoka>
- Ministerio de Educación. (2016). *Introducción General Currículo de EGB Y BGU*. Recuperado de <file:///C:/Users/ALICIA/Downloads/EBG-Media.pdf>
- Morales, S., y Flores, R. (2019). *Relación de la calidad de alimentación y rendimiento escolar de estudiantes del nivel secundario que realizan jornada escolar completa*. (Trabajo de grado, Universidad Nacional De San Agustín De Arequipa). Recuperado de <https://bit.ly/3Gk14Hu>
- Montiel, Ch. S. (2016). *La alimentación y su incidencia en el rendimiento académico de los niños y niñas de la Escuela de Educación Básica “Dr. Francisco Martínez Aguirre” de la ciudad de Vinces – provincia de Los Ríos*. (Trabajo de grado, Universidad Técnica de Babahoyo). Recuperado de <https://bit.ly/3y467ZY>
- Moyano Lozada, D.M. (2017). *La influencia de la alimentación en niños y niñas en la etapa preescolar*. (Trabajo de grado, Universidad de Especialidades Espíritu Santo). Recuperado de <https://bit.ly/3prAmGa>
- Naciones Unidas. (2018). *La Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible: una oportunidad para América Latina y el Caribe* (LC/G.2681-P/Rev.3), Santiago. Recuperado de <https://bit.ly/3zyG4dX>

- Navarra. (2017). Salud integral: Qué es y cómo lograrla. *Medicina salud zona hospitalaria*. Recuperado de <https://bit.ly/3t9xKA8>
- Organización Mundial de la Salud. (1946). *Constitución*. Recuperado de <https://www.who.int/es/about/governance/constitution>
- Peña, L. B. (Mayo de 2010). *Repositorio de la Universidad Javeriana* . Obtenido de <https://bit.ly/3GoyAwG>
- Peña, L., Ros, L., González, D., y Rial R. (2017). Alimentación del preescolar y escolar. *Sociedad Española de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición Pediátrica*. Recuperado de <https://bit.ly/3HvgTMe>
- Ramírez, R. F., Vargas, P. L., y Cárdenas, O. S. (26/11/2020). La seguridad alimentaria: una revisión sistemática con análisis no convencional. *Revista Espacios*, 41(45), 319-328. doi: 10.48082/espacios-a20v41n45p25
- Rodriguez, R. (14 de Junio de 2019). *Medium*. Obtenido de <https://bit.ly/3tlcebH>
- Redrobán, Ch. G. (2015). *La nutrición y su incidencia en el rendimiento académico de los niños de cuarto año paralelo "A" de la Unidad Educativa "Luis A. Martínez" del cantón Ambato, provincia Tungurahua*. (Tesis de grado, Universidad Técnica de Ambato). Recuperado de <https://bit.ly/3Iqx3Yx>
- Soto, V., y Durán, M. (4 de Agosto de 2010). *Scielo* . Obtenido de <https://bit.ly/3IfcptF>
- Torres-Lista, V., Herrera, L., Gálvez, I., Noriega, G., y Montenegro, M. (2020). Hábitos de vida saludable y su impacto en el rendimiento de la prueba TERCE en niños panameños en edad escolar. *Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria*, 39(4), 116-121. doi: 10.12873/3943torres

Unicef. (2019). *ESTADO MUNDIAL DE LA INFANCIA 2019 Niños, alimentos y nutrición Crecer bien en un mundo en transformación*. (3). Recuperado de <https://uni.cf/3rHBPuU>

Yáñez, M. P. (2016). El proceso de aprendizaje: fases y elementos fundamentales. *Revista San Gregorio*, 1(11), 1390-7247. Recuperado de <https://bit.ly/3ndFGwv>

ANEXOS

Anexo 1. Resolución de consejo directivo de aprobación del tema



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR
Av. Los Chasquis y Río Guayllabamba (Campus Huachi) / Teléfono (03) 2 990-261/Casilla 334
Ambato-Ecuador

Ambato 29 septiembre 2021
FCHE-UIC-801-2021 Acuer.

Doctor Mg.
Victor Hernández Del Salto
PRESIDENTE
CONSEJO DIRECTIVO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
Presente

De mi consideración:

Unidad de Integración Curricular de la Carrera Educación Básica modalidad presencial de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, en sesión ordinaria realizada el 29 septiembre, visto oficio sin número suscrito por la Srta. GUANOLUISA LEMA ALICIA PIEDAD estudiante, Acuerda:

SUGERIR A CONSEJO DIRECTIVO

APRUEBE LA MODALIDAD DE TITULACIÓN **TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR** (PROYECTO DE INVESTIGACIÓN) LA SEÑORITA GUANOLUISA LEMA ALICIA PIEDAD ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA CON EL TEMA PRELIMINAR "LA ALIMENTACIÓN EN EL DESEMPEÑO ESCOLAR DE LOS ESTUDIANTES DEL TERCER GRADO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA UNIDAD EDUCATIVA "CANADÁ" DE LA COMUNIDAD DE COLAGUANGO, CANTÓN LATACUNGA." Y SE DESIGNE COMO TUTOR SUGERIDO AL DR. WILLYAMS CASTRO, MG DENTRO DEL PERÍODO ACADÉMICO OCTUBRE 2021 – FEBRERO 2022.

Atentamente,



El modo: [Mostrar información por QR](#)
MARCELO
WILFRIDO NÚÑEZ
ESPINOZA

DR. MG. MARCELO NÚÑEZ ESPINOZA
Presidente Unidad de Integración Curricular

anexo: lo indicado (1 hoja)

*Aprobado
11/10/2021*



El modo: [Mostrar información por QR](#)
WILLYAMS
RODRIGO CASTRO
DAVILA

Anexo 2. Carta compromiso de la Unidad Educativa “Canadá”

CARTA DE COMPROMISO

Ambato, 13/10/2021

Doctor
Marcelo Núñez
Presidente
Unidad de Integración Curricular
Carrera de Educación Básica
Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación
Presente.

De mi consideración:

Yo, Mg. Jimmy Francisco Rubio Caicedo, en mi calidad de Director de la Unidad Educativa “Canadá”, me permito poner en su conocimiento la aceptación y respaldo para el desarrollo del Trabajo de Titulación bajo el Tema: “La alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes del tercer grado de Educación General Básica, de la Unidad Educativa “Canadá” de la comunidad de Colaguango, cantón Latacunga.”, propuesto por la señorita Guanoluisa Lema Alicia Piedad con cédula de ciudadanía N° 0503801656, estudiante de la Carrera de Educación Básica, Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación, de la Universidad Técnica de Ambato.

A nombre de la Institución a la cual represento, me comprometo a apoyar en el desarrollo del proyecto.

Particular que comunico a usted para los fines pertinentes.

Atentamente,



Mg. Jimmy Francisco Rubio Caicedo
Director de la Unidad Educativa “Canadá”
Cédula de ciudadanía: 0502132145
N° teléfono convencional: 032682418
N° teléfono celular: 0998203224
Correo electrónico: jimmyoiburc7@gmail.com



Anexo 3. Lista de estudiantes

UNIDAD EDUCATIVA CANADA - 05H00141
2021 – 2022

NOMINA DE ESTUDIANTES

Nº	NOMBRES Y APELLIDOS
1	CAIZA MAIGUA ANGY YULIETH
2	CONDORCANA GUANOLUISA MILTON ISRAEL
3	ATABALLO MAIGUA HECTOR PATRICIO
4	CASTILLO VASQUEZ SINAI ESTHER
5	GUTIERREZ SAQUINGA ANDY MOISES
6	JAMI TENELEMA GREIS ABIGAIL
7	LLAMBA MAIGUA GINA SCARLETH
8	ROLDAN GUARACA KARINA MARISOL
9	SANCHEZ TOASA KIMBERLY SAMANTHA
10	TACO TASINCHANA ANDREA GABRIELA
11	YUGLA GUANOLUISA HEIDDY GUADALUPE
12	CAISAGUANO MAIGUA KEILA MAYTE
13	CAMACHO VILLEGAS KENIELYS ALEXA
14	CONDORCANA GUANOLUISA EMILIA ELIZABETH
15	GUAMAN JAYA MAYTE YAMILETH
16	GUTIERREZ DE LA CRUZ LESLY ESTEFANIA
17	GUTIERREZ PEREZ SOFIA ALEJANDRA
18	JAYA DE LA CRUZ LEIDY CAMILA
19	MERA PURUNCAJA EDDY SANTIAGO
20	PADILLA DE LA CRUZ SHIRLEY ANAHI
21	TASINCHANA RODRIGUEZ PABLO ALEJANDRO
22	YUGLA SUATUNCE WENDY FERNANDA
23	DE LA CRUZ DE LA CRUZ DEYVID MAURICIO
24	GUAMANI BRONCANO CARLA GISELLA
25	GUANOLUISA GUANOLUISA KEYLA JAMILETH
26	JAMI TENELEMA ALEXANDER DAVID
27	JAYA ATAVALLLO JOSE FERNANDO
28	LEMA LEMA ODALYS ANDREA
29	SAQUINGA DE LA CRUZ MADYURI JAMILETH
30	SAQUINGA MAIGUA MAYBRIT SAMANTHA
31	VEGA TOASA ANGEL SEBASTIAN
32	GUANOLUISA PULLOTASIG ANDREA MONSERRATH
33	LEMA DE LA CRUZ CRISTOFER ALEXANDER
34	LEMA LEMA ALEXIS ISRAEL
35	LLAMBA MAIGUA JEISON ALEXANDER
36	PASTE VILLACRECES LEYDI SAMANTHA
37	QUISPE GUANOLUISA MILTON ELIAN
38	SAQUINGA PULLOPAXI MAYKEL SAUL
39	SINGAUCHO GUILCAMAIGUA SCARLETH SARAHI
40	TONATO AIMACAÑA ISIS AYLIN
41	TULMO GUANOLUISA AYLIN ARACELI



42	VILLACRESES VICHISELA JOSTIN GERMAN
43	CAISA VISCAINO EDWAR ISMAEL
44	CHATO DE LA CRUZ DANIEL ALEJANDRO
45	GUANOLUISA CHANGALOMBO MATHIAS ARIEL
46	GUANOLUISA TACO DILAN JOSUE
47	GUISHCASO GUANOLUISA PABLO JOSE
48	JAYA SAQUINGA ALEXIS DAMIAN
49	MAIGUA HERRERA NAOMI ELIZABETH
50	SANCHEZ YUGCHA CRISTOFER URIEL
51	SAQUINGA DE LA CRUZ DEYBI STIVEN
52	VARGAS CHUQUI NICOL ANAHI
53	YUGLA GUANOLUISA ALISON NICOLE

54	ALMACHI CHICAIZA CESAR LEONEL
55	CAMACHO VILLEGAS KENNY ALEXANDER
56	CHICAIZA CHUQUI ANGELO JOSE
57	CHICANGO DE LA CRUZ MAYKEL ALEXANDER
58	DE LA CRUZ LEMA DAMARIS ABIGAIL
59	GUAMAN QUISHIPANGUI JENNIFER BRIGITH
60	GUANOLUISA LEMA ESTHELA NOEMI
61	GUANOLUISA PULLOTASIG DANNA ELIZABETH
62	JAYA ATAVALLO EDGAR GABRIEL
63	LEMA LEMA KIMBERLY YASU
64	SAQUINGA PULLOPAXI ANDREA JAZMIN
65	TIPAN GUTIERREZ AIL YN JAMILEX
66	TIPANLUISA VILLACRESES CRISTIAN JOEL
67	TONATO AIMACAÑA DIEGO JOSUE
68	TREJO PEREZ SAMUEL ALEJANDRO
69	YUGLA SUATUNCE EDWIN ISRAEL
70	ATABALLO MAIGUA JOSE LUIS
71	CHARCO GUANOLUISA FAVIO SEBASTIAN
72	CHASIPANTA MINTA SHIRLEY FERNANDA
73	CHUQUI DE LA CRUZ MELANY TATIANA
74	GAINZA VASQUEZ JEYSON ADIEL
75	JAYA JAYA JAIME ENRIQUE

NOMINA DE DOCENTES

N°	NOMBRES Y APELLIDOS
1	Vásquez Chuquitarco Judith Alexandra
2	Villaroel Tigse Holguer Marcelo



Anexo 4. Encuesta a estudiantes



UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUAMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA
ENCUESTA PARA ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA
“CANADÁ”

Objetivo: Recabar información que facilite la ejecución del proyecto de investigación

Tema de investigación: “La alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes del tercer grado de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Canadá” de la comunidad de Colaguango, catón Latacunga.”

Instrucción: estimado estudiante elija la respuesta que usted considere correcta (una sola opción).

Sexo:.....

Cuestionario

1. ¿Usted desayuna todos los días?

- | | |
|---------------|--------------------------|
| Siempre | <input type="checkbox"/> |
| Casi siempre | <input type="checkbox"/> |
| Algunas veces | <input type="checkbox"/> |
| Nunca | <input type="checkbox"/> |

2. ¿Consume diariamente frutas y verduras?

- | | |
|--------------|--------------------------|
| Siempre | <input type="checkbox"/> |
| Casi siempre | <input type="checkbox"/> |
| A veces | <input type="checkbox"/> |
| Nunca | <input type="checkbox"/> |

3. ¿Qué tipo de comida o comidas prepara con más frecuencia?

- | | |
|-------------------|--------------------------|
| Arroz | <input type="checkbox"/> |
| Sopa de arroz | <input type="checkbox"/> |
| Colada de granos | <input type="checkbox"/> |
| Sopa de legumbres | <input type="checkbox"/> |

4. ¿Cuántas veces al día come?

- | | |
|-------------|--------------------------|
| Una vez | <input type="checkbox"/> |
| Dos veces | <input type="checkbox"/> |
| Tres veces | <input type="checkbox"/> |
| Mas de tres | <input type="checkbox"/> |

5. Los huevos criollos puestos por sus gallinas

- Es para consumo
Venden
No tengo gallinas

6. ¿Qué tipo de cultivos tienen sus padres?

- Cultivo de verduras
Cultivo de granos
Pasto
Ninguno

7. ¿Qué tipo de bebida consume con más frecuencia?

- Jugos de frutas
Jugos ya
Gaseosas
Agua

8. ¿Con qué frecuencia consume alimentos procesados o enlatados?

- Siempre
Casi siempre
Algunas veces
Nunca

9. ¿Usted tiene un horario establecido para consumir las comidas diarias?

- Siempre
Casi siempre
Algunas veces
Nunca

10. ¿Sus padres le envían una lonchera con alimentos saludables?

- Siempre
Casi siempre
A veces
Nunca

11. ¿Sus padres le envían dinero para comprar alimentos en el bar institucional durante el receso?

- Siempre
Casi siempre
A veces
Nunca

12. ¿Qué tipo de productos usted adquiere en el bar?

- Frutas
Secos
Golosinas
Bebidas cítricas

13. ¿Con que frecuencia en su hogar ha tenido problemas para adquirir alimentos?

- Siempre
- Casi siempre
- A veces
- Nunca

14. ¿Considera usted que los limitados recursos económicos es un factor primordial para la adquisición de alimentos saludables?

- Siempre
- Casi siempre
- A veces
- Nunca

15. ¿Considera usted que una alimentación saludable contribuye a su desempeño escolar?

- Siempre
- Casi siempre
- A veces
- Nunca

16. ¿Usted tiene una participación activa en su aula?

- Siempre
- Casi siempre
- A veces
- Nunca

17. ¿De la siguiente escala de calificaciones que parámetro logró alcanzar durante el primer quimestre?

- 10 Supera los aprendizajes requeridos
- 9 Domina los aprendizajes
- 7-8 Alcanza los aprendizajes
- 5-6 Esta próximo
- ≤ 4 No alcanza los aprendizajes

18. ¿Con qué frecuencia recibe charlas sobre una adecuada alimentación?

- Siempre
- Casi siempre
- A veces
- Nunca

19. ¿Cree usted que una alimentación sana le permite concentrarse en las actividades escolares?

- Siempre
- Casi siempre
- A veces
- Nunca

20. ¿La condición de su salud le permite alcanzar la metas y objetivos planteados por el profesor durante las clases?

- Siempre
- Casi siempre
- A veces
- Nunca

Anexo 5. Entrevista a docentes



UNIVERSIDAD TECNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUAMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA
ENCUESTA PARA DOCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA “CANADÁ”

Objetivo: Recabar información que facilite la ejecución del proyecto de investigación.

Tema: “La alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes del tercer grado de Educación General Básica de la Unidad Educativa “Canadá” de la comunidad de Colaguango, catón Latacunga.”

Guía de preguntas

1. Desde su punto de vista ¿Cuál es el estado de salud de sus estudiantes?

.....

2. ¿Usted considera que una buena alimentación desde temprana edad contribuye al desarrollo integral de sus discentes?

.....

3. ¿Usted evidencia que sus estudiantes vienen desayunando alimentos nutritivos a la Unidad Educativa?

.....

4. ¿Aporta de manera significativa a los estudiantes el desayuno escolar que le brinda en la institución educativa?

.....

5. ¿Durante el receso escolar que tipo de alimentación consumen sus discentes?

.....

6. ¿Usted ha observado que sus estudiantes traen dinero para comprar alimentos en el bar institucional durante el receso?

.....

7. ¿Usted considera que los alimentos que venden en el bar de la escuela son saludables?

.....

8. ¿Usted ha observado que los padres de familia envían a sus estudiantes una lonchera con alimentos saludables?

.....

9. ¿Cree usted que el conocimiento que poseen los padres de familia con relación a la alimentación repercute en la nutrición de sus hijos?

.....

10. ¿Considera usted que los limitados recursos económicos es un factor primordial para la adquisición de alimentos saludables en sus estudiantes?

.....

11. ¿Usted evidencia una participación activa de sus estudiantes durante las clases?

.....

12. ¿Usted considera que la alimentación influye en el rendimiento académico de los estudiantes?

.....

13. En forma general ¿Como valora el nivel de concentración de los estudiantes?

- a) Alto
- b) Medio
- c) Bajo

14. ¿Considera usted que la alimentación ayuda en el desarrollo físico y cognitivo de sus discentes?

.....

15. ¿Usted ha evidenciado que la condición de salud de sus estudiantes le permiten alcanzar las metas y objetivos propuestos para la clase?

.....

16. ¿De la siguiente escala de calificaciones que parámetro prevalece en sus estudiantes durante el primer quimestre?

- **10 Supera los aprendizajes requeridos**
- **9 Domina los aprendizajes**
- **7-8 Alcanza los aprendizajes**
- **5-6 Esta próximo**
- **≤ 4 No alcanza los aprendizajes**

17. ¿Con que frecuencia brindan charlas sobre una alimentación adecuada en la Unidad Educativa?

Siempre

Casi siempre

A veces

Nunca

18. ¿Existe algún tipo de problemas alimenticios entre sus educandos?

.....

19. ¿Usted ha evidenciado que sus estudiantes consumen alimentos procesados o comida chatarra?

.....

20. ¿Desde su punto de vista cree que sus estudiantes se alimentan de los productos obtenidos y cultivados en la casa?

.....

Anexo 6. Informe de Validación



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA



MODALIDAD PRESENCIAL

**FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE REGISTRO Y
RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN**

1. Datos del validador:

Nombres y apellidos: Darwin Patricio Miranda Ramos
Grado académico (área): Maestría
Años de experiencia: 24

2. Instrucciones

A continuación, podrá encontrar diferentes criterios sobre la estructura del instrumento de recolección de información (observación) sobre el tema de investigación, emita sus juicios de acuerdo con las escalas establecidas.

MA: Muy Adecuado; **BA:** Bastante Adecuado; **A:** Adecuado; **PA:** Poco Adecuado; **I:** Inadecuado.

Nº	CRITERIOS	MA	BA	A	PA	I
1	El encabezado del instrumento está claro	✓				
2	El objetivo es adecuado y pertinente al tema	✓				
3	Las instrucciones son lo suficientemente claras	✓				
4	Las situaciones evaluativas son lo suficientemente claras, de tal forma que, no se prestan a ambigüedades	✓				
5	Las situaciones evaluativas están contextualizadas con el tema	✓				
6	El diseño del instrumento es adecuado y comprensible	✓				

DARWIN
PATRICIO
MIRANDA
A RAMOS

Firmado digitalmente por
DARWIN
PATRICIO
MIRANDA RAMOS
Fecha: 2021.12.03
113653-05'00'

f:

VALIDADOR

CC: 1802845113



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUAMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA



MODALIDAD PRESENCIAL

**FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE REGISTRO Y
RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN**

1. Datos del validador:

Nombres y apellidos: Dr. Raúl Yungán Yungán
Grado académico (área):
Años de experiencia:

2. Instrucciones

A continuación, podrá encontrar diferentes criterios sobre la estructura del instrumento de recolección de información (observación) sobre el tema de investigación , emita sus juicios de acuerdo con las escalas establecidas.

MA: Muy Adecuado; **BA:** Bastante Adecuado; **A:** Adecuado; **PA:** Poco Adecuado; **I:** Inadecuado.

Nº	CRITERIOS	MA	BA	A	PA	I
1	El encabezado del instrumento está claro	✓				
2	El objetivo es adecuado y pertinente al tema	✓				
3	Las instrucciones son lo suficientemente claras	✓				
4	Las situaciones evaluativas son lo suficientemente claras, de tal forma que, no se prestan a ambigüedades	✓				
5	Las situaciones evaluativas están contextualizadas con el tema	✓				
6	El diseño del instrumento es adecuado y comprensible	✓				

f. RAUL
YUNGAN
YUNGAN

Firmado digitalmente
por RAUL YUNGAN
YUNGAN
Fecha: 2021.12.07
08:57:13 -05'00'

VALIDADOR
CC: 0602293482