

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición



Efectos de la alimentación en el desempeño escolar en el contexto de educación preescolar de  
la Institución Educativa Agrícola Urabá sede Brisas del Rio - Chigorodó Antioquia

Ingrid Paola Medina Canchila

Julieth Andrea Mosquera Mosquera

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Urabá (Antioquia)

Programa Licenciatura en Educación Infantil

Abril de 2022

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar en el contexto de educación preescolar de  
la Institución Educativa Agrícola Urabá sede Brisas del Rio - Chigorodó Antioquia

Ingrid Paola Medina Canchila

Julieth Andrea Mosquera Mosquera

Trabajo de Grado presentado como requisito para optar al título de Licenciado en Educación  
Infantil

Asesor(a)

Lic. Lina Marcela Bolívar García

Especialista en Intervenciones Psicosociales

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Urabá (Antioquia)

Programa Licenciatura en Educación Infantil

mayo de 2022

**Dedicatoria**

Este proyecto queremos de dedicarlo principalmente a Dios por brindarnos salud durante esta carrera que emprendimos, por las metas y objetivos que nos propusimos para que esto fuera realidad, por haber estado siempre de nuestro lado en cada paso que dimos. Dedicamos de todo corazón, este proyecto a nuestra familia por brindarnos ese apoyo constante, pues sin ellos no hubiese sido posible de lograrlo, también para aquellas personas que aportaron su granito de arena a nuestra formación académica.

### **Agradecimientos**

A Dios primero que todo, por su amor e infinita misericordia hacia nosotras, por darnos la fuerza y la valentía de recorrer este camino de la docencia, el cual no es fácil pero tampoco imposible de lograrlo. A nuestra familia por haber confiado en nosotras, porque cuando queríamos desfallecer siempre nos dieron una voz de aliento para seguir continuando no importando la adversidad que se nos presentara.

A la Corporación Universitaria Minuto de Dios y a los docentes que con su sabia enseñanza y amor nos acompañaron durante este proceso de formación, por las correcciones que nos hicieron, para mejorar académicamente, aunque nos costaron lágrimas, y muchas noches de desvelo, podemos decir que lo hemos logrado.

Al equipo de trabajo que conformamos, porque juntas recorrimos este camino agarradas de la mano de Dios a pesar de los muchos obstáculos que se nos presentaron en el camino. Finalmente, también queremos mencionar a nuestros niños y niñas de la Institución Agrícola de Urabá, por haber sido parte de este hermoso proyecto para mejorar su calidad de vida.

**Contenido**

## Contenido

Lista de tablas .....	8
Lista de figuras .....	9
Lista de anexos.....	10
Resumen .....	11
Abstract.....	12
Introducción.....	13
CAPÍTULO I .....	15
1 Definición del problema.....	15
1.1 Descripción del problema .....	15
1.2 Formulación del problema.....	17
1.3 Justificación.....	17
1.4 Objetivos .....	19
1.4.1 Objetivo general.....	19
1.4.2 Objetivos específicos .....	19
CAPÍTULO II .....	20
2 Marco referencial.....	20
2.1 Antecedentes o estado del arte.....	20
2.1.1 La importancia de la nutrición en los niños de preescolar .....	20
2.1.2 La malnutrición infantil en niños y niñas de 0 a 5 años de edad de los barrios la cita, el pite, don Bosco y las brisas en la localidad de Usaquén.....	21
2.1.3 Determinación social de la desnutrición y el retardo sicomotor en preescolares de Urabá (Colombia). Un análisis con la Epidemiología Crítica.....	26

	Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición	
2.2	Marco teórico.....	29
2.2.1	Hábitos alimenticios saludables en niños .....	29
2.2.2	La alimentación de los Niños de hoy .....	30
2.2.3	Enfermedades relacionadas con la alimentación en la infancia .....	30
2.2.4	La pirámide de los alimentos .....	31
2.2.5	La familia y la alimentación de los niños.....	32
2.2.6	Estrategias pedagógicas para mejorar la alimentación de los niños. ....	33
2.3	Marco legal .....	34
2.3.1	Ley Nª 19140 protección de la salud de la población infantil y adolescente a través de la promoción de hábitos alimenticios saludables.....	34
2.3.2	Constitución política de Colombia de 1991 .....	35
2.3.3	Ley 115 de 1994 Por la cual se expide la ley general de educación .....	35
2.3.4	Organización de las naciones unidas .....	36
2.3.5	Ley 1355 de 2009 .....	37
2.3.6	Programas de atención a la primera infancia .....	38
	CAPÍTULO III .....	39
3	Diseño metodológico .....	39
3.1	Enfoque cualitativo .....	39
3.2	Diseño estudio de caso .....	40
3.3	Alcance descriptivo .....	41
3.4	Población.....	41
3.5	Muestra.....	43
3.6	Técnicas e instrumentos para la recolección de la información.....	43
3.6.1	Observación .....	45

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición	7
3.6.2 Entrevista abierta.....	46
3.6.3 Encuesta.....	47
3.7 Procesamiento de la información.....	48
CAPITULO IV.....	55
4 Resultados y discusión.....	55
4.1 Triangulación y análisis de la información.....	55
CAPITULO V.....	59
5 Conclusiones y recomendaciones.....	59
5.1 Conclusiones.....	59
5.2 Recomendaciones.....	61
Referencias.....	63
Anexos.....	68

**Lista de tablas**

Tabla 1.....	42
Tabla 2.....	44
Tabla 3.....	50



**Lista de figuras**

Figura 1.....	32
Figura 2.....	42
Figura 3.....	52
Figura 4.....	53
Figura 5.....	54

**Lista de anexos**

Anexos 1 .....	68
Anexos 2 .....	68
Anexos 3 .....	69
Anexos 4 .....	71
Anexos 5 .....	72
Anexos 6 .....	73
Anexos 7 .....	74

### Resumen

La alimentación prima de manera oportuna para cada niño desde su concepción, teniendo en cuenta que esta es la base para que todo ser humano tenga un buen desarrollo físico como intelectual, ya que esta aporta nutrientes que favorecen el crecimiento a medida que el infante va desarrollándose en todas las etapas de su vida. Es por eso que se investigó sobre ¿Cuáles son los efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes del grado transición? es notable reconocer que si no se le brinda la debida importancia a los efectos que tiene la alimentación en nuestros niños podríamos tener a un futuro enfermedades crónicas que han cobrado un sin números de personas fallecidas.

Uno de los principales objetivos es evidenciar los problemas escolares que se presentan en los niños que no reciben una alimentación adecuada y balanceada de acuerdo a su edad, debido a que muchas veces se piensa que comer bien es llenar la barriga sin importar las consecuencias que estas pueden traer al cuerpo humano afectando todo su desarrollo.

Al mismo tiempo esta investigación es de enfoque cualitativo, porque es interactivo, el cual está compuesto por un estudio de caso con teorías fundamentadas. Desde los resultados obtenidos se puede afirmar que una alimentación adecuada, completa y variada permite el correcto y adecuado desarrollo físico e intelectual en los niños y niñas; a la vez que contribuye a mantener una buena salud, brindada por la energía necesaria para sus funciones vitales, recreativas y de aprendizaje.

**Palabras clave:** Comedor escolar, Nutrición, Enfermedad, Niño en edad preescolar, Rendimiento escolar.

**Abstract**

Feeding takes priority in a timely manner for each child from conception, taking into account that this is the basis for every human being to have good physical and intellectual development, since it provides nutrients that promote growth as the infant develops all stages of his life. That is why it was investigated on ¿What are the effects of food on the school performance of transition grade students? It is remarkable to recognize that if due importance is not given to the effects that food has on our children, we could have chronic diseases in the future that have claimed countless numbers of deaths.

One of the main objectives is to highlight the school problems that occur in children who do not receive an adequate and balanced diet according to their age, because it is often thought that eating well is filling the belly regardless of the consequences that these they can bring to the human body affecting all its development.

At the same time, this research has a qualitative approach, because it is interactive, which is made up of a case study with grounded theories. From the results obtained, it can be affirmed that an adequate, complete and varied diet allows the correct and adequate physical and intellectual development in boys and girls; At the same time, it contributes to maintaining good health, provided by the energy necessary for its vital, recreational and learning functions.

**Keywords:** *School canteen, Nutrition, Illness, Preschool child, School performance.*

### Introducción

En el desarrollo de la presente propuesta se encontrarán con la investigación que nos muestra como la influencia de la alimentación no adecuada es uno de los factores que afecta el desarrollo integral de los educandos, sabemos que la alimentación no adecuada no solo afecta el peso, sino también trae consecuencias graves para la salud. De ahí la importancia de mantener una óptima nutrición del niño, mediante acciones de auto cuidado y promoción de la salud, ahora bien, el rendimiento del niño en la escuela dependerá de los padres y educadores.

La condición nutricional del niño está determinada por su alimentación y su estado de salud; la alimentación está asociada a la disponibilidad de recursos en el hogar del niño y a los patrones culturales que determinan las formas en que el mismo es alimentado. Por esta razón García (2001) manifiesta que “la nutrición es la ciencia encargada del estudio y mantenimiento del equilibrio homeostático del organismo a nivel molecular y macro-sistemático, garantizando que todos los eventos fisiológicos se efectúen de manera correcta, logrando una salud adecuada y previniendo enfermedades” (p.6)

Del mismo modo el objetivo de esta investigación es reconocer, los problemas escolares que presenta los niños que no se alimentan adecuadamente y cuáles son las percepciones de las familias, y maestros acerca de la alimentación y el estado nutricional de los infantes de 3 a 5 años. Es importante puedan contribuir en sus hijos una alimentación sana y saludable, los cuales son indispensables para el éxito del mismo en la escuela, en efecto también reduce la aparición de enfermedades como lo son la anemia, la obesidad, la desnutrición, la caries dental, entre otras.

## Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

La participación de los padres en actividades y asociaciones escolares es un método de supervisión para asegurarse que sus hijos se alimenten bien en la escuela. Además, es una buena idea tomar un recorrido por el comedor escolar y examinar con detenimiento como se alimentan los niños cuando no están en el hogar. (Mendenson, 2006, p. 35)

Es por ello que la presente propuesta se desarrolla bajo un enfoque cualitativo y cuantitativo porque analiza y predice los comportamientos de las personas, basado en la observación de comportamientos naturales y con respuestas muy abiertas para la posterior interpretación de significados. Es importante mencionar que el enfoque mixto puede ser comprendido como “un proceso que recolecta, analiza y vierte datos cuantitativos y cualitativos, en un mismo estudio” (Tashakkori y Teddlie, 2003, citado en Barrantes, 2014, p.100).

La proyección de este proyecto es mostrar que efectos tiene la alimentación en el desempeño escolar y como este se ve reflejado en los estudiantes de transición.

## CAPÍTULO I

### 1 Definición del problema

#### 1.1 Descripción del problema

La influencia de la mala alimentación es uno de los problemas que afecta el desarrollo integral de los educandos. La niñez es la etapa más importante de la vida de todo ser humano, ya que en ella se producen cambios en forma constante, por ello es esencial tener en cuenta la importancia de la alimentación infantil. Y es por eso que surgió la pregunta problematizadora ¿Cuáles son los efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes del grado transición?

Considerando ya lo dicho, podemos asegurar que “la alimentación es uno de los principales factores que más influye en la salud de las personas, especialmente en los niños en la adopción de una alimentación infantil saludable” (Morales, 2001, p.42).

A partir de una nutrición sana, equilibrada y completa se puede lograr un mejor desarrollo tanto físico como intelectual. Los niños son los más vulnerables a una inadecuada nutrición y se produce como consecuencia de los efectos negativos de conductas alimentarias o enfermedades a la hora de ingerir los nutrientes, tener una mala nutrición puede llevar a problemas serios relacionados con el desarrollo cognitivo, razón por la cual un niño desnutrido puede experimentar una serie de enfermedades como la anemia, la cual produce sueño, cansancio lo que impide que los menores participen activamente de las experiencias de aprendizaje en el ámbito educativo.

En esta investigación se hizo un análisis crítico de varias obras y reseñas de trabajo relativos a los efectos de la nutrición y malnutrición en el rendimiento escolar destacando nuestro tema primordial de este problema como lo son los efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes del grado transición. Así mismo Lorenzo (2004), afirma que:

## Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

La alimentación de buena calidad, durante los primeros años de vida, es fundamental para obtener un desarrollo físico e intelectual óptimos en la edad adulta. La nutrición infantil constituye entonces un pilar clave e indispensable en la salud y educación del ser humano, siendo necesario el asesoramiento nutricional oportuno para la prevención. (pág. 200).

Esta propuesta está alienada al desarrollo de las prácticas profesionales, por ello desde allí se realizaron diferentes observaciones participantes en algunas instituciones educativas y el entorno social, desde allí se puede evidenciar diferentes problemas en los estudiantes como desconcentración en el aula de clase, niños activos, agresividad y sueño. Basado en lo anterior, se puede afirmar que en los salones tenemos niños con bajo rendimiento académicos y al mayor caso bajos de peso. Todo esto se debe a que sus padres a la hora de empacar las loncheras, no tienen el debido cuidado de brindarle una comida saludable, que les pueda nutrir, sino que al contrario logramos identificar el alto consumo de diversos tipos de paquetes o envolturas, gaseosas, golosinas, e incluso dinero que los mismos padres les dan a sus hijos para que compren dulces, lo que ha ocasionado que ellos le cojan apatía al restaurante escolar, hasta el punto que para ellos comer saludable es algo traumático.

Al analizar esta situación que afecta a la población estudiantil, nos surge una pregunta problematizadora ¿Cuáles son los efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes del grado transición?

Como lo afirma Bourges (1988), podemos enfatizar en que:

Para que el hombre tenga un buen desarrollo físico y mental, requiere de una alimentación balanceada y saludable, pero debe llevar una dieta nutritiva, pues la



Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

conducta alimentaria de las personas influye en diferentes factores como son la cultura, las características del medio y los recursos con los que se cuenta. (p.79)

Con respecto al punto anterior podemos decir, que el comportamiento de las personas se ve reflejado tanto en el aspecto emocional, estado de ánimo y salud por ende podemos afirmar que:

Es vital que los niños tengan una adecuada nutrición y una dieta sana para que su potencial de desarrollo sea óptimo. Durante la infancia y la adolescencia, los hábitos dietéticos y el ejercicio marcan la diferencia entre una vida sana y el riesgo de sufrir enfermedades en años posteriores. En las distintas etapas de la vida, se necesitan nutrientes diferentes (Ramón, 2011, p. 23).

## **1.2 Formulación del problema**

¿Cuáles son los efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes del grado transición?

## **1.3 Justificación**

La situación nutricional es producto de la interacción de diversos factores ambientales, sociales, económicos, culturales y políticos, los cuales influyen de forma aislada o en conjunto en el estado nutricional de la población infantil. El presente proyecto se enfocó en el contexto socioeducativo en el que viven los estudiantes, debido a la deserción escolar y bajas calificaciones, la cual es producto de la alimentación no adecuada y desnutrición que presentan algunos alumnos.

Por este motivo, se plantea el desarrollo de este proyecto enfocado en la alimentación escolar y el desempeño de los niños en la escuela, con el fin de construir bases para poder orientar a las familias y a los encargados de los restaurantes escolares sobre una alimentación adecuada que pueda favorecer el

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

proceso de aprendizaje en los niños, permitiéndole al infante aprender todo aquello que está en su entorno inmediato, siendo el adulto un mediador que facilite herramientas necesarias que contribuyan a la enseñanza- aprendizaje de los educandos. Esperamos que este proyecto contribuya a sensibilizar a las familias, docentes, niños y niñas para que puedan transformarse en agentes de cambio para una vida mejor, Si lo logramos, no solo habremos enriquecido sus conocimientos y prácticas sobre alimentación, nutrición y estilos de vida saludables, sino que también habremos contribuido a fortalecer el ejercicio construcción de una sociedad más consiente y empoderada.

Es por eso que compartimos que “Es fundamental, por tanto, potenciar desde el ámbito escolar la necesidad de una dieta equilibrada, a través de la educación para la salud como tema transversal.”

(Reyzábal. 1995 p.2)

Según Bourges (1988)

Para comprender la conducta alimenticia y poder modificarla es necesario conocer la naturaleza de los hábitos de cómo se genera y evoluciona. Existen factores fisiológicos y psicológicos del individuo que determina sus hábitos alimenticios, como el entorno familiar, social y físico. (p.46)

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

#### **1.4 Objetivos**

##### **1.4.1 Objetivo general**

Reconocer los efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes del grado transición de la Institución Educativa Agrícola Urabá sede Brisas Del Rio - Chigorodó Antioquia.

##### **1.4.2 Objetivos específicos**

Evidenciar los problemas escolares que presentan en los niños que no reciben una alimentación adecuada y balanceada de acuerdo a su edad.

Indagar sobre las percepciones de las familias acerca de la alimentación y el estado nutricional de los estudiantes del grado transición.

Identificar las estrategias de promoción y atención que implementa la docente para el mejoramiento de la alimentación de los estudiantes del grado transición.

## CAPÍTULO II

### 2 Marco referencial

#### 2.1 Antecedentes o estado del arte

Para el desarrollo de este proyecto fue necesario argumentar a cerca de influencia de la alimentación en los niños de 3 a 5 años en su desempeño escolar, ya que actualmente las situaciones de recesión económica, conflicto armado, desempleo e inequidad social en Colombia se ven reflejadas en las condiciones de vida poco favorables para la protección, bienestar y desarrollo de los grupos más vulnerables de nuestro país como lo son nuestros menores en la primera infancia, que repercuten en el debilitamiento y deterioro de la salud, nutrición y niveles de educación para ésta población.

##### 2.1.1 *La importancia de la nutrición en los niños de preescolar*

En el año 2011 la autora Lubia Ramón Cerino llevo a cabo un proyecto de investigación titulado la importancia de la nutrición en los niños de preescolar. El cual se llevó a cabo en la ciudad del Carmen, Campeche – México.

Este proyecto busca que los niños tengan una serie de cambios ya sean positivos o negativos en el desarrollo y crecimiento, en esta etapa es donde ellos van adquiriendo una serie de habilidades y destrezas en su desarrollo psicomotor, el cual lo prepara para su ingreso al sistema educativo formal.

El objetivo de su investigación es conocer cómo se puede ayudar a los niños en edad preescolar a que estén bien nutridos y evitarles trastornos alimenticios en su desarrollo.

Este trabajo está constituido y por tres capítulos y basado en el enfoque cualitativo, en el primero se destacan las características físicas y del crecimiento que se manifiesta en el niño durante la etapa de preescolar y por ende se mencionan los enfoques critico reflexivo este enfoque parte del cuestionamiento y en ocasiones del rechazo a las formas tradicionales de abordar el complejo proceso

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición educativo, proponiendo una transformación del lugar y papel de la enseñanza, el aprendizaje y el conocimiento; y por tanto, de los roles a asumir por maestros y alumnos como sujetos responsables, razonadores críticos, reflexivos y creativos.

**Informativo:** Se busca transmitir directamente cierta información para que esta sea aprehendida y aprendida por los receptores.

**Lúdico:** Este enfoque buscará el aprendizaje por medio del juego y actividades no magistrales, ya que la importancia del juego en el desarrollo del niño se expresa en diferentes ámbitos de su vida; recordando que, a mayores posibilidades de expresión lúdica, corresponde mejores posibilidades de aprendizaje.

Por esta razón los niños de edad preescolar se deben incluir en encuestas transversales sobre nutrición o realizar estudios longitudinales para evaluar su crecimiento y desarrollo, mediante la ficha de salud que incluya determinaciones sucesivas del peso y la estatura de cada alumno. Cuando estos datos existen y son dignos de créditos su análisis puede aportar información útil sobre el estado nutricional de la población escolar de un país o región.

Como conclusión, la autora destaca la importancia de los padres y educadores priman en el entorno social de los niños buscando, que sean modelos para los infantes evitando así los malos ejemplos que a veces como adultos transmitimos. En estos últimos hallazgos indican que los tipos de comportamiento y funciones cognitivas alteradas por la desnutrición, pueden estar más relacionadas con respuestas emocionales a situaciones de estrés que a déficits cognoscitivos.

**2.1.2 *La malnutrición infantil en niños y niñas de 0 a 5 años de edad de los barrios la cita, el pite, don Bosco y las brisas en la localidad de Usaquén.***

## Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

En el año 2008, las licenciadas en educación preescolar Olga Lucia Luna Caicedo Y Ana Isabel Vargas Triana realizo un proyecto de investigación titulado la Malnutrición Infantil En Niños y Niñas De 0 A 5 Años De Edad Delos Barrios La Cita, El Pite, Don Bosco Y Las Brisas En La Localidad De Usaquéen en la ciudad de Bogotá. Esta investigación se hizo en el contexto de su cotidianidad, para mirar el estado nutricional de los niños y niñas de 0 a 5 años de la localidad de Usaquéen escogiendo así 4 barrios donde ellas creen que puede haber mayor nivel de desnutrición infantil.

Esta propuesta, se desenvuelve a través de las estrategias de acción y se desarrollaron a través del uso de instrumentos como observación participante y no participante, la aplicación de encuestas, registro fotográfico, registro cartográfico, la consulta de material de investigación (Tesis, revistas especializadas, libros) y tamizaje, la cual les evidencio la existencia de malnutrición infantil y la falta de espacios saludables que fomenten los hábitos alimenticios por medio de talleres de cocina saludable, cartillas y folletos de información nutricional.

Este proyecto tiene como objetivo que los niños y las niñas, padres de familia, instituciones educativas y la comunidad en general, conozcan la necesidad de adoptar en su vida cotidiana hábitos saludables alimenticios, buenas costumbres higiénicas, la importancia del uso del agua dentro de la ingesta diaria, la incorporación de actividad física en su quehacer diario y la mejora de los hábitos en los horarios de alimentación.

Proporcionar a la comunidad herramientas didácticas que permitan concientizar a la comunidad sobre la importancia de adquirir hábitos saludables alimenticios, buenas costumbres, uso adecuado del agua y actividad física diaria.

Al mismo tiempo mejorar el estado nutricional para los niños y las niñas de 0-5 años de edad de los barrios la cita, el pite, las brisas y Don Bosco en la localidad de Usaquéen con todos sus beneficios para la salud y la vida.

## Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

De lo anterior surge la necesidad de identificar si ¿existe o no malnutrición infantil en niños y niñas de 0 a 5 años en los barrios La Cita, El Pite, Don Bosco y las Brisas en la Localidad de Usaquén? Teniendo presente que el barrio la cita está conformada por los barrios el pite, don Bosco y las brisas.

Ya se sabe que el hambre y la mal nutrición no solo afecta a niños sino también su desarrollo físico e intelectual, es por ello que su investigación va desde la observación mirando cómo se puede convertir esta amenaza en una oportunidad de mejora a través de una buena alimentación y así el niño o niña pueda tener un desempeño escolar excelente.

Las licenciadas Olga y Ana manifiestan que fue necesario visitar universidades en donde se imparte la carrera de medicina, como resultado de las visitas encontraron tesis referentes al tema en la Universidad Nacional, Universidad de la Sabana, Universidad Javeriana, la biblioteca de la Universidad Nacional y la Biblioteca de la Universidad de la Sabana, así como algunos libros en calidad de préstamo de las mismas instituciones.

A través de las estadísticas las autoras declaran que los resultados obtenidos a partir de los datos arrojados por las encuestas nacionales de demografía y salud, en cuanto al comportamiento nacional y subregional del grado de desnutrición de infantes (menores de 5 años) y la inasistencia a la educación preescolar es debido a la malnutrición. Y en las internacionales se presenta un riesgo de malnutrición aguda, donde se pretende llegar a la meta de reducción en un 50% en niños menores de 5 años.

Utilizaron la metodología de Investigación Acción Participativa (IAP), como un nuevo estilo de política social que genera una dinámica de cambio en una situación concreta y real de un determinado grupo social, en este caso la malnutrición infantil en niños y niñas de cero a cinco años de edad, de los barrios la Cita, el Pite, las Brisas y Don Bosco en la localidad de Usaquén.

Ya que dicha metodología presenta características de tipo colectivo, entre teoría y práctica, Ecológico, Flexible, Creativo, Dinámico, Formativo, Crítico y porque busca un cambio de actitud por

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición parte de los diferentes actores frente a los espacios saludables a través de alternativas que fomenten una verdadera educación nutricional.

La observación participante se hace con el propósito de describir las situaciones cotidianas en cuanto a los hábitos saludables alimenticios, buscando respuestas a quién, dónde, cuándo y porque, cómo de la falta de sensibilización de los niños en edad escolar, los padres y madres y la comunidad en general, que no conocen el valor de los nutrientes y de acuerdo con estas asumir estilos de vida saludables en la alimentación, así como hábitos en los horarios de comida.

La higiene es el conjunto de conocimientos y técnicas que deben aplicar los individuos para el control de los factores que ejercen o pueden ejercer efectos nocivos sobre su salud. La higiene personal es el concepto básico del aseo, limpieza y cuidado de nuestro cuerpo.

En este apartado se presentan los resultados estadísticos obtenidos a partir de los datos arrojados por las Encuestas Nacionales de Demografía y Salud (ENDS) (versiones 2000 y 2005), en cuanto al comportamiento nacional y subregional del grado de desnutrición de infantes (menores de 5 años) medido a partir de los puntajes «Z Peso» y «Z Talla»); la asistencia a educación preescolar por parte de los infantes (entre 3 y 5 años), y el grado de escolaridad de las madres de los infantes menores de 5 años. Dichos indicadores se han calculado a nivel nacional y de subregiones, de acuerdo a la clasificación dada por la ENDS 2005 (PROFAMILIA2005), a saber:

- Guajira, Cesar y Magdalena;
- Barranquilla Área Metropolitana,
- Atlántico (sin Barranquilla);
- San Andrés y Providencia, y Bolívar Norte
- Sur de Bolívar, Córdoba y Sucre; • Santander (Santander y Norte de Santander)



## Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

Esta investigación pretendía identificar la incidencia que tienen la malnutrición en el bajo rendimiento escolar en los niños y niñas de 0 a 5 años de edad en los barrios La Cita, El Pite, Las Brisas y Don Bosco en la localidad de Usaqué, arrojó resultados trascendentes, demostrando que la población manifiesta un porcentaje bajo en una dieta balanceada, esto se puede observar claramente en la falta de proteínas las cuales oscilan alrededor de un 57% aproximadamente, pues se consume carne o pollo únicamente una vez a la semana, además vemos que el consumo de frutas no es el óptimo pero se sitúa alrededor de un 37% ingiriendo aquellas frutas que se encuentran en cosecha a fin de poderlas comprar demostrando que su malnutrición obedece a factores principalmente económicos, seguidos de una alta desinformación de los padres de familia quienes además ven en las comidas rápidas una opción fácil a la hora de alimentar a sus hijos, un 49% de la población así lo manifiesta; a esto se le suma la falta de tiempo por parte de los padres a la hora de preparar los alimentos, pues el trabajo según ellos no da tiempo para nada.

Además, se concluye que el proyecto arroja la evidente necesidad de transformar los hábitos alimenticios, integrar la comunidad en procesos de formación y permanente reflexión en cuanto a la adecuada ingesta diaria para la promoción de una vida saludable. En esa misma tarea, el acercamiento a entidades gubernamentales tiene que ser constante por parte de las Universidades y sus Facultades para que por medio de propuestas como la de nosotras se puedan gestionar proyectos reales para el servicio y el mejoramiento de la calidad de vida de los habitantes de la comunidad.

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

**2.1.3 *Determinación social de la desnutrición y el retardo sicomotor en preescolares de Urabá (Colombia). Un análisis con la Epidemiología Crítica***

En el año 2014 el medico Jaime Carmona y la bacterióloga Adriana M. Correa presentaron su macro proyecto titulado Determinación social de la desnutrición y el retardo sicomotor en preescolares de Urabá (Colombia). Un análisis con la Epidemiología Crítica.

Dado que la desnutrición es resultado del hambre siendo esta la ausencia de seguridad alimentaria y nutricional, esta inseguridad afecta a las familias y en especial a los niños, que ven comprometido su desarrollo vital o desarrollo infantil, cabe señalar que la determinación social de la salud-enfermedad en función de las condiciones de vida, de las condiciones materiales en las cuales ellos dicen que el individuo y la familia se van desarrollando en la cotidianidad. Tal pobreza es resultado de procesos sociales estructurales referidos a la producción, distribución y consumo de bienes-servicios, procesos en los que existe o no existe equidad entre los grupos, clases sociales, lo cual se expresa finalmente, en el plano empírico, como igualdad, desigualdad social.

Este macro proyecto refiere a un estudio cuyo objetivo fue evaluar las condiciones de vida familiares y el estado nutricional y el desarrollo infantil de preescolares de Urabá y explicar los hallazgos según la determinación social de la salud-enfermedad de la Epidemiología Crítica. Por condiciones de vida se entienden todos aquellos procesos y elementos materiales e inmateriales que nos afectan como personas y grupo (familia, comunidad), tanto en el presente como en el desarrollo futuro de las capacidades (potencialidades).

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

En su clase de estudio y diseño de la muestra manifiestan que se hizo un estudio descriptivo, prospectivo y transversal, como parte de un macro proyecto con más de 2500 gestantes y sus familias en Urabá.

Se hizo un estudio descriptivo, prospectivo y transversal, como parte de un macroproyecto con más de 2500 gestantes y sus familias en Urabá. Para la presente investigación sobre condiciones de vida familiares y en y di, obtuvimos una muestra de esas mujeres y familias y examinamos los niños nacidos del embarazo evaluado. El muestreo fue aleatorio simple. El tamaño muestra para las familias se definió con estos parámetros: población = 2500; nivel de confianza 95% ( $Z = 1,96$ ); probabilidad del evento (familias con deficientes condiciones de vida) = 0,50; error de muestreo = 0,075. El tamaño muestra resultante fue  $n = 160$  familias, que se elevó a 200. El tamaño muestra para los niños se definió con estos parámetros: población = 200 familias; nivel de confianza 95% ( $Z = 1,96$ ); probabilidad del evento (alteración del di) = 0,10; error de muestreo = 0,075. El tamaño muestra resultante fue  $n = 47$  niños. La mitad de los niños captados fueron nacidos de mujeres con antecedente de malaria gestacional y la otra mitad sin este antecedente.

Esta investigación sobre las condiciones de vida familiar se obtuvieron las muestras de las mujeres, las familias que participaron y examinaron los niños nacidos del embarazo evaluado. El muestreo fue aleatorio simple. También expresan que el consumo de un grupo social como el estudiado, compuesto básicamente por campesinos económicamente pobres, fue escaso en cantidad y calidad; este grupo es prácticamente marginal, ya que en Urabá y Bajo Cauca generan más de 90% del paludismo del departamento de Antioquia y la frecuencia de desnutrición crónica infantil allí es de 60-65% y de parásitos intestinales patógenos de 80%.

Los niños del presente informe mostraron frecuencia de desnutrición crónica similar a la referida, pero tenían menos edad que los otros citados, situación que indica que el deterioro nutricional se inicia muy precozmente, pues las condiciones de vida de las familias son muy deficientes.

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

La grave situación nutricional de estos niños concuerda con hallazgos de otros investigadores sobre gestantes en Urabá, quienes están frecuentemente afectadas por desnutrición. Esas madres de los niños evaluados tienen pésimas condiciones de vida, situaciones en las que se revelan los procesos de desigualdad. El problema en el desarrollo motor fino y el área de audición-lenguaje posiblemente revela privación ambiental, ya sea por falta de estimulación o por desnutrición.

Para esto realizaron encuestas sobre condiciones de vida, historia vital y familiar del niño, indicadores antropométricos, desarrollo sicomotor. Se aplicaron 8 encuestas, ya probadas en campo, para conocer información sobre condiciones de vida familiar; las encuestas reunieron más de 200 preguntas sobre condiciones de vida. Se procedió según las pautas de la OMS y de cada niño se obtuvieron la fecha de nacimiento, el peso corporal y la longitud y se calcularon los indicadores antropométricos de peso para la talla, peso para la edad en meses y talla para la edad en meses, todos ellos calculados con el programa EpiNut de EpiInfo 6.00, que usa valores de referencia de nchs. La historia familiar y vital del niño se exploró con una encuesta diseñada, evaluada y estandarizada por los investigadores. El autor evaluó con la prueba tamiz denominada Escala Abreviada del Desarrollo (ead), de uso oficial en Colombia.

Algunos niños obtuvieron consientes de desarrollo con retardo en el área social, lo que podría explicarse por condiciones del contexto intrafamiliar, se notó también que en la mayoría de niños cuentan con una habilidad motora gruesa, pero en algunos casos hubo falta de estimulación, más en niñas que en niños.

Se evaluaron 46 niños (12 más de los previstos): 46% en área rural, 63% hombres, con  $38,8 \pm 4,1$  meses (promedio  $\pm$  desviación estándar) en el momento del estudio nutricional y  $45,7 \pm 4,0$  meses cuando se hizo la evaluación sicomotora. La etnia (identificada por la madre, a partir de una lista

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición precodificada) correspondió a “chilapo” (familias campesinas oriundas del departamento de Córdoba, limítrofe con la región de Urabá) en 64%. La familia es típicamente nuclear pero el 40% tienen otros parientes que conviven, en especial abuelos y primos hermanos del niño.

Para concluir, los resultados revelan deterioro nutricional y sicomotor profundos precoces. Las condiciones de vida de este grupo social explican la situación hallada. Urge la intervención del Estado para afrontar y paliar tan grave problema colectivo. Además de lo nutricional, las emociones son otro elemento importante para la maduración cerebral.

El vínculo afectivo tiene un fuerte aporte al desarrollo motor y cognitivo, peor fuera el pronóstico si se considera que el problema no es exclusivo de esos niños, por circunstancias personales, sino que compromete a la familia, como lo revelan las condiciones de vida, la desigualdad social, que resulta impuesta por el sistema económico-político vigente en el país.

## **2.2 Marco teórico**

### **2.2.1 *Hábitos alimenticios saludables en niños***

Para inculcar buenos hábitos desde la infancia es necesario tener rutinas diarias, ya que es un proceso educativo que se va adquiriendo con la constancia. Si desde la infancia se alcanzan las costumbres saludables hay mucha probabilidad que se sostengan hasta cuando sean mayores, es por eso que Montesinos (2014) menciona que “para inculcar hábitos de alimentación saludables en los menores es bueno dejarlos colaborar en la compra y convertirlos en colaboradores eficaces en la elaboración de las comidas adjudicándoles tareas acordes con la edad” (p.12)

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

Una de las oportunidades que tenemos para inculcar buenos hábitos alimenticios es durante los tiempos libres, puesto que somos los principales modelos de nuestros niños y al ellos vernos tener comportamientos y acciones saludables ellos adquirirán dichos comportamientos.

### **2.2.2 *La alimentación de los Niños de hoy***

Para intentar mejorar la situación nutricional de los niños, el primer paso consiste en conocer el punto del que se parte. A tal efecto, se ha realizado numerosos estudios sobre los hábitos alimenticios actuales. Se hace importante resaltar lo mencionado por Cortes (2021) ya que:

Es de gran importancia la alimentación que hoy en día debe ser saludable y sustentable debido al sobrepeso que se genera entre los jóvenes estudiantes, esto actualmente contribuye mucho para el ambiente y nuestra propia vida cotidiana a lo largo del tiempo le hemos tomado más importancia al tema conforme pasan los años nos hemos visto afectados en todos los ámbitos. (p.11)

Todo esto se relaciona con las nuevas reglas sociales: familias donde ambos progenitores trabajan fuera de casa, falta de tiempo en familia, niños saturados de deberes y clases extraescolares. Haciendo esto que la comida se vuelva o un castigo o un refugio, ya que todas esas emociones encontradas con el trascurso del tiempo se ven reflejadas allí.

Consecuentemente debemos tener en cuenta que la comida no es consuelo, recompensa, ni castigo. Al utilizar los alimentos para premiar o consolar, hará que los niños aprendan a utilizarla cuando se sientan felices, tristes o enfadados.

### **2.2.3 *Enfermedades relacionadas con la alimentación en la infancia***

Como se ha visto, los hábitos alimentarios están cambiando a pasos agigantados. De la dieta mediterránea típica se está caminando hacia comidas preparadas y una mayor ingesta de dulces y

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición proteínicas frente a una disminución del consumo de productos frescos (frutas y verduras). Estos cambios afectan a la salud y, sobre todo, a la salud de los adultos en los que se convertirán los alumnos de las aulas de educación infantil. Por ello, resulta vital conocer cuáles son los posibles efectos de una mala alimentación.

Dado a lo ya mencionado anteriormente podemos resaltar lo que dice, Cuadros et al (2017) “Prevenir factores de riesgo para las alergias, enfermedades no transmisibles tales como: obesidad, desnutrición, hipertensión arterial, entre otras, promoviendo una alimentación complementaria adecuada”. (p.7) Por todo lo aquí expuesto, se hace necesario, en primer lugar, una buena formación nutricional por parte del profesorado, para poder asistir a las familias vulnerables y no vulnerables a participar de la reeducación alimentaria que propone nuestro proyecto educativo.

#### **2.2.4 La pirámide de los alimentos**

Con el fin de que los alumnos de educación infantil consigan adquirir hábitos alimentarios saludables que les proporcionen un nivel de salud adecuado, se hará un estudio en detalle de la proporción en la que se debe ingerir cada tipo de alimento mediante la pirámide de la alimentación sana. “Se ha estimado que el cociente omega-6/omega-3 óptimo es de 2:1 a 3:1, cuatro veces menor que la ingesta actual; por tanto, se recomienda que los seres humanos consuman más ácidos grasos omega-3 de fuentes vegetales y marinas” (Mahan y Raymond, 2017, p.40).

**Figura 1***Pirámide de los alimentos*

Figura 1: Garibaldi, Irene. (2020, octubre, 15). Objetivo bienestar.

[https://www.objetivobienestar.com/alimentacion-saludable/por-piramide-alimentaria-conoces-esta-desfasada-como-deberia-ser-verdaderamente-saludable\\_52468\\_102.html](https://www.objetivobienestar.com/alimentacion-saludable/por-piramide-alimentaria-conoces-esta-desfasada-como-deberia-ser-verdaderamente-saludable_52468_102.html)

Las necesidades nutritivas se forrarán a lo largo del día y se recomienda repartirlas en 5 comidas que son el desayuno (25%), la media mañana (10 o 15%), el almuerzo (30 o 40%), la merienda (10 o 15%) y la cena (20 o 30%) para que nuestras digestiones sean mejores y que en ningún momento nos falte energía para afrontar las actividades diarias.

### 2.2.5 La familia y la alimentación de los niños.

Una alimentación equilibrada es aquella donde los padres incluyen una diversidad suficiente de alimentos en las cantidades adecuadas, en función de las características de cada persona y de su estilo de vida (activo, sedentario), y que garantiza que se cubran los requerimientos de energía y nutrientes



Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición que cada persona necesita para mantener un buen estado nutricional, de salud y bienestar. Por eso es importante resaltar que:

Los micronutrientes cumplen un papel esencial en el crecimiento, desarrollo y la prevención de enfermedades en niños pequeños, la ingesta adecuada de micronutrientes, tales como hierro, zinc y calcio, es importante para garantizar la salud, el crecimiento y el desarrollo óptimos de los bebés y niños pequeños. (Cuadros et al. 2017. p.18)

Así pues, hemos de proporcionar a los niños y niñas un menú acorde con su actividad física y rico en nutrientes. No debemos, bajo ningún concepto, prescindir de:

**Proteínas:** en nuestra sociedad es muy difícil tener deficiencias de proteínas. Proviene de carnes y pescados, que se recomienda tomarlos a la plancha, y de huevos.

**Minerales y vitaminas:** son totalmente imprescindibles en las dietas infantiles hierro, calcio, vitamina D o cinc son necesarios para el óptimo desarrollo de los más pequeños.

### **2.2.6 Estrategias pedagógicas para mejorar la alimentación de los niños.**

Es durante el recreo, a través de la lonchera, que las madres deben aprovechar y llevar un mensaje alimentario que se les da a los niños en el hogar. El contenido de la lonchera debe tener un mensaje que se les da en casa, así ellos llevarán un mensaje positivo a la escuela desde sus hogares, el primer camino es una lonchera balanceada y variada con alimentos que les gusten y les brinden una energía necesaria para su aprovechamiento académico.

Como lo recomienda también Yela y Cifuentes (2021) "Este momento invita a modificar hábitos alimenticios desde entornos como el hogar, así como en las escuelas enseñando a los niños a identificar

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición alimentos más saludables que promuevan y preserven su salud y correcto desarrollo físico y cognitivo”.

(p.12)

### **2.3 Marco legal**

Este proyecto toma como base fundamental la ley N° 19140 protección de la salud de la población infantil y adolescente a través de la promoción de hábitos alimenticios saludables y la ley 1098 del 2006 código de infancia y adolescencia, es importante tener en cuenta el Artículo 24. Derecho A Los Alimentos. Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho a los alimentos y demás medios para su desarrollo físico, psicológico, espiritual, moral, cultural y social, de acuerdo con la capacidad económica del alimentante. Se entiende por alimentos todo lo que es indispensable para el sustento, habitación, vestido, asistencia médica, recreación, educación o instrucción y, en general, todo lo que es necesario para el desarrollo integral de los niños, las niñas y los adolescentes. Los alimentos comprenden la obligación de proporcionar a la madre los gastos de embarazo y parto.

#### ***2.3.1 Ley N° 19140 protección de la salud de la población infantil y adolescente a través de la promoción de hábitos alimenticios saludables***

La presente ley tiene por finalidad proteger la salud de la población infantil y adolescente que asiste a establecimientos escolares y liceales, públicos y privados, a través de la promoción de hábitos alimenticios saludables en el ámbito educativo como forma de contribuir, actuando sobre este factor de riesgo, en la prevención del sobrepeso y la obesidad, hipertensión arterial y así en las enfermedades crónicas no trasmisibles vinculadas a los mismos.

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

En el **Artículo 3** de la presente ley el ministerio de salud pública confeccionará un listado de grupos de alimentos y bebidas nutritivamente adecuados que contará con información destinada a la población de los centros educativos en forma general (alumnos, docentes, funcionarios no docentes y padres), estableciendo recomendaciones para una alimentación saludable en las diferentes etapas de la vida, como forma de promoción y prevención a toda la comunidad.

El Ministerio de Educación y Cultura incluirá en el sistema educativo el tema de los hábitos alimenticios saludables y estimulará el consumo de agua potable y la realización de actividades físicas contrarias al sedentarismo.

### **2.3.2 Constitución política de Colombia de 1991**

Todavía cabe señalar que **Artículo 67**. La educación es un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social; con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura. La educación formará al colombiano en el respeto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia; y en la práctica del trabajo y la recreación, para el mejoramiento cultural, científico, tecnológico y para la protección del ambiente.

Habría que decir que el **Artículo 44**. Son derechos fundamentales de los niños: la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social, la alimentación equilibrada, su nombre y nacionalidad, tener una familia y no ser separados de ella, el cuidado y amor, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión.

### **2.3.3 Ley 115 de 1994 Por la cual se expide la ley general de educación**

La presente Ley señala las normas generales para regular el Servicio Público de la Educación que cumple una función social acorde con las necesidades e intereses de las personas, de la familia y de la

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición sociedad. Se fundamenta en los principios de la Constitución Política sobre el derecho a la educación que tiene toda persona, en las libertades de enseñanza, aprendizaje, investigación y cátedra y en su carácter de servicio público.

De conformidad con el **artículo 67** de la Constitución Política, define y desarrolla la organización y la prestación de la educación formal en sus niveles preescolar, básica (primaria y secundaria) y media, no formal e informal, dirigida a niños y jóvenes en edad escolar, a adultos, a campesinos, a grupos étnicos, a personas con limitaciones físicas, sensoriales y psíquicas, con capacidades excepcionales, y a personas que requieran rehabilitación social.

El **Artículo 2** Servicio educativo. El servicio educativo comprende el conjunto de normas jurídicas, los programas curriculares, la educación por niveles y grados, la educación no formal, la educación informal, los establecimientos educativos, las instituciones sociales (estatales o privadas) con funciones educativas, culturales y recreativas, los recursos humanos, tecnológicos, metodológicos, materiales, administrativos y financieros, articulados en procesos y estructuras para alcanzar los objetivos de la educación.

#### **2.3.4 Organización de las naciones unidas**

Cabe resaltar que de esta realidad emerge la desnutrición, malnutrición infantil, bajo rendimiento académico y dado el caso hiperactividad; todo esto es considerables daños a la salud de la niñez tal como demuestra el informe, situación de la infancia en Colombia de la (El fondo de las naciones unidas para la infancia) UNICEF (2010)

Donde 2 de cada 5 menores de 5 años están afectados de desnutrición o riesgo de sufrirla debido a la alimentación brindada desde sus propios hogares, siendo los más vulnerables puesto que se encuentran en pleno crecimiento y desarrollo originando

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición secuelas que van desde disminución del coeficiente intelectual, problemas de aprendizaje, retención y memoria, escaso desarrollo muscular y enfermedades infecciosas hasta un mayor riesgo a enfermedades crónicas. (p. 68)

También menciona que:

Una nutrición adecuada en la edad temprana es crucial para que los niños, progresen, aprendan, participe activamente, todos estos elementos mencionados son necesarios para el infante alcancé su máximo potencial y que los niños sea personas académicamente exitosas y económicamente productivos (Unicef, 2017, p.54).

### **2.3.5 Ley 1355 de 2009**

Por medio de la cual se define la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles asociadas a esta como una prioridad de salud pública y se adoptan medidas para su control, atención y prevención.

Esta ley en el **Artículo 11** regulación del consumo de alimentos y bebidas en centros educativos, menciona que las instituciones educativas públicas y privadas que suministren el servicio de alimentación de manera directa o a través de terceros, deberán ofrecer una diversidad de alimentos que cubran las necesidades nutricionales de su comunidad, siguiendo, entre otras referencias, las guías alimentarias del Ministerio de la Protección Social y del ICBF, velando por la calidad de los alimentos que se ofrecen y de conformidad con los lineamientos establecidos por el Ministerio de la Protección Social a que se refiere el artículo 8o de la presente ley.

Las instituciones educativas públicas y privadas deberán implementar estrategias tendientes a propiciar ambientes escolares que ofrezcan alimentación balanceada y saludable que permitan a los estudiantes tomar decisiones adecuadas en sus hábitos de vida donde se resalte la actividad física,

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición recreación y el deporte, y se adviertan los riesgos del sedentarismo y las adicciones. Para el desarrollo de esta estrategia podrán contar con el apoyo de las empresas de alimentos.

### **2.3.6 *Programas de atención a la primera infancia***

Cabe resaltar que si retrocedemos tiempos atrás desde el estado gestacional de la madre, es importante tener en cuenta el proceso de su alimentación, ya que si desconocemos alguna carencia nutricional no tendremos base como sustentar el porqué de alguna enfermedad del menor o falta de algunos nutrientes. Es por eso que el programa infantil De cero a siempre, (2011) menciona que:

La alimentación en la primera infancia es de gran importancia tanto para un desarrollo cognitivo óptimo como para el aumento de la productividad de país, por lo que, para que un niño tenga un desarrollo adecuado, tanto físico, mental y emocional, es necesario que desde el momento en el que la madre se entere de su estado de embarazo, implemente medidas para proporcionar al niño desde que es un feto una alimentación complementaria, puesto que, de esta depende el crecimiento y desarrollo del infante. (p.28)

### CAPÍTULO III

#### 3 Diseño metodológico

Esta investigación es de tipo formativo, enmarcada en la línea Educación, transformación social e innovación y la sub-línea Educación, infancias y políticas públicas Educativa del sistema de investigación Uniminuto.

##### 3.1 Enfoque cualitativo

Los autores Blasco y Pérez (2007) señalan que:

La investigación cualitativa estudia la realidad en su contexto natural y cómo sucede, sacando e interpretando fenómenos de acuerdo con las personas implicadas. Utiliza variedad de instrumentos para recoger información como las entrevistas, imágenes, observaciones, historias de vida, en los que se describen las rutinas y las situaciones problemáticas, así como los significados en la vida de los participantes. (p.25)

Por otra parte, Taylor y Bogdan (1987), citados por Blasco y Pérez (2007)

al referirse a la metodología cualitativa como un modo de encarar el mundo empírico, señalan que en su más amplio sentido es la investigación que produce datos descriptivos: las palabras de las personas, habladas o escritas y la conducta observable. (p.25)

De acuerdo con los autores, se puede confirmar que el presente proyecto pertenece a un enfoque cualitativo, porque es interactivo, el cual está compuesto por un estudio de caso con teorías fundamentadas, ya que partimos desde la observación de campo la cual hicimos en el inicio de nuestra practica en la Institución Educativa Agrícola de Urabá, sede Brisas del Rio, en el grado preescolar, donde hacemos entrevista a profundidad incluyendo a los participantes.

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

### **3.2 Diseño estudio de caso**

La investigación acción, es un término acuñado y desarrollado por Kurt Lewin en varias de sus investigaciones Lewin, (1992), actualmente:

Es utilizado con diversos enfoques y perspectivas, depende de la problemática a abordar. Es una forma de entender la enseñanza, no sólo de investigar sobre ella. La investigación acción supone entender la enseñanza como un proceso de investigación, un proceso de continua búsqueda. (p.35)

Conlleva entender el oficio docente, integrando la reflexión y el trabajo intelectual en el análisis de las experiencias que se realizan, como un elemento esencial de lo que constituye la propia actividad educativa. Los problemas guían la acción, pero lo fundamental en la investigación acción es la exploración reflexiva que el profesional hace de su práctica, no tanto por su contribución a la resolución de problemas, como por su capacidad para que cada profesional reflexione sobre su propia práctica, la planifique y sea capaz de introducir mejoras progresivas. En general, la investigación acción cooperativa constituye una vía de reflexiones sistemática sobre la práctica con el fin de optimizar los procesos de enseñanza-aprendizaje.

El diseño está basado en el estudio de caso, cabe señalar que:

El estudio de caso es un método de investigación cualitativa y empírica orientada a la comprensión en profundidad de un objeto, hecho, proceso o acontecimiento en su contexto natural. Se utiliza tanto en investigaciones propias del paradigma interpretativo como del sociocrítico (Rovira, 2004, p.11).



Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

### **3.3 Alcance descriptivo**

El alcance de este proyecto de investigación se considera que es de carácter descriptivo, ya que en cuanto permite investigar los factores de la influencia de la alimentación de los niños de 3 a 5 años en su desempeño escolar. Según Sampieri (2018), “los estudios descriptivos permiten detallar situaciones y eventos, es decir como es y cómo se manifiesta determinado fenómeno y busca especificar propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis” (p.60)

Cabe destacar que desde la propuesta de investigación emerge el interés de dar respuesta al objetivo principal de reconocer los efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes del grado transición de la Institución Educativa Agrícola Urabá sede Brisas Del Rio. Permitiendo el alcance descriptivo profundizar y describir conceptos y situaciones en la investigación, como son los alimentos que proporcionan un buen desarrollo físico y cognitivo.

### **3.4 Población**

La población con la que se va a trabajar este proyecto, es en una de las sedes de la institución educativa agrícola Urabá, llamada brisas del rio está ubicada en el municipio de Chigorodó en el barrio brisas del rio, esta sede trabaja con los estudiantes de básica primaria. Y la institución principal está ubicada en la vereda la rivera kilómetro 3, es una institución de agropecuaria situada en una granja de carácter institucional publica, cuenta con los niveles de escolaridad como lo son preescolar, básica primaria, secundaria y educación media. El Instituto Agrícola Urabá, es una comunidad educativa de carácter oficial y técnica, que promueve la formación de hombres y mujeres críticos, reflexivos, participativos, democráticos, promotores del respeto por la dignidad humana, por los valores éticos, morales, cívicos y religiosos con un alto espíritu de investigación, científico, agropecuario, con sentido de pertenencia, abierto al diálogo y con capacidad de liderar procesos sociales dentro de su comunidad.

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

Su Misión ofrecer una formación integral que permita el desarrollo de competencias para el desempeño personal, social y laboral, respondiendo a las exigencias del contexto. Y su Visión integrar a la sociedad colombiana personas capaces de convivir con sus semejantes y la naturaleza, competentes en conocimientos agropecuarios y en el uso de las tecnologías de la información y la comunicación.

**Figura 2**

*Ubicación sede brisas del rio*

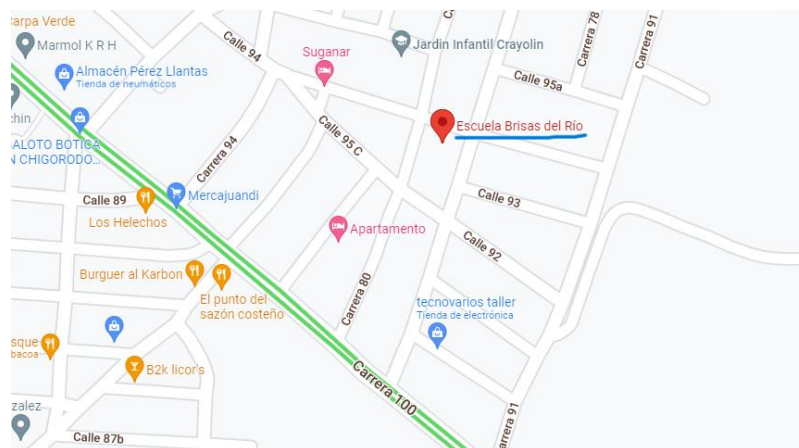


Figura 2: Esta figura fue tomada de google maps

**Tabla 1**

*Población comunidad educativa.*

SUJETO	CANTIDAD
Directivos	6
Administrativos	8
Docentes	86
Estudiantes	2.700

Tabla 1: Elaboración propia.

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

### **3.5 Muestra**

Para este proyecto se escogió trabajar con el grupo transición de OB de la sede Brisas del Rio, este grupo cuenta con 35 estudiantes, que están en las edades de 5 y 6 años los cuales 24 de ellos son niñas y 11 son niños. De acuerdo con los diálogos tenidos con la docente líder del grupo, donde se describen algunas características propias del grupo de estudiantes, permitió que se hiciera una selección de la muestra que representan con objetividad la comunidad educativa.

La docente observa que los niños que no se alimentan bien en sus hogares, porque según los padres no manifiestan tener hambre en casa, pero en el momento de comer en el restaurante escolar se evidencia que se sienten satisfechos y en ocasiones ansioso por ir al comedor, debido a esa mala alimentación manifiesta que llegaban cansados, con sueño y otros que preferiblemente le gustaban más la golosinas eran muy activos a la hora de estar en clase.

Según Vivanco (2005) expone que el muestreo no probalístico “es una técnica de muestreo en la cual el investigador selecciona muestras basadas en un juicio subjetivo en lugar de hacer la selección al azar” (p.90). El proyecto es no probalístico porque los sujetos se extraen de una población específica de manera que podemos observar, teniendo en cuenta que todas las probabilidades no son necesariamente iguales, ya que algunos padres le empacan en sus loncheras una porción de comida saludable a sus pequeños lo que esto le va favoreciendo en su crecimiento y desarrollo tanto físico como e intelectual.

### **3.6 Técnicas e instrumentos para la recolección de la información**

Las técnicas e instrumentos son medios que se emplean para la recolección de información, de este modo la información adquirida sintetiza toda la labor previa de la investigación. También hay que resaltar que cada instrumento se aplicará en un momento específico, con el fin de buscar la información que será útil en dicha investigación.

**Tabla 2**  
*Técnicas e instrumentos*

Técnicas	Definición	Instrumentos	Participantes
<b>Observación</b>	Por esta razón “La observación es cuando para obtener los datos el investigador se incluye en el grupo, hecho o fenómeno observado para conseguir la información desde adentro” (Díaz Sanjuán, 2010, p. 8)	Diario de campo.	Estudiantes
<b>Entrevista abierta</b>	“La entrevista es la técnica con la que el investigador pretende obtener información de una forma oral y personalizada. La información se da en torno a acontecimientos	Cuestionario	Docente

## Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

	vividos y aspectos subjetivos de la persona tales como la situación que se está estudiando” (Tordesilla, 2006, p.6)		
<b>Encuesta</b>	Según Reyes (2015) “La encuesta es una técnica de recogida de datos mediante la aplicación de un cuestionario a una muestra de individuos. A través de las encuestas se pueden conocer las opiniones, las actitudes y los comportamientos de los ciudadanos” (p.3)	Formulario virtual	Padres y cuidadores

Tabla 2: Elaboración propia.

**3.6.1 Observación**

Esta técnica se utilizó para alcanzar el objetivo específico dirigido a los estudiantes que es, evidenciar los problemas escolares que presentan en los niños que no reciben una alimentación

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición adecuada y balanceada de acuerdo a su edad. Ya que observar es un proceso que requiere atención voluntaria e inteligente, orientada por un objetivo terminal o u organizador, y dirigido hacia un objeto con el fin de obtener información. De Ketele, (1984) menciona que:

Hemos caracterizado la observación sistemática como un instrumento indispensable de recogida de informaciones al proceso evaluativo, el lema observar para evaluar mejor, adquiere un significado de gran trascendencia pedagógica: observar para mejorar la enseñanza mediante la adecuación progresiva de las tareas de aprendizaje a los procesos y dificultades de los alumnos. (p.34)

De esta manera podemos decir, que nos hemos caracterizado por descubrir y analizar detalladamente situaciones y comportamientos de los niños del grado preescolar, así como por dejar explícito lo que los participantes dicen desde su contexto. Esta el caso de los niños que llegan al aula de clase desmotivados porque llegan con hambre y que quizás no tienen el ánimo para realizar las actividades necesarias, pudimos ver una docente preocupada y que busca la manera de solucionar esta problemática con la siguiente estrategia llamada comparte con tu amiguito y así esperar el turno de ir al restaurante escolar para que todos sus niños sean beneficiados y vayan al mismo ritmo de aprendizaje.

### **3.6.2 Entrevista abierta**

por autores como Taylor y Bogdan (1987), la entrevista en profundidad debe entenderse como “los reiterados encuentros, cara a cara, entre el investigador y los informantes, encuentros éstos dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas o situaciones, tal como las expresan con sus propias palabra”. (p.27)

La entrevista es una conversación entre dos personas, un entrevistador y un informante, dirigida y registrada por el entrevistador con el propósito de favorecer la producción de un discurso

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición conversacional, continuo y con una cierta línea argumental no fragmentado, segmentado, pre-codificado y cerrado por un cuestionario previo- del entrevistado sobre un tema definido en el marco de una investigación.

Esta técnica nos facilitó la recolección de información, apuntando al objetivo con la docente que era identificar las estrategias de promoción y atención que implementa la docente para el mejoramiento de la alimentación de los estudiantes del grado transición. con el objetivo, Desde luego podemos decir que la entrevista abierta nos ayuda avanzar en nuestra investigación y a medida que esta avanza nuestro conocimiento se va enriqueciendo poco a poco, con la profesora de preescolar tuvimos la oportunidad de aplicar este tipo de entrevista utilizando la técnica de la transcripción por otro lado, ella nos habla desde el contexto que vienen sus niños, en que la mayoría de los casos son niños vulnerables y no tienen por decir así una buena alimentación, mientras que otros niños en sus loncheras llevan golosinas, refrescos y no se observa una alimentación balanceada, que por suerte ella cuenta con el restaurante escolar para aquellos niños de escasos recursos y así de esta manera solventar un poco dicha situación.

### **3.6.3 Encuesta**

A continuación, se puede definir la entrevista, siguiendo a Rodríguez (2016). Como:

Una técnica que utiliza un conjunto de procedimientos estandarizados de investigación mediante los cuales se recoge y analiza una serie de datos de una muestra de casos representativa de una población o universo más amplio, del que se pretende explorar, describir, predecir y/o explicar una serie de características. (p.143)

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

Después de todo nuestra entrevista se hizo con el fin de recolectar datos de la información correspondiente, enfocada en conocer las opiniones de los padres y darle respuesta al objetivo indagar sobre las percepciones de las familias acerca de la alimentación y el estado nutricional de los estudiantes del grado transición.

### 3.7 Procesamiento de la información

Para la entrevista se utilizó la técnica de transcripción, empleándola así para el objetivo identificar las estrategias de promoción y atención que implementa la docente para el mejoramiento de la alimentación de los estudiantes del grado transición. Se escogieron las preguntas más relevantes.

El día 04 de agosto del presente año, se realizó una entrevista tipo abierta con la docente encargada del grupo de transición. La docente es licenciada en primera infancia, con una experiencia de 15 años ejerciendo su profesión; hablando con ella sobre la alimentación de sus estudiantes nos manifestó lo siguiente:

#### **1 pregunta: ¿profe, que piensa usted sobre cómo se alimentan sus estudiantes?**

**E1SL:** *“No es un secreto que un niño mal **alimentado** no aprende igual que un menor **alimentado** adecuadamente, y es difícil yo decirles a los padres que le deben traer a sus hijos en la lonchera. Porque no sé a ciencia cierta cómo está la economía de cada familia. Lo que he visto es que algunos de estudiantes viven en barrios vulnerables y vienen de familia de escasos recursos, lo cual en ocasiones llegan al plantel educativo sin ingerir ningún tipo de **alimentos** y sin una lonchera para comer en horas de descanso”.*



Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

**Pregunta 2: ¿Analizado si el comportamiento del estudiante puede derivarse de la alimentación?**

**E1SL:** “Cuando los niños llegan a la **escuela** sin comida y todavía no es el turno del grupo ir al restaurante y salir a comer la lonchera, algunos de ellos les da mucho sueño y dolor de cabeza y hay otros que son muy groseros y agresivos con los mismos compañeritos”.

**Pregunta 3: ¿Qué estrategia emplea para los estudiantes que no llevan alimentos al colegio?**

**E1SL:** “No puedo mentir y decir que yo los llevo o compro comida, mi primera opción es el restaurante escolar, en el que procuro que a las 8 am, sea el turno del grupo para ir a desayunar para así mitigar el estrés que ocasiona el hambre en mis estudiantes. Y también a la hora de la **lonchera** trato de inculcar el compartir, para que nos estudiantes que tienen **lonchera** compartan con los que no”.

**Pregunta 4: ¿Qué observa, que los padres empacan en la lonchera de los estudiantes?**

**E1SL:** “La verdad es algo que ya he realizado hasta reunión de **padres**, porque en la lonchera lo que la mayoría mandan son gaseosas, papitas y un poco de mecatos como si eso alimentara. Son pocos los **padres** que le traen frutas, jugos naturales o alimentos sanos a los niños y algunos les dan moneda y apenas uno se descuida está el niño con una galleta dulce en la mano”.

**Pregunta 5: ¿ve diferencia en el proceso de aprendizaje de sus estudiantes y los relaciona con la alimentación?**

**E1SL:** “Viendo lo bien si, por que los **niños** que sus padres son muy pendientes y todo y le empacan huevito cosido y frutica. Esos **niños** son muy bien portados y de aprendizaje más fluido, en cambio los que comen en el restaurante, pero en la lonchera traen un poco de dulces son más activos e inquietos, se paran más del puesto y gritan más. Y los **niños** que solo comen en el restaurante por que los

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición  
*padres no les traen nada, en ocasiones son más retraídos y cuando tenemos educación física se cansan muy rápido”.*

**Tabla 3**  
*Tabla de frecuencia*

Objetivos	Categoría	Frecuencia	Recurrencia
1. Identificar las estrategias de promoción y atención que implementa la docente para el mejoramiento de la alimentación de los estudiantes del grado transición.	Estrategias de la docente para la promoción de la buena alimentación.	Alimentos	3
		Escuela	1
2. Indagar sobre las percepciones de las familias acerca de la alimentación y el estado nutricional de los estudiantes del grado transición.	Percepción de las familias sobre la alimentación de los estudiantes.	Padres	2
		Niños	3

## Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

<p><b>3. Evidenciar lo</b></p> <p>problemas escolares que presenta los niños que no reciben una alimentación adecuada y balanceada de acuerdo a su edad.</p>	<p>Alimentación de los estudiantes.</p>	<p>Lonchera</p>	<p>2</p>
--	---	-----------------	----------

Tabla 3: Elaboración propia.

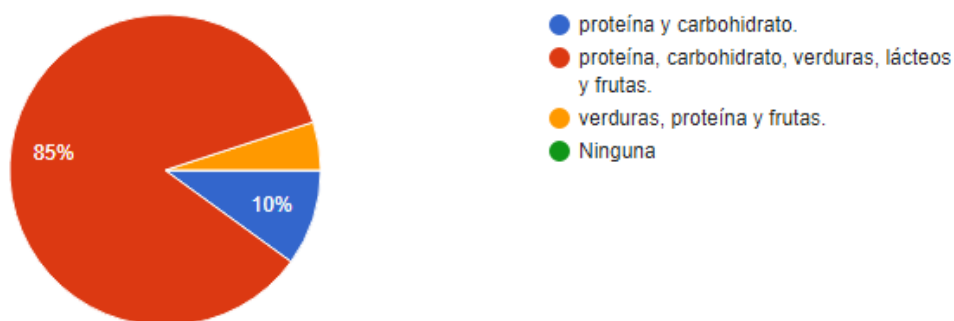
Resultados de la encuesta realizada a los padres de familia del grado preescolar de la institución educativa agrícola de Urabá sede brisas del río.

## Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

**Figura 3***Guía de alimentos*

seleccione la guía de alimentos que usted le provee a sus hijos.

20 respuestas



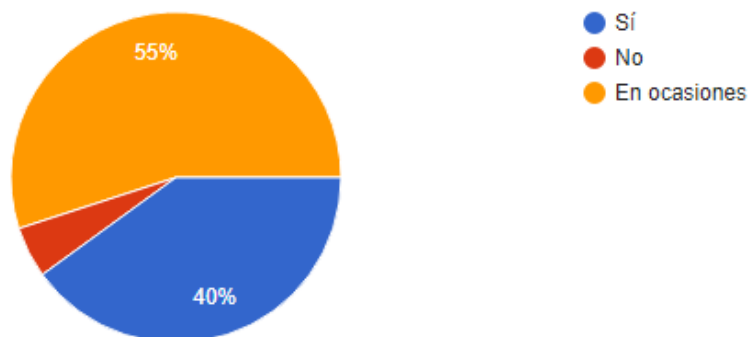
Nota. Según la respuesta dada por 20 padres de familia, el 85% de ellos procura proveerles alimentos variados a sus hijos según lo indica la pirámide de alimentos. El 10% des brinda proteína y carbohidratos, el 5% verdura, proteína y frutas. Es decir que en la actualidad si poseemos de información alimenticia, pero en ocasiones algunos padres no cuentan con recursos para proveerlos.

**Interpretación.** Según lo mencionado anteriormente, hay padres de familia que manifiestan tener información de cómo debe ser la alimentación adecuada, pero cuando vamos a observar la realidad de lo que ellos preparan para las loncheras vemos que es totalmente diferente.

**Figura 4**  
*Preparacion de lonchera*

¿ Le empaca usted, papitas, refrescos, golosinas en la lonchera de su hijo?

20 respuestas



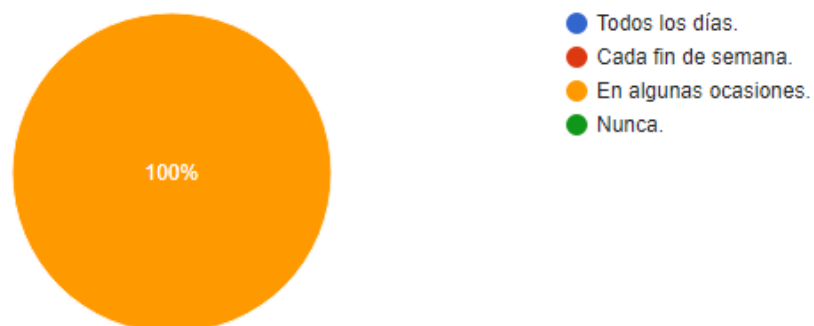
Nota. En esta encuesta las familias expresan que el 55% en ocasiones le despachan golosinas, refrescos y papitas en las loncheras a sus hijos, el 40% si reconocen que empacan embolturas a sus hijos y el 50% manifiesta que no le empaca nada de lo mencionado a sus hijos.

**Interpretacion.** En el afan de creer que las envolturas y refrescos son aperitivos premientes para la hora del recreo de sus hijos, caen en la constumbre y en la desinformacion de lo perjudicial que son para la salud. Haciendo esto que a la hora de comer alimentos proteínicos, no los vean de manera llamativa y les apesca la comida sino que les tengan pereza.

**Figura 5**  
*Comidas rápidas*

¿Con qué frecuencia ustedes y sus hijos comen comidas rápidas?

20 respuestas



Nota. El 100% de los padres, dicen que en ocasiones comen comidas rápidas.

**Interpretación.** Es muy común ver a las familias los fines de semanas o en algunas noches, salir a comer comidas rápidas, convirtiendo ese momento el algo simbólico e importante para los integrantes de la familia. Ya que no todos cuentan con recursos para salir a tomarse una gaseosa con un perro caliente; haciéndose sentir los niños premiados cada que salen a comer a la calle.

**CAPITULO IV****4 Resultados y discusión****4.1 Triangulación y análisis de la información**

**Categoría:** *Estrategias de la docente para la promoción de la buena alimentación.*

Las estrategias plateadas por la docente tienen buena intención sobre la importancia de la alimentación en sus estudiantes, de cómo se alimentan y de que se alimentan. Como lo manifestaba **E1SL:** *“algunos de sus estudiantes no se alimentan bien, lo cual recurre hacer uso del restaurante escolar o en dado caso realizar un compartir con las loncheras de los estudiantes que llevan al colegio”.*

Es por eso que Repullo (2001) llama el momento mágico cuando suena el timbre del recreo:

Aquí los niños se alborotan por la tan esperada hora del descanso, toman su lonchera y corren abrirla como si fuera una caja de sorpresas para contemplar su contenido, pero solo por muy pocos segundos, ya que cuando llega esta hora del día su apetito puede más que cualquier encanto. (p.56)

Observando y analizando cada una de las estrategias que implementa la docente en cuanto a la importancia que tiene la adecuada alimentación a temprana edad. Vemos que, su primera fuente es el restaurante escolar, eso nos quiere decir que ella confía en que el colegio les puede proveer alimentos sanos a sus estudiantes.

Es importante que como docente se implemente estrategias didácticas que enseñen al estudiante en un ente activo en su proceso de formación y de adquisición de hábitos saludables, por

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición este motivo, de su aplicación se obtienen grandes resultados en cualquier contexto educativo y orientaciones básicas.

De esta manera, se involucra al alumno en un proceso denominado aprender a aprender; donde, a través de la coordinación, la comunicación y aplicación de actividades, se dirigen los recursos cognoscitivos para mejorar la adquisición de conocimientos.

***Categoría: Percepción de las familias sobre la alimentación de los estudiantes.***

Por otra parte, la información obtenida de los 35 estudiantes del grado preescolar, 30 tenían una alimentación balanceada de acuerdo a lo que indica la pirámide alimentaria mostrando un buen desempeño tanto físico como cognitivo, ya que demostraban más interés en las actividades planeadas por la docente durante las clases, eran más dinámicos y participativos en las horas del recreo. Por otra parte 5 de los estudiantes no tenían el mismo desempeño debido a que no recibían una alimentación adecuada, mostrando cansancio y sueño durante las clases. Se evidencio también que estos niños no participaban constantemente en las actividades debido a que se desconcentraban y distraían al resto de sus compañeros; y su comportamiento en algunos se tornaban agresivos.

Es por eso que durante el proceso se capacito a los padres de familia en compañía de la docente encargada del grupo para enseñarles y mostrarles la importancia de una buena alimentación y como esta influye en su proceso de enseñanza y aprendizaje.

Después de la capacitación dada a los padres, se logra interpretar que algunas familias de manera inconsciente desconocen el factor tan importante que es la alimentación en la edad inicial. Según la información suministrada por los padres de familia son ellos los que se encargan de realizar las loncheras empacándoles lo que consideran conveniente para sus hijos. **E1SL:** *“comento que en ocasiones*



Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición  
*algunos padres no preparan lonchera porque dicen que al estudiante no le da hambre y se espera hasta el almuerzo”.*

Es por eso que hacemos énfasis en lo que afirma Hernández (2001) que:

Una alimentación equilibrada es aquella donde los padres incluyen una diversidad suficiente de alimentos en las cantidades adecuadas, en función de las características de cada persona y de su estilo de vida (activo, sedentario), y que garantiza que se cubran los requerimientos de energía y nutrientes que cada persona necesita para mantener un buen estado nutritivo, de salud y bienestar. (p.46)

Las conductas alimenticias aprendidas durante la infancia influirán significativamente en el estilo de alimentación que tendrá la persona durante el resto de su vida. Lo que destaca el papel importante que tienen los padres o responsables del cuidado de los niños en instaurar pautas saludables a sus niños. Es importante recalcar que el primer aprendizaje se obtiene desde casa y es en este dónde aprendemos que los alimentos que consumimos determinarán en mayor o menor medida nuestro estado de salud. Ahora bien, los hábitos alimenticios no sólo tienen que ver con el tipo de alimentos ingeridos, sino también con el cómo, cuándo y dónde se come. En definitiva, son costumbres, conductas aprendidas que pueden enseñarse y modificarse.

***Categoría: Alimentación de los estudiantes.***

Después de la información suministrada a los padres de familia, se realizó un seguimiento continuo principalmente a los 5 estudiantes que no recibían una alimentación balanceada, observando un cambio en las loncheras de los niños, este seguimiento se ejecutó mediante la observación de sus

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición actividades y sus logros analizando el avance positivo con un aprendizaje más significativo ya que se veían más motivados a la hora de participar en clase y de hacer sus tareas. esperando aun mediano plazo mejoría en el rendimiento académico. Debido que algunos de los estudiantes se alimentaban de comidas como sopas, carnes, verduras y frutas. Otra cantidad también ingiere papitas con salchicha y salsas, huevos fritos, jugos de refresco en polvo entre otras cosas más. **E1SL:** *“lo que la mayoría mandan son gaseosas, papitas y un poco de mecatos como si eso alimentara. Son pocos los padres que le traen frutas, jugos naturales o alimentos sanos a los niños”*

Es por eso que (Unicef, 2017) también menciona que, “la alimentación en la primera infancia es de gran importancia tanto para un desarrollo cognitivo, tanto físico, mental y emocionalmente” (p.30). hay que saber que la falta compromiso tiene repercusiones a largo plazo, esperando que el proceso de enseñanza y aprendizaje tanto la docente, las familias y los estudiantes adopten buenos hábitos alimenticios.

Si la alimentación en los niños no es la adecuada, el menor podría desarrollar determinadas enfermedades cardiovasculares, o sufrir problemas de sobrepeso. Además, es en edades tempranas cuando los niños adquieren los hábitos alimenticios y las costumbres de la vida diaria que posteriormente serán difíciles de cambiar. Por eso es muy importante establecer desde pequeños tanto una rutina de práctica regular de ejercicio, como unos buenos hábitos nutricionales según la pirámide de los alimentos o recomendaciones médicas para una correcta alimentación infantil.

Los problemas escolares según estudios realizados por Unicef (2017), determinan que los niños que se alimentan mal son propensos a tener problemas de aprendizaje y de actitud, se ven reflejados en agresividad, sueño, falta de concentración y dificultad de comprensión.

Hay que reconocer que un cerebro cansado y con falta de nutrientes, les puede llevar a no realizar un examen con toda la concentración que le es necesaria. El cerebro es un órgano muy sensible que

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición controla las emociones, el pensamiento, la percepción, los estados de ánimo, y la conducta. Esto depende completamente de los nutrientes y energía que le suministra el cuerpo.

## **CAPITULO V**

### **5 Conclusiones y recomendaciones**

#### **5.1 Conclusiones**

Los objetivos planteados para el desarrollo del proyecto se cumplieron con satisfacción, ya que tanto el personal docente como padres de familia y estudiantes mostraron interés y colaboración para la realización y culminación del diagnóstico de los hábitos alimenticios donde se identificó que los 5 niños que presentaban distracción, sueño, desconcentración y agresividad, podría ser a causa de la mala alimentación suministrada por sus padres ya que desconocían como desde su economía como alimentar a sus hijos.

Durante el proceso se llevó a cabo una charla a los padres sobre cómo influye la alimentación en el desempeño escolar y se hizo un seguimiento para observar si ellos ponían en práctica lo aprendido y también se guio el avance académico de los estudiantes y vimos que poco a poco iban mejorando, se veían más motivados y participativos, en las horas del recreo a través del juego compartían más con sus compañeros de clase haciendo esto que sus jornadas escolares fueras mas llamativas.

Toda esta investigación nos permitió conocer hábitos nutricionales de las familias y los estudiantes que conformaron una parte de la muestra del proyecto.

## Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

Los alimentos, en especial los saludables, juegan un papel clave en el desarrollo integral del niño, por lo cual, el practicar buenos hábitos alimenticios debe ser prioridad durante la niñez para prevención de enfermedades, además de dar la oportunidad de que crezcan sanos y fuertes y que estos se mantengan a lo largo de la vida.

Al igual que los problemas escolares como la agresividad, la mala concentración, la falta de comprensión y el sueño, que presentan los niños al no recibir una alimentación adecuada, se pudo observar que una dieta equilibrada, puede influir de manera eficaz en el aprendizaje escolar, siendo esta una fuente de energía para el educando, ya que algunos niños que siguen una dieta equilibrada se muestran muchos más satisfechos con sus deberes y no les cuesta ir a clases, al contrario de aquellos que no lo hacen.

También podemos decir que el bienestar emocional es importante ya que le permite al niño mejorar en la parte cognitiva, la cual determina su capacidad de concentración en clase, estando esta tan ligada con una buena alimentación proporcionada por los padres de familia quienes son los encargados de transmitirle a los pequeños un estilo de vida saludable en su sentido más amplio. Es importante conocer que la alimentación es un factor fundamental que permite a los niños y niñas crecer y desarrollarse saludablemente.

Las costumbres nutricionales adquiridas como los hábitos alimentarios han tenido una evolución en los niños de manera ascendente debido al entorno que rodea al niño, los cuales se forman desde el nacimiento y se desarrolla en la infancia, provocando que exista un desequilibrio en la composición nutricional de los alimentos sino se tiene un debido cuidado por parte de los padres.

## Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

La capacitación a los padres de familia sobre el tema principal del proyecto fue muy importante porque ayudo a los padres, de manera informativa a obtener un mejor conocimiento de las necesidades alimenticias en los niños en esta etapa de desarrollo y crecimiento. Se creó conciencia en los padres de ofrecer a sus hijos una dieta adecuada para un óptimo desarrollo integral. La capacitación influyo de manera positiva, ya que sé que observo por medio de las loncheras lo que enviaban los padres de familia, obteniendo así los resultados esperados.

### **5.2 Recomendaciones**

Implementar capacitaciones desde la escuela de padres con la nutricionista y la psicóloga a través de charlas o talleres sobre una adecuada nutrición a padres de familia, estudiantes y directivos que mejoren el grado de nutrición de los niños y el buen desarrollo físico, intelectual y emocional de los niños; así desaparecerán las comidas chatarras que solo enfermedades traen consigo, afectando directamente a la población estudiantil.

Hacer seguimiento como el que hace el sector salud desde la ruta, para identificar el balance y progreso de cada niño según su edad, talla y peso para hacer procesos de intervención desde la escuela y la familia.

Enseñar y socializar un Manual Nutricional recomendado por MANA, que contribuya al fortalecimiento del desarrollo intelectual de los niños en transición, involucrando tanto a padres de familia, docentes de la Institución y directivos municipales.

Reducir la exposición de alimentos de bajo valor nutricional dentro del establecimiento educativo, Replanteándose bajo guías de la salud y nutrición la tienda escolar. Qué tipo de alimentos exponen y venden allí para que así disminuya el consumo de alimentos que no son provechosos que

Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición pueden conllevar a los estudiantes a sufrir de enfermedades como la obesidad, malestares estomacales, etc.

Mejorar las estrategias que tiene la docente para que sus niños tengan una alimentación balanceada, de manera que las actividades que los niños elaboren en clase sean más sencillas que ellos puedan comprender la importancia de alimentarse sanamente. Preparación de recetas y otras actividades donde puedan palpar y aprender con sus sentidos sobre hábitos de alimentación saludable.

Dentro de este contexto buscamos que nuestro proyecto no solamente se ejecute en el grado de preescolar, sino que sea ampliado a toda la comunidad estudiantil, diseñando así actividades que vayan enfocadas a construir y a mejorar aspectos que influyen en la mala alimentación.

Se pretende que la institución educativa Agrícola de Urabá realice un estudio estadístico de cómo se alimentan la población estudiantil, esto con el fin de intervenir e implementar las actividades y estrategias planeadas que como docentes en formación hemos laborado en dicho proyecto.

Con visión de futuro queremos buscar soluciones o estrategias que apunten a los padres de familia, los cuales no cuentan con los recursos necesarios para poder brindar una adecuada alimentación a sus hijos, por eso insistimos en trabajar con ellos ya que de esta manera se les puede enseñar a cómo gastar los recursos económicos que tienen, e ir poco a poco cambiando el hábito alimentario por uno más sano sin tener que gastar tanto dinero.

### Referencias

- Barrantes, R. (2014). *Investigación, Un camino al conocimiento, Un Enfoque Cualitativo, Cuantitativo y Mixto*. EUNED.
- Blasco Mira, J. E., & Pérez Turpin, J. A. (2007). *Metodologías de investigación en educación física y deportes: ampliando horizontes*. Editorial club universitario. <http://hdl.handle.net/10045/12270>
- Bourges, H. (1988). *Costumbres, prácticas y hábitos alimentarios: deseables e indeseables*. Arch. latinoam. nutr, 766-79. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-88900>
- Carmona-Fonseca, J., & Correa, A. M. (2014). Determinación social de la desnutrición y el retardo sicomotor en preescolares de Urabá (Colombia). Un análisis con la Epidemiología Crítica. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 32(1), 40-51.
- Cortes Cortes, L. C. (2021). La alimentación saludable en los alumnos. *Vida Científica Boletín Científico de la Escuela Preparatoria*. No. 4, 9(17), 9-12.
- Cuadros, C., Vichido, M., Montijo, E., Zárate, F., Cadena, J., Cervantes, R., ... Ramirez, J. (2017). *Actualidades en alimentación complementaria*. Acta Pediatr Mex, 38(3), 182–201. <https://doi.org/10.18233/APM38No3pp182-2011390>
- De cero a siempre. (2011). *Lineamiento Técnico de Alimentación y Nutrición para la Primera Infancia*. <http://www.deceroasiempre.gov.co/QuienesSomos/Documents/4.De-Alimentacion-y-nutricion-para-la-Primera-Infancia.pdf>

## Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

De Colombia, C. P. (1991). *Constitución política de Colombia*. Bogotá, Colombia: Leyer, 1.

<https://pdba.georgetown.edu/Constitutions/Colombia/colombia91.pdf>

De Ketele, J. M. (1984). *Observar para educar*. Madrid: Aprendizaje-Visor.

[http://online.aliat.edu.mx/adistancia/dinamica/U5/lecturas/Observar\\_para\\_educar\\_Observacion\\_y\\_evaluacion\\_en\\_la\\_practica\\_Educativa.pdf](http://online.aliat.edu.mx/adistancia/dinamica/U5/lecturas/Observar_para_educar_Observacion_y_evaluacion_en_la_practica_Educativa.pdf)

Díaz Sanjuán, L. (2010). *La observación*. Departamento de publicaciones. <http://up->

[rid2.up.ac.pa:8080/xmlui/handle/123456789/1502](http://up-rid2.up.ac.pa:8080/xmlui/handle/123456789/1502)

García Rolla, M. (2001). *Alimentación humana: errores y sus consecuencias*. Mundiprensa.

<https://www.mundiprensa.com/catalogo/9788471143006/alimentacion-humana--errores-y-sus-consecuencias->

Hernández Rodríguez, M. (2001). *Alimentación infantil*. Ediciones Díaz de Santos.

[https://books.google.es/books?id=fToZ32nmtjsC&lpg=PP15&ots=FvPq02-89\\_&dq=%20Alimentaci%C3%B3n%20infantil&lr&hl=es&pg=PP15#v=onepage&q=Alimentaci%C3%B3n%20infantil&f=false](https://books.google.es/books?id=fToZ32nmtjsC&lpg=PP15&ots=FvPq02-89_&dq=%20Alimentaci%C3%B3n%20infantil&lr&hl=es&pg=PP15#v=onepage&q=Alimentaci%C3%B3n%20infantil&f=false)

Lewin, K. (1992). La investigación-acción y los problemas de las minorías. AA. VV., La investigación-acción participativa. Inicio y desarrollo, Biblioteca de Educación de Adultos, 6, 13-25.

Ley 1098 de 2006. Por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia. Noviembre 8 de 2006.

[https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley\\_1098\\_2006.htm](https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_1098_2006.htm)



Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

Ley 1355 de 2009. Por medio de la cual se define la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles

asociadas a esta como una prioridad de salud pública y se adoptan medidas para su control, atención y prevención. Octubre 14 de 2009. DO. No. 47502.

[https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley\\_1355\\_2009.htm](https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_1355_2009.htm)

Ley 19140 de 2013. Protección de la salud de la población infantil y adolescente a través de la promoción de

hábitos alimenticios saludables. Noviembre 11 de 2013. <https://www.impo.com.uy/bases/leyes/19140-2013>

Lorenzo. (2004). *Alimentación Sana*. Grupo Anaya Comercial

Luna Caicedo, O., & Ana Isabel, A. (2008). La malnutrición infantil en niños y niñas de 0 a 5 años de edad de los barrios La Cita, El Pite, Don Bosco y Las Brisas en la localidad de Usaqué. *Trabajo de grado. Bogotá: Facultad de Educación Preescolar. Universidad de San Buenaventura.*

Mahan, K. L., & Raymond, J. L. (2017). *Kraus Dietoterapia* (14th ed.). Elsevier Inc.

Mendenson Krause, M. (2006). *Nutrición Y Dietoterapia*. Mc Graw Hill Interamericana.

Montesinos Barrios, R. (2014). *Cómo promover hábitos saludables y el desarrollo socioeducativo en niños y niñas a través del ocio y el tiempo libre*. CEAPA.

<http://www.codajic.org/sites/default/files/sites/www.codajic.org/files/Guia-HabitosSaludablesOcio-CEAPA.pdf>

Morales, M. Casanueva, E. (2001). *Nutrióloga Medica 2da Edición*. Medico Panamericana.

- Ramón, L. (2011). La importancia de la nutrición en los niños de preescolar. *Secretaría de Educación Universidad Pedagógica Nacional. Unidad UPN, 4*. <http://200.23.113.51/pdf/31217.pdf>
- Repullo Picasso, R. (2001). *Nutrición humana y dietética: la alimentación en la salud y en la enfermedad*. Madrid: Marban, 28.
- Reyes, M. P. (2015). La encuesta. *Obtenido de <http://files.sld.cu/bmn/files/2015/01/laencuesta.pdf>*.
- Reyzábal, M. V., & Sanz, A. I. (1995). *Los ejes transversales: aprendizajes para la vida*. Editorial Escuela Española. <http://www.terras.edu.ar/biblioteca/34/34REYZABAL-Maria-SANZ-Ana-Razones-sociopedagogicas.pdf>
- Rodríguez, F. (2016). El análisis de la realidad social: métodos y técnicas de investigación (4ª edición). Manuel García Ferrando, Francisco Alvira, Luis Enrique Alonso y Modesto Escobar (comps.). (Madrid, Alianza Editorial, 2015) Reis. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, núm. 154, abril-junio, 2016, pp. 165-169
- Rovira, C. (2004). Información y documentación digital 2004. *Información y documentación digital 2004*, 0-0.
- Sampieri, R. H. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill México. [https://books.google.es/books?id=5A2QDwAAQBAJ&lpg=PP1&ots=TjWj-UYkE\\_&dq=roberto%20hern%C3%A1ndez%20sampieri&lr&hl=es&pg=PP1#v=onepage&q=roberto%20hern%C3%A1ndez%20sampieri&f=false](https://books.google.es/books?id=5A2QDwAAQBAJ&lpg=PP1&ots=TjWj-UYkE_&dq=roberto%20hern%C3%A1ndez%20sampieri&lr&hl=es&pg=PP1#v=onepage&q=roberto%20hern%C3%A1ndez%20sampieri&f=false)

## Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

Taylor, S. J., & Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación* (Vol. 1). Barcelona:

Paidós.

[http://chamilo.cut.edu.mx:8080/chamilo/courses/MODELOSDEINVESTIGACIONII2019III/document/libro\\_metodo\\_de\\_investigacion.pdf](http://chamilo.cut.edu.mx:8080/chamilo/courses/MODELOSDEINVESTIGACIONII2019III/document/libro_metodo_de_investigacion.pdf)

Torrecilla, J. M. (2006). *La entrevista*. Madrid, España: Universidad Autónoma de Madrid, 1-20.

Unicef. (2017). *Desarrollo de la primera infancia*. Unicef. <https://uni.cf/2KBOLtm>

Unicef. (2010). *Hechos para la vida*. Unicef. [https://books.google.es/books?id=GAFgWda-](https://books.google.es/books?id=GAFgWda-2NMC&lpg=PR18&ots=QlpvxEmozO&dq=unicef%20&lr&hl=es&pg=PR18#v=onepage&q=unicef&f=false)

[2NMC&lpg=PR18&ots=QlpvxEmozO&dq=unicef%20&lr&hl=es&pg=PR18#v=onepage&q=unicef&f=false](https://books.google.es/books?id=GAFgWda-2NMC&lpg=PR18&ots=QlpvxEmozO&dq=unicef%20&lr&hl=es&pg=PR18#v=onepage&q=unicef&f=false)

Vivanco, M. (2005). *Muestreo estadístico. Diseño y aplicaciones*. Editorial Universitaria.

[https://books.google.es/books?id=-](https://books.google.es/books?id=-_gr5I3LbpIC&lpg=PA3&ots=C2dVjw7Iao&dq=es%20aquel%20donde%20se%20conoce%20la%20probabilidad%20de%20cada%20elemento%20para%20indagar%20la%20muestra&lr&hl=es&pg=PP1#v=onepage&q&f=false)

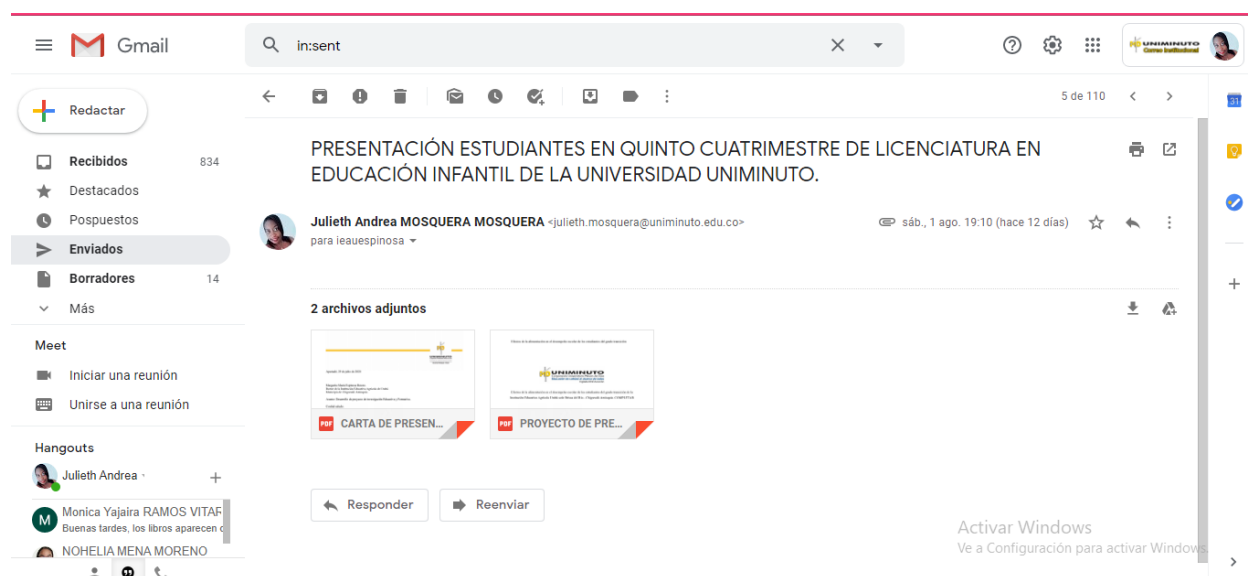
[\\_gr5I3LbpIC&lpg=PA3&ots=C2dVjw7Iao&dq=es%20aquel%20donde%20se%20conoce%20la%20probabilidad%20de%20cada%20elemento%20para%20indagar%20la%20muestra&lr&hl=es&pg=PP1#v=onepage&q&f=false](https://books.google.es/books?id=-_gr5I3LbpIC&lpg=PA3&ots=C2dVjw7Iao&dq=es%20aquel%20donde%20se%20conoce%20la%20probabilidad%20de%20cada%20elemento%20para%20indagar%20la%20muestra&lr&hl=es&pg=PP1#v=onepage&q&f=false)

Yela Caicedo, D. A., & Cifuentes Jaramillo, A. F. (2021). *KASA. La importancia de una alimentación saludable en los niños y niñas de San Juan de Pasto*. D, diseño.

[https://sired.udenar.edu.co/7194/1/K.A.SA\\_David\\_Yela\\_Alex\\_Cifuentes.pdf](https://sired.udenar.edu.co/7194/1/K.A.SA_David_Yela_Alex_Cifuentes.pdf)

## Anexos

## Anexos 1

*Evidencia de la presentación de la propuesta*

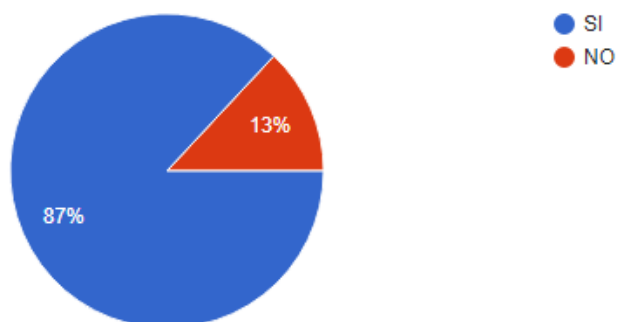
Anexo 1: presentación de la propuesta a la institución educativa agrícola Urabá.

## Anexos 2

*Evidencia consentimiento a padres*

Señor padre, madre o acudiente, está usted de acuerdo que su hijo o acudido participe en el proyecto titulado: Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes del grado transición. Desarrollando actividades como: Juego sobre la alimentación virtual.

23 respuestas



Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

Anexo 2: Consentimiento informado a padres a través de formato de google

### **Anexos 3**

*Evidencia encuesta*

## Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes del grado transición de la Institución Educativa Agrícola Urabá sede Brisas del Rio - Chigorodó Antioquia.

Se les pide por favor que respondan el siguiente cuestionario para conocer su interés en el tema de alimentación y su disponibilidad para participar en el proyecto de investigación.

**\*Obligatorio**

Señor padre, madre o acudiente, está usted de acuerdo que su hijo o acudido participe en el proyecto titulado: Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes del grado transición. Desarrollando actividades como: Juego sobre la alimentación virtual. \*

- SI
- NO

Comprende el concepto de alimentación saludable en la edad preescolar. \*

- SI
- NO
- TAL VEZ

¿Cuántas veces a la semana su hijo consume: pescado, carne de res, pollo, cerdo, queso, huevo, vegetales. \*

- 1 Vez por semana.
- 3 veces por semana.
- Todos los días.
- Nunca.

## Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

¿Con qué frecuencia ustedes y sus hijos comen comidas rápidas? \*

- Todos los días.
  - Cada fin de semana.
  - En algunas ocasiones.
  - Nunca.
- 

¿Le empaca usted, papitas, refrescos, golosinas en la lonchera de su hijo? \*

- Sí
- No
- En ocasiones

seleccione la guía de alimentos que usted le provee a sus hijos. \*

- proteína y carbohidrato.
  - proteína, carbohidrato, verduras, lácteos y frutas.
  - verduras, proteína y frutas.
  - Ninguna
- 

selecciones las casillas requeridas. ¿Que líquidos le da a sus hijos? \*

- Gaseosas
- Agua
- Jugo de frutas
- Chocolista o chocolate
- Lacteos
- Nada

## Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

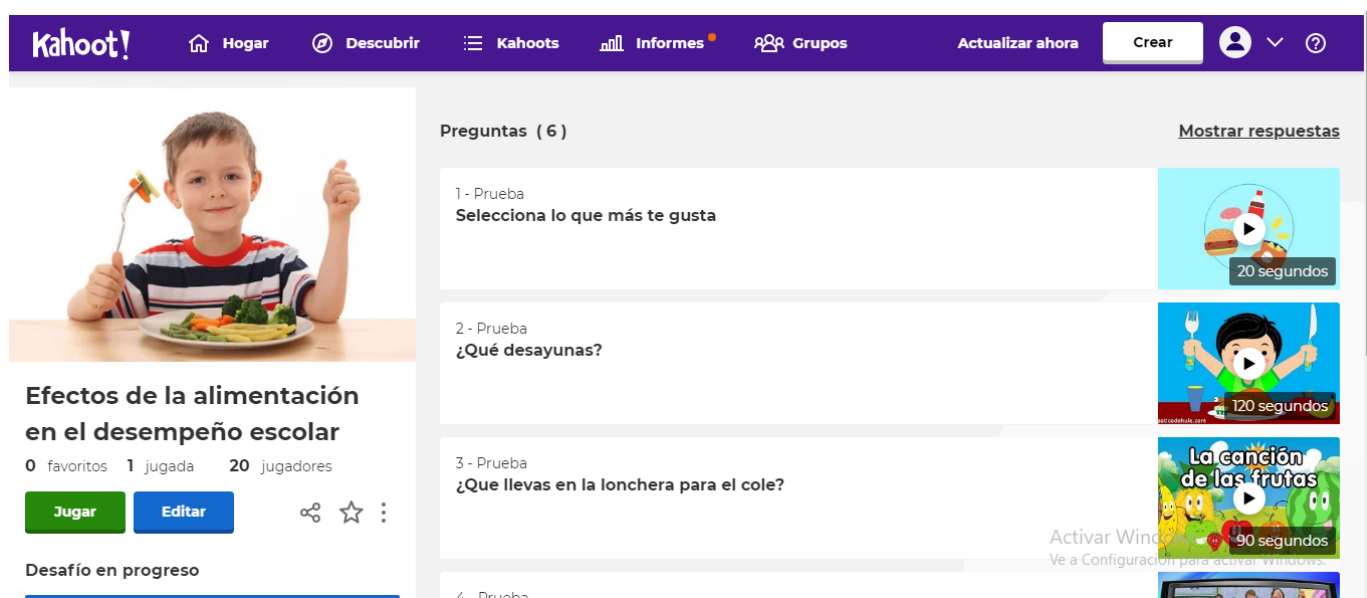
Es usted consiente de la importancia que tiene la adecuada alimentación de sus hijos. \*

- Sí
- No

Anexo 3: Encuesta elaborada en la herramienta de formatos de google.

### Anexos 4

*Evidencia de observación*



The screenshot shows the Kahoot! interface for a quiz titled "Efectos de la alimentación en el desempeño escolar". The quiz is currently in progress, with 1 player and 20 other players. The quiz consists of 6 questions. The first three questions are visible:

- 1 - Prueba  
Selecciona lo que más te gusta
- 2 - Prueba  
¿Qué desayunas?
- 3 - Prueba  
¿Que llevas en la lonchera para el cole?

The interface includes a navigation bar at the top with options like "Hogar", "Descubrir", "Kahoots", "Informes", "Grupos", and "Actualizar ahora". There are also buttons for "Jugar" (Play) and "Editar" (Edit). The quiz is currently in progress, as indicated by the "Desafío en progreso" status.

Anexo 4: Se diseñó un juego en la herramienta de kahoot, con el fin de recolectar información.

**Anexos 5***Formato de entrevista***Cuestionario.**

Las siguientes preguntas guiarán el desarrollo de la conversación en la entrevista.

1. ¿Cuánto tiempo lleva desempeñando esta labor y cuales han sido sus mayores logros?

---

---

---

2. ¿considera importante la alimentación adecuada en la edad inicial?

---

---

---

3. ¿Qué dificultades académicas o comportamentales ha observado en los estudiantes del grado transición, con la alimentación no adecuada?

---

---

---

4. ¿Qué estrategias propone la institución y usted como docente para mitigar el hambre de algunos estudiantes de escasos recursos?

---

---

5. ¿Cómo se vinculan las familias en el proceso de la alimentación adecuada de sus hijos?

---

---

---

Anexo 5: preguntas que se le realizaron a los padres de familia.



## Anexos 6

### consentimiento informado



### UNIMINUTO - REGIONAL URABA

#### LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA INFANTIL

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA ADULTOS

**Título de la investigación:**

---



---



---

**Objetivo de la Investigación:**

---



---



---



---

**Los Investigador/es:**

---



---



---

Serán las únicas personas autorizadas para el **manejo de la información** que se recoja, la cual se realizará de **manera confidencial** y se codificará y cambiará los nombres que aparezcan en la documentación generada. Esta información se utilizará **exclusivamente para fines académicos**. Así mismo se comprometen a no hacer mal uso de la información recogida, del manejo respetuoso del archivo fotográfico y que estos solo serán material de apoyo para el estudio mencionado anteriormente.

He podido hacer preguntas sobre el estudio, he recibido suficiente información y comprendo que mi participación es voluntaria y que puedo retirarme del estudio cuando quiera, sin tener que dar explicaciones y sin que esto perjudique a mí y a mi familia de ninguna forma.

Presto libremente mi conformidad para participar en este proyecto de investigación.

Yo \_\_\_\_\_ con c.c. \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ autorizo a los encargadas de esta investigación para obtener el registro documental durante la(s) actividad(es) realizadas en desarrollo del trabajo durante el tiempo que dure el mismo y programado para el año \_\_\_\_ en el municipio de: \_\_\_\_\_ Atentamente,

Firma \_\_\_\_\_

Documento de identidad No \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

Firmas de los investigadores: \_\_\_\_\_ c.c. \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ c.c. \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ c.c. \_\_\_\_\_

anexo 6: Formato Uniminuto.

## Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

### Anexos 7

Evidencia de la alimentación en el restaurante escolar



## Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición



Efectos de la alimentación en el desempeño escolar de los estudiantes de transición

