

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO

FACULTAD DE EDUCACION

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA



TESIS

**EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN EL
APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DE ESTUDIANTES DEL NIVEL
PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 56008 SAN FELIPE
DE SICUANI – CUSCO - 2024**

PRESENTADO POR:

Br. FREDY CHIRINOS PUMA
Br. ULDERICO FREDY ACHAHUI VARGAS

**PARA OPTAR EL TITULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN EDUCACIÓN: ESPECIALIDAD
EDUCACION PRIMARIA**

ASESOR:

Mgt. FELIX GONZALO GONZALES SURCO

**CUSCO – PERÚ
2025**



Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco

INFORME DE SIMILITUD

(Aprobado por Resolución Nro.CU-321-2025-UNSAAC)

El que suscribe, el Asesor Mst. GONZALES SURCO, FELIX GONZALO
..... quien aplica el software de detección de similitud al
trabajo de investigación/tesis titulada: EDUCACION ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL
EN EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DE ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIO
DE LA INSTITUCION EDUCATIVA N° 56008 SAN FELIPE DE SILVANI -CUSCO-
2024.

Presentado por: Dr. CHIRINOS PUMA FREDY DNI N° 45828176;
presentado por: Dr. ACHANUI VARGAS, ULDERICO FREDY DNI N° 42451947
Para optar el título Profesional/Grado Académico de LICENCIADO EN EDUCACION ESPECIALIDAD EDUCACION PRIMARIA.

Informo que el trabajo de investigación ha sido sometido a revisión por 02 veces, mediante el Software de Similitud, conforme al Art. 6° del **Reglamento para Uso del Sistema Detección de Similitud en la UNSAAC** y de la evaluación de originalidad se tiene un porcentaje de 10%.

Evaluación y acciones del reporte de coincidencia para trabajos de investigación conducentes a grado académico o título profesional, tesis

Porcentaje	Evaluación y Acciones	Marque con una (X)
Del 1 al 10%	No sobrepasa el porcentaje aceptado de similitud.	<u>X</u>
Del 11 al 30 %	Devolver al usuario para las subsanaciones.	
Mayor a 31%	El responsable de la revisión del documento emite un informe al inmediato jerárquico, conforme al reglamento, quien a su vez eleva el informe al Vicerrectorado de Investigación para que tome las acciones correspondientes; Sin perjuicio de las sanciones administrativas que correspondan de acuerdo a Ley.	

Por tanto, en mi condición de Asesor, firmo el presente informe en señal de conformidad y adjunto las primeras páginas del reporte del Sistema de Detección de Similitud.

Cusco, 19 de AGOSTO de 2025

[Firma]
Firma
Post firma [Firma]
Nro. de DNI 23833249
ORCID del Asesor: 000-0002-6873-5543

Se adjunta:

- Reporte generado por el Sistema Antiplagio.
- Enlace del Reporte Generado por el Sistema de Detección de Similitud: oid:

FREDY CHIRINOS PUMA ULDERICO FREDY ACHAH... EDUCACION ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DE ESTUDIANTES DEL NIVEL...

 Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::27259:484621780

136 Páginas

Fecha de entrega

19 ago 2025, 12:42 p.m. GMT-5

31.051 Palabras

174.056 Caracteres

Fecha de descarga

19 ago 2025, 1:24 p.m. GMT-5

Nombre de archivo

TESIS-Ulderico - Fredy.pdf

Tamaño de archivo

1.8 MB

10% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 20 palabras)

Exclusiones

- N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 9%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 6%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

INTRODUCCIÓN

SEÑOR DECANO (e) DE LA FACULTAD DE EDUCACION DE LA UNSAAC SEÑORES CATEDRATICOS MIEMBROS DEL JURADO:

En cumplimiento con lo establecido en el Reglamento de Grados y títulos de la Ley Universitaria N° 30220 y de conformidad con el Reglamento Interno de la Facultad de Educación y Ciencias de la Comunicación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco., se pone a vuestra consideración el presente trabajo de investigación titulado EDUCACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DE ESTUDIANTES DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 56008 SAN FELIPE DE SICUANI – CUSCO - 2024. Con la finalidad de optar al Título Profesional de Licenciados en Educación. El objetivo de la investigación es tener conocimiento de la influencia que ejerce la educación alimentaria para mejorar el aprendizaje significativo en los estudiantes del Nivel Primaria de la Institución Educativa N° 56008 del Cusco. La educación alimentaria y el aprendizaje significativo y son dos variables que se dan de una manera particular en la actividad educativa, y los estudiantes del nivel primaria de la Institución Educativa en estudio no son la excepción de la regla.

En la actualidad todos los hogares del distrito de Sicuani vienen atravesando una crisis económica muy opresiva, ya que por ser un distrito de la Región del Cusco, y como viene sucediendo con todo el país y el mundo, se viene recuperando de los dos años y más en que se ha estado sometida a una recesión obligatoria por la Pandemia del COVID 19 por la que se ha atravesado y que aún se ve el riesgo de una cuarta ola de esta pandemia, por tal motivo no ha permitido a los padres de familia el brindar la alimentación digna y recomendable a sus menores hijos, para que de esa manera estén con las energías necesaria para asimilar los conocimientos que sus profesores les brindan, y poder lograr aprendizajes significativos que les sirva en su largo camino escolar que tienen que aún recorrer. Es este, el motivo que impulsa a realizar el presente trabajo con la única finalidad de hacer un estudio de los problemas que ocasiona el desconocimiento de la preparación de los alimentos adecuados para promover de manera pertinente el aprendizaje significativo, conocimiento que ayudara a los padres de familia de los estudiantes del nivel primaria de la Institución Educativa San Felipe de Sicuani, apoyar los con la preparación de alimentos con productos económicos del lugar. Se ha visto por conveniente estructurar el trabajo en cinco capítulos:

Capítulo I, Denominado Planteamiento del Problema de Investigación contiene: Descripción de la situación problemática, Formulación del problema, Objetivos de la investigación, Justificación del estudio y Limitaciones del estudio

Capítulo II, conformado por el Marco Teórico - Conceptual, en la que destacan: Antecedentes de la investigación, Bases legales y teóricas, así como el Marco conceptual. Capítulo III, dada por la Formulación de Hipótesis y Variables.

Capítulo IV Conocido como la presentación de resultado.

Capítulo IV, Llamado Marco Metodológico que está compuesto por: el Tipo, Nivel, y el Diseño de la investigación, la Población y Muestra de estudio, de igual manera se hace presente las Técnicas e instrumentos de colección y de análisis y tratamiento de datos; y

Capítulo V Finalmente se presenta los resultados de los logros obtenidos contrastados con los supuestos presentados, y se termina este trabajo con la presentación de conclusiones, sugerencias, bibliografía y anexos correspondientes. Para concluir se deja constancia del infinito agradecimiento a la Facultad de Educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco por haberme cobijado en sus aulas y permitido nutrirme de los conocimientos necesarios durante nuestra formación profesional, y a nuestros queridos Catedráticos, a quienes les debo y deberé por siempre una inmensa gratitud, al formarme día tras día con sus sabias enseñanzas y permitirme egresar como un profesional eficaz y eficiente para lograr alcanzar un mejoramiento educacional y estilo de vida de nuestra sociedad local, regional y nacional porque nuestro país así lo requiere y necesita.

FREDY - ULDERICO

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	ii
ÍNDICE	iv
ÍNDICE DE TABLAS	viii
ÍNDICE DE FIGURAS	xi
RESUMEN	xiii

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Área de investigación.....	14
1.2 Área geográfica del trabajo de investigación	14
1.1.1 Reseña histórica de la Ciudad de Sicuani - Provincia de Canchis.	15
1.3 Descripción del problema.....	18
1.4 Formulación del problema de investigación	19
1.4.1 Problema General	19
1.4.2 Problemas Específicos	19
1.5 Objetivos de la investigación.....	20
1.5.1 Objetivo general	20
1.5.1 Objetivos específicos.....	20
1.6 JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA	21
1.6.1 Justificación teórica.	22

1.6.2 Justificación metodológica.....	22
1.6.3 Justificación pedagógica.....	23

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1 Antecedentes del problema	24
2.1.1 Trabajos de carácter internacional:	24
2.1.2 Publicaciones Nacionales:.....	27
2.1.3 Investigaciones Regionales	30
2.2 Bases legales.....	31
2.2.1 Constitución del Perú de 1993.....	31
2.2.2 Capítulo II de los derechos sociales y económicos.	32
2.2.3 Ley general de la educación N° 23384	32
2.3 Bases teóricas	33
2.3.1 Educación.....	33
2.3.2 Educación alimentaria	49
2.3.3. La nutrición	66
2.3.4 Factores condicionantes de la nutrición y alimentación.....	72
2.3.5 Aprendizaje.....	73
2.3.6 El aprendizaje significativo	75
2.3.7 Concepto de aprendizaje significativo	75

2.4 Marco Conceptual	83
----------------------------	----

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1 Formulación de hipótesis	87
3.1.1 Hipótesis General	87
3.1.2 Hipótesis Específicas:.....	87
3.2 Presentación y operacionalización de las variables	88

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 Tipo de investigación	89
4.2 Nivel de investigación	89
4.3 Diseño de la investigación.	89
4.4 Población y muestra.....	89
4.4.1 Población.....	89
4.4.2 Muestra.....	90
4.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.	90
4.6 Técnica de procesamiento de datos.	90

CAPITULO V

ANALISIS Y DISCUSION DE RESULTADOS

5.1 Encuesta a estudiantes.....	91
---------------------------------	----

5.2 Encuesta a padres de familia.....	108
5.3 Prueba de hipótesis	117
CONCLUSIONES.....	121
SUGERENCIAS	122
BIBLIOGRAFIA	123
ANEXOS	126

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Clasificación de los alimentos por su función según Hemmtt Holt	63
Tabla 2 Tamaño de la población	90
Tabla 3 Tamaño de la muestra	90
Tabla 4 Cuál es el estado civil de tus padres.....	91
Tabla 5 Cuántos hermanos tienes?	92
Tabla 5 ¿En tu casa se cocina con?	93
Tabla 7 ¿Qué concepto, tienes, de la nutrición?	94
Tabla 8 ¿Tu profesor (ra) te orienta sobre la nutrición, en tu Institución educativa?	95
Tabla 9 Si el profesor (ra) te da orientación sobre nutrición: ¿cómo lo hace?	96
Tabla 10 ¿Tus compañeros, presentan problemas de comportamiento?	97
Tabla 11 ¿Cuándo, presentan tus compañeros estos problemas de comportamiento?	98
Tabla 12 ¿ Cómo se comunican diariamente tus compañeros, es decir que hablan más?	98
Tabla 13 ¿ Cuántos hermanos tienen tus compañeros?.....	99
Tabla 14 ¿ En qué trabajan los padres, de tus compañeros?	100
Tabla 15 ¿Quién compra los alimentos en la casa de tus compañeros	101
Tabla 16 Los problemas que existen en la casa de tus compañeros, influyen en la formación integral, de ellos?	102
Tabla 17 Los problemas que existen en la casa de tus compañeros, influyen en la	

formación integral, de ellos?	103
Tabla 18 Los problemas que existen en la casa de tus compañeros, influyen en la formación integral, de ellos?	104
Tabla 19 Los problemas que existen en la casa de tus compañeros, influyen en la formación integral, de ellos?	105
Tabla 16 Los problemas que existen en la casa de tus compañeros, influyen en la formación integral, de ellos?	106
Tabla 21 ¿En qué medida, crees tú, que los padres de familia se preocupan por una adecuada nutrición de tus compañeros?	107
Tabla 22 ¿Cuál es, su estado Civil?	108
Tabla 23 La casa que habita con su familia ¿es?	109
Tabla 24 ¿Cuántas veces se sirven los alimentos en casa? Se formula planes y programas para realizar los trabajos.....	110
Tabla 25 ¿Cree usted que el conocimiento sobre la nutrición es importante para preparar mejores alimentos y ayudar a sus hijos a tener una buena formación integral?	111
Tabla 26 ¿Recibe usted, orientación sobre nutrición y/o alimentación?	112
Tabla 27 ¿De ser afirmativa la respuesta anterior, ¿De quién recibe?	113
Tabla 28 ¿Dialoga con el profesor (ra) sobre la adecuada nutrición, que debe recibir su hijo?.....	114
Tabla 29 ¿De qué manera cree usted que influya la nutrición que reciben sus hijos en su formación integral?	115
Tabla 30 ¿Es importante una adecuada nutrición, para la formación integral de sus hijos?	116

Tabla 31 Hipótesis general	117
Tabla 32 Hipótesis específica 1	118
Tabla 33 Hipótesis específica 2	119
Tabla 34 Hipótesis específica 3	120

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Prelatura de Sicuani	15
Figura 2 Infografía de alimentación saludable.	58
Figura 3 Pirámide de la alimentación saludable.	66
Figura 4 Estado civil de los padres	91
Figura 5 Numero de hermanos	92
Figura 6 Que se utiliza para cocinar	93
Figura 7 Conocimiento de la nutrición.	94
Figura 8 Orientación sobre nutrición.....	95
Figura 9 Como se hace la orientación sobre nutrición.....	96
Figura 10 Problemas de comportamiento de estudiantes.....	97
Figura 11 Cuando presentan sus problemas los estudiantes.	98
Figura 12 Comunicación de los estudiantes.	98
Figura 13 Numero de hermanos de los compañeros de estudiantes	99
Figura 14 En que trabajan los padres de los estudiantes	100
Figura 15 Quién hace el mercado de casa de los estudiantes	101
Figura 16 Que problemas existen en casa de los estudiantes	102
Figura 17 Estado emocional de los estudiantes	103
Figura 18 Importancia de la nutrición.....	104
Figura 19 Influencia de la nutrición	105

Figura 20 Responsable de la preparación de alimentos en casa de los estudiantes.....	106
Figura 21 Preocupación de los estudios por los padres de familia	107
Figura 22 Respuesta de los padres de familia sobre su estado civil	108
Figura 23 Propiedad de la casa en que habitan los estudiantes y sus padres ...	109
Figura 24 Número de comidas que se proporciona a los estudiantes	110
Figura 25 Importancia del conocimiento sobre la nutrición por los padres de familia.....	111
Figura 26 Que orientación reciben los padres de familia sobre la nutrición.....	112
Figura 27 De quién reciben las orientaciones sobre nutrición los padres de familia	113
Figura 28 Se preocupa el padre de familia por la orientación de una adecuada nutrición	114
Figura 29 Influencia de la nutrición en la formación integral de los estudiantes .	115
Figura 30 En qué forma es importante una adecuada nutrición	116

RESUMEN

La presente investigación titulada “Educación alimentaria y nutricional en el aprendizaje significativo de estudiantes de primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani - Cusco”, tuvo como objetivo general; diagnosticar de qué manera incide la educación alimentaria y nutricional en el aprendizaje significativo de los estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco.

El tipo de estudio fue Sustantivo con un enfoque cuantitativo de nivel Descriptivo - Explicativo, así como un diseño Descriptivo Causal, se trabajó con una población de 21 profesores y 303 estudiantes del nivel primaria el instrumento usado cuestionarios, llegándose a concluir que: La educación alimentaria y nutricional incide positivamente en el aprendizaje significativo de los estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco, para que tengan conocimiento de la preparación de alimentos balanceados y económicos y que estos se reflejen en un mejor rendimiento académico. con un valor de correlación de 0,759 y un grado de significación bilateral de 0.000. por lo tanto, menor al 0.05 por tanto se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

Palabras clave: Aprendizaje Significativo, Cognición, Educación Alimentaria, Motricidad, Nutrición, Seguridad Alimentaria, Sostenibilidad

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Área de investigación

El presente trabajo de investigación tiene como título Educación alimentaria y nutricional en el aprendizaje significativo en los estudiantes del nivel primaria de la Institución Educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani de la Región Cusco, variables que se hallan relacionadas en forma directa con la actividad educativa. Por lo que el trabajo se halla inmerso en el área Educación Primaria; dentro de la línea de investigación Desarrollo de las capacidades cognitivas, físicas, psicosociales; con el Código EDEP- 159. En concordancia a ello se realizó el diagnostico en cuanto a los tipos de alimentos y la capacidad de beneficios que aportan estos caracterizados por los nutrientes que han de servir a los estudiantes para un verdadero aprendizaje significativo

1.2 Área geográfica del trabajo de investigación

El área geográfica de estudio, es la ciudad de Sicuani, en la que se encuentra localizada la Institución Educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani. La ciudad de Sicuani perteneciente a la provincia de Canchis de la Región del cusco. La ciudad está ubicada entre los 71° 11' y 71° 19' longitud occidental de Greenwich y entre los 14° 24' latitud austral, limitando con la Región de Puno (Molina, 2009). Tiene una extensión superficial aproximadamente de 800 km². La altitud de la ciudad de Sicuani ha sido estudiada por grandes científicos y con diferentes resultados entre por lo que aproximadamente la capital de Canchis tiene 3 567.6 metros sobre el nivel del mar, medida que se hace teniendo como referencia la plaza de armas de la ciudad de Sicuani.

Para una mejor localización de la ciudad de Sicuani tenemos que está se encuentra limitando por el norte con el distrito de San Pablo, por el Sur con el distrito de Marangani, hacia el este limita con la provincia de Carabaya (Puno) y hacia el oeste con la provincia de Canas. Cabe señalar que Sicuani cuenta con 08 distritos.

Figura 1
Prelatura de Sicuani



Nota. Excmo. Mons. Miguel La Fay Bardi, O. Cam. Obispo Prelado de Sicuani.

Mediante la Constitución Apostólica "Universae Ecclesiae" del 10 de enero de 1959, el Papa Juan XXIII segregó de la Arquidiócesis del Cusco, las Provincias civiles de Canchis, Canas, Espinar y Chumbivilcas y con ellas creó la Prelatura de Sicuani, haciéndola sufragánea del Cusco. Titular de la Iglesia Prelaticia es: "La Virgen del Carmen"

1.1.1 Reseña histórica de la Ciudad de Sicuani - Provincia de Canchis.

La ciudad de Sicuani fue creada en el mandato presidencial de Andrés Avelino Cáceres el 4 de noviembre de 1887.

En los siglos XVIII y XIX, en la colonia por necesidades de organización y desarrollo se agruparon ayllus, pueblos y comunidades en lo que hoy es Canchis, Canas, Espinar y formaron el Corregimiento de Tinta. Posteriormente ya en la época Republicana gracias a la gestión de personalidades notables que habitaban en estos territorios y motivados por un auge de organización socioeconómica, se logró que la junta Departamental del Cusco, acordara la creación de la Provincia de Canchis, para lo cual dividieron la provincia de Tinta en dos provincias, la de Canchis y la de Canas, creación que se hizo patente con la Resolución Legislativa del 14 de octubre de 1833.

La nueva provincia tuvo como distritos a San Pablo de Cacha, Pampamarca, Tinta, Checacupe y Sicuani, este último como capital, el mismo que más tarde el 24 de octubre de 1887, fue elevada de Villa a categoría de Ciudad, por ley congresal y promulgada por el ejecutivo el 4 de noviembre del mismo año, estando como presidente Constitucional de la República Andrés A. Cáceres. Se señalaron límites en aquel entonces de la provincia de Canchis, como sigue, por el Norte con Quispicanchis, por el Este con Carabaya y Melgar, por el Sur con Canas y por el Oeste con Chumbivilcas, provincias estas de creación posterior. Los distritos de San Pedro, Combapata, Pitumarca fueron creados posteriormente y anexados a la provincia de Canchis; en el caso de Marangani, este fue creado el 29 de agosto de 1834, perteneciendo a la jurisdicción de Canas, posteriormente fue anexada a la provincia de Canchis. Según Ley del 29 de agosto de 1834 se señala a la Villa de Sicuani como Capital de la Provincia de Canchis.

Canchis, es notable, importante y trascendental, porque en ella se celebró el armisticio (27 de enero de 1782) de los sucesos finales del levantamiento de Túpac Amaru II, entre las tropas de Diego Cristóbal Túpac Amaru y las autoridades españolas; la ceremonia de indulto y amnistía se llevó a cabo en la iglesia de Sicuani en presencia de autoridades, de españoles, criollos, mestizos, cholos e indios; dice así, en el estudio de Daniel Valcárcel, Diego Cristóbal prestó juramento y entregó su espada a Del Valle, mientras el alférez real pasaba sobre la cabeza del rebelde el estandarte español, junto a él se acercaron varios indígenas de diferentes lugares para acogerse a la amnistía y pacto de paz. En Lima el Virrey Jáuregui, publicó un bando sobre la rendición de Sicuani y la total pacificación del sur. El armisticio y la amnistía fueron un engaño por parte de los españoles, y Diego Cristóbal Túpac Amaru fue ejecutado en el Cusco por estos en agosto de 1783.

En Canchis se secundó al gran movimiento revolucionario de 1814, habiendo servido Sicuani y Marangani, de cuartel en más de una ocasión a las tropas de Pumacahua, cuando sus primeras incursiones por esta zona,

consiguiendo el apoyo de todo el vecindario. Sin embargo, existe otra narración de los hechos, puesto que Mateo Pumacahua es justamente apresado por los vecinos de Marangani, y llevado a Sicuani, ya que, a su paso por estas ciudades, rumbo al Collao, paso por la espada a todo aquel que no quiso unirse a él.

Canchis y Sicuani fueron lugar de la muerte del cacique don Mateo Pumacahua, que fue ejecutado en la horca por los españoles en la plaza de Sicuani, el 18 de marzo de 1815, en un cadalso de madera que fue levantado para dicho fin, el cuerpo inerte del rebelde fue descuartizado, siendo su cabeza enviado a Cusco para su exhibición en una picota, las otras partes de su cuerpo a otros lugares para escarmiento de la población, y el brazo derecho quedó suspendido en el Arco que se levantaba en una de las entradas a la plaza de Sicuani. Existe otra narración de esta muerte, entendido en que Pumacahua muere decapitado en el regimiento realista que existía, en el antiguo usno de Manuel Prado, actual Compañía de Bomberos de Sicuani, gritando al morir la frase. ¡Viva el Rey! Según este relato histórico, Pumacahua al asumir su defensa, señala que él se levantó en armas contra el Virrey, entendido en que era el Virrey el que pretendía ser rey en las colonias americanas desconociendo al legítimo Rey, esto ante los problemas en España con la invasión de Napoleón. Por lo cual señala Pumacahua, que habría sido engañado, por los hermanos Angulo. Canchis fue elegida como sede de dos congresos, en 1836 de los delegados de los departamentos del Sur peruano, que resolvieron el establecimiento de la Confederación Perú Boliviana, y en 1827 del Congreso de diputados Regionales. En Canchis, Combapata y Silicua se organizó el numeroso “Batallón Canchis” formado de un contingente sin reservas ni distinciones cuando se suscitaba en 1879 la infausta Guerra del Pacífico, entre Perú, Bolivia y Chile.

La intervención que tuvo en las revoluciones nacionales del 1885 y 1895 (revolución de Piérola contra Cáceres), en las que puso de relieve su altivez, particularmente en la segunda cuya acción de armas de esta región la cual inicio. Sicuani - Canchis. (Wikipedia, 2020)

1.3 Descripción del problema

Al referirnos sobre las variables de estudio del presente trabajo de investigación como es la educación alimentaria y nutricional, así como el aprendizaje significativo dos factores muy importantes en la formación integral de los estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco, se tiene que tener presente en cada momento y de todos los días el cuidado en la ingesta alimentaria y los nutrientes que se les proporciona a los estudiantes, ya que estos tienen por costumbre o por el gusto y placer que siente al alimentarse con comidas no saludables que se venden a las puertas o quioscos de las instituciones educativas que por un momentos les llena y se sienten complacidos con los alimentos ingeridos pero desconocen los estudiantes como han sido procesados y elaborados, cuáles han sido los cuidados de los expendedores de estos alimentos, y si son embolsados cual son las fechas de su vigencia para poderlos consumir, ya que cuando estos productos están cerca de su fecha de caducidad los grandes inversionista rebajan sus precios para ser de fácil adquisición por los menores de edad y algunos padres de familia que no tienen tampoco las experiencias previas y compran estos productos baratos porque con ello ahorran su poco capital que poseen, por lo que es muy importante proporcionar a los estudiantes menores de edad y a los padres de familia nuevos conocimientos sobre los productos alimenticios que deben de adquirir para la alimentación de los estudiantes del nivel primario y sobre todo en el manejo de las comidas que se venden, que cuidado se ha tenido en su preparación, si los productos que se han utilizados son frescos, las aguas requeridas en su cocimiento son salubres, los aceites utilizados en su frituras son las adecuadamente higiénicas y saludables. Por lo tanto, es muy importante como se dijo anteriormente que se debe tener mucho cuidado en los alimentos que se deben de proporcionar a los estudiantes menores de edad, que sean pertinentemente nutritivas de esa manera ayudar a los menores de edad que puedan lograr mejores aprendizajes significativos cuando su consumo alimentario sea el más adecuada. Es de conocimiento general que el desarrollo y crecimiento normal del hombre depende de una adecuada disponibilidad de energía que proporcionan los alimentos y los nutrientes que lo acompañan en el nivel celular, tendiendo presente que la ingesta, el gasto y las pérdidas energéticas mantienen

un equilibrio con la masa y la composición corporal del individuo, de modo que los cambios que en estos últimos ocurren deben asociarse a modificaciones de la ingesta energética.

Pero resulta que los padres de familia no pueden permitirse elaborar las comidas o dietas exigidas por el organismo de los estudiantes del nivel primaria, los cuales se hallan en una actividad orgánica - funcional muy exigida, ya que se encuentran en proceso de desarrollo con las implicancias que estas traen consigo, además se encuentra estudiando, actividad que requiere de una buena alimentación, pero sucede como se dijo líneas anteriores, que los padres de familia en muchos casos se hallan sin trabajo, o la remuneraciones que perciben son muy bajas y no alcanzan para alimentar a sus menores hijos (as) en edad escolar como es debido.

1.4 Formulación del problema de investigación

1.4.1 Problema General

- ¿De qué manera influye la educación alimentaria y nutricional en el aprendizaje significativo de los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco?

1.4.2 Problemas Específicos

- ¿Cuáles son las experiencias previas sobre la educación alimentaria y nutricional que poseen los padres de familia y los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco?

- ¿Cuáles son los nuevos conocimientos que han adquirido los padres de familia respecto a la educación alimentaria y nutricional para mejorar el aprendizaje significativo de los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco?

- ¿Cómo se viene implementando en la educación alimentaria y nutricional en correspondencia entre los nuevos conocimientos y antiguos conocimientos para optimizar el aprendizaje significativo en los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco?

1.5 Objetivos de la investigación

Para la planificación, organización y ejecución del presente trabajo de investigación se han planteado los objetivos siguientes:

1.5.1 Objetivo general

- Establecer la forma de cómo se da la influencia de la educación alimentaria y nutricional en el aprendizaje significativo de los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco

1.5.1 Objetivos específicos

- Precisar cuáles son las experiencias previas sobre la educación alimentaria y nutricional que poseen los padres de familia y los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco.
- Caracterizar cuáles son los nuevos conocimientos que han adquirido los padres de familia respecto a la educación alimentaria y nutricional para mejorar el aprendizaje significativo de los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco
- Diagnosticar cómo se viene implementando la educación alimentaria y nutricional en correspondencia entre los nuevos conocimientos y antiguos conocimientos para optimizar el aprendizaje significativo en los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco.

1.6 JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

El presente trabajo de investigación tiene una gran importancia en el desarrollo bio-físico-psíquico y social de alumnos de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco, teniendo presente que la alimentación es la base en todo este proceso y es muy lamentable cuando un alumno no se haya debidamente alimentado, entonces este presenta un cuadro de bajo rendimiento escolar.

Por supuesto, la alimentación es sólo uno de los factores incidentes ya que no podemos obviar el proceso nutricional la que está unida consecuentemente con los alimentos, siendo en esta medida los más importante, porque cómo puede un alumno desarrollarse sin una buena y adecuada alimentación, justamente para que sé de esta preparación de alimentos debidamente balanceada los profesores deben tener conocimiento de la preparación de los alimentos para de esta forma, transmitir a sus alumnos y por supuesto en charlas hacer lo propio con los padres de familia para que estos tengan base y conocimiento de preparación de alimentos balanceados y sobre todo abaratar los costos de estos alimentos, que ultimadamente vienen subiendo a tal punto que las familias no pueden abastecerse de estos.

No debemos de olvidar que toda investigación es un proceso que consiste en la observación sistematizada de la realidad objetiva para extraer de ella la esencia de una incógnita a través del registro organizado de los fenómenos, espontáneos o provocados, que la integran, interpretarlos dialécticamente y llegar a un resultado que permita la necesidad social.

Es por todo esto que el presente trabajo pretende auscultar la realidad de la situación alimentaria y nutricional de los alumnos del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco, permitiéndonos con esto alcanzar unas sugerencias que sean o sirvan de aporte a la comunidad educativa de la Institución Educativa en estudio con la finalidad que sus estudiantes alcancen una real y objetivo aprendizaje significativo, y que estos más tarde sean un verdadero aporte a las necesidades y dificultades que se presente en nuestra sociedad.

1.6.1 Justificación teórica.

El valor que pretende inculcar en los estudiantes menores de edad y a los padres de familia es difundir nuevos conocimientos alcanzando información valiosa con respecto a la educación alimentaria y nutricional a la comunidad educativa en especial a los estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco.

Asimismo no pueden ingerir cualquier alimento ya sean cocinados o en paquetes que se distribuyen en las puertas y quioscos de la institución educativa sin tener precisión sobre su preparación y cocimiento o las fechas de vigencia para el consumo humano.

Ya que les puede causar dolencias estomacales, intestinales, infecciones de diferentes patologías y que en vez de estar atentos a los conocimientos que sus profesores de alcanza para que alcancen aprendizajes significativos, y sean todo lo contrario ya que un estudiante que se encuentre mal o enfermo no puede estar concentrado para lograr aprendizajes significativos y más por el contrario va a preocupar a las autoridades del plantel, profesores y a sus mismos compañeros.

1.6.2 Justificación metodológica.

Esta justificación viene a estar respaldada y fundamentada por la aplicación de procedimientos e instrumentos científicos que permiten su difusión para alcanzar los cuidados que se necesitan tener en la elaboración y publicación de un trabajo de investigación cuya adherencia a los parámetros rigurosos en la construcción del mismo, teniendo presente la selección adecuada de las bases teóricas que proporcionan un elevado nivel científico proporcionados por sus autores.

La utilización pertinente de los programas estadísticos que facilitan la precisión de sus resultados, habiendo aplicado instrumentos validados por expertos asegurando de esa manera la confiabilidad del estudio (Creswell, 2014).

1.6.3 Justificación pedagógica.

Desde una representación figurativa, la teoría presentada en el presente trabajo de investigación tiene su asidero en la bibliografía citada que la respalda y que indican que la educación alimentaria y nutricional no solo les sirve a los estudiantes dl nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco, que no solamente le sirve para su desarrollo orgánico funcional, sino que también le permitirá optimizar su aprendizaje significativo.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

2.1 Antecedentes del problema

En la revisión bibliográfica se han encontrado varios trabajos relacionados con nuestro tema de investigación, realizado en otros lugares, con muestras de otras características sociales y económicas. Pero hemos visto por conveniente mencionar los siguientes:

2.1.1 Trabajos de carácter internacional:

- La educación alimentaria en las políticas públicas de seguridad alimentaria: de los organismos internacionales al programa nutricional de la Ciudad autónoma de Buenos Aires (1992-2016) Tesis de Maestría de la Universidad de San Andrés publicada por su Autora; Karina Patricia Fins. BB.AA. 2018.

La autora se plantea los problemas de la manera siguiente: ¿Qué concepciones acerca de la enseñanza en nutrición y alimentación subyacen en las políticas de seguridad alimentaria implementadas a nivel nacional?, ¿Qué continuidades y cambios mostraron las recomendaciones de políticas de la EAN frente a las prevalencias de nuevas problemáticas alimentario -nutricionales?, ¿Qué formas asumieron a nivel nacional las recomendaciones de acciones de la EAN formuladas por las agencias internacionales? ¿Sobre la base de que recursos y estrategias educativas el PN abordó la EAN como cuestión de política de seguridad alimentaria? Y ¿Cuáles fueron las acciones en EAN formuladas por el PN para su implementación en el ámbito escolar? A tales interrogantes se planteó los objetivos siguientes: Objetivo General Caracterizar las conceptualizaciones vinculadas a la educación alimentaria y nutricional (EAN) presentes en el diseño del Programa Nacional (PN) implementado en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (CABA) en el periodo 2003 – 2016. Para conocer el modo en que se contextualizan a Nivel local.

Un estudio sobre hábitos alimentarios en maestros en formación en la UNIR. Tesis Doctoral presentada por su autora: María Teresa Mijanos Gurruchaga. En la Universidad Complutense de Madrid – España. 2013. Los objetivos específicos comprendieron: 1. Indagar las conceptualizaciones y recomendaciones en EAN presentes en el diseño de políticas públicas de seguridad alimentaria formuladas por las políticas internacionales durante el periodo de 1992 – 2015, y las estrategias que se derivan de las conceptualizaciones y recomendaciones anteriores y se plantean como sugerencia o recomendaciones a nivel nacional y/o local. 2. Analizar las conceptualizaciones vinculadas a la EAN presentes en las normas, recomendaciones e intervenciones diseñadas desde el Estado Nacional Argentino en el periodo 2002 – 2026. Para conocer los modos que fueron asumiendo a nivel nacional, las recomendaciones formuladas por los organismos internacionales; 3. Analizar las conceptualizaciones vinculada a la EAN que sustentan al programa nacional implementado en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires en el periodo 2003 – 2016 y los componentes educacionales en su estrategia de acción en educación alimentaria y nutricional.

- Patiño Villanueva Tania Isabel en su estudio: **“Nutrición y alimentación en el aprendizaje de los niños y niñas de tercero de primaria del colegio claretiano de Cúcuta”** La autora para su Licenciatura en Pedagogía Infantil de la Facultad de Educación de la Universidad de Pamplona – Colombia 2019. Cifro su interés El presente trabajo centra toda su atención en tres aspectos importantes para el desarrollo de los niños y niñas que se encuentran en edad escolar, para el proceso de investigativo, se analizó diferentes ámbitos enfocados en la formación de estilos de vida saludables en la escuela, por consiguiente los diversos hábitos alimentarios en el cual se encuentra relacionado con mayor frecuencia el escolar para así lograr establecer en los educandos desde temprana edad la importancia de la alimentación y nutrición, para el proceso de aprendizaje significativo de los niños y niñas del centro educativo.

La importancia que tiene el consumo de alimentos nutritivos desde el inicio de sus vidas edades tempranas y esto como puede ayudar fortalecer tanto procesos académicos como habilidades motrices, por esta razón se hace necesario mantener una constante conexión con los padres de familia y docente a cargo del grupo porque ellos son quienes mantienen gran vinculación con los estudiantes tanto en un ambiente personal como social. En este pensamiento la autora formula su pregunta central: ¿Qué hábitos de nutrición y alimentación desarrollan el aprendizaje en los infantes de grado tercero del Colegio Claretiano de Cúcuta? Para conocer su problemática planteada propone el objetivo central: Analizar los hábitos de nutrición y alimentación para el desarrollo del aprendizaje en los niños y niñas de grado tercero del Colegio Claretiano de Cúcuta. Acompañan a este objetivo los siguientes:

1. Identificar los alimentos que consumen a diario los estudiantes de grado tercero del Colegio Claretiano de Cúcuta.
2. Describir los alimentos que proporcionan una alimentación adecuada que permite el funcionamiento en el organismo de los niños de grado tercero del Colegio Claretiano de Cúcuta.
3. Categorizar los alimentos que proporcionan una dieta equilibrada y variada en los niños de grado tercero del Colegio Claretiano de Cúcuta.

El trabajo presenta un tipo de investigación encuadrada dentro del paradigma positivista denominado también paradigma cuantitativo, empírico – analítico definido por Morin (1982) “Como un principio de distinciones, relaciones u oposiciones fundamentales entre algunas nociones matrices que generan y controlan el pensamiento, es decir la constitución de teorías y la producción de los recursos de los miembros de una comunidad científica determinada”. Diseño de investigación se presenta este como: En lo que concierne al diseño de la investigación, según lo expresa (Sabino, 2000) “su objeto es proporcionar un modelo de verificación que permita contrastar hechos con teorías, y su forma es la de una estrategia o plan general que determina las operaciones necesarias para hacerla”. Así mismo, (Balestrini, 2001, p. 131) “Un diseño de Investigación se define como el plan global de investigación que integra de un modo coherente y adecuadamente correcto técnicas de

recogidas de datos a utilizar, análisis previstos y objetivos.” De acuerdo con lo anterior el diseño correspondió al no experimenta, transversal, de campo. En este sentido Según el autor (Martins, 2019, p. 87), “El diseño no experimental es el que se realiza sin manipular en forma deliberada ninguna variable, el investigador no sustituye intencionalmente las variables independientes, se observan los hechos tal y como se presentan en su contexto real y en un tiempo determinado o no, para luego analizarlos. Por lo tanto, en este diseño no se construye una situación específica si no que se observa las que existen”.

Conclusión: Con respecto a los resultados arrojados durante el proceso de indagación se estableció que ambas partes del proceso de estudio categorizan en diferentes rangos de porcentajes sobre la importancia de la nutrición y alimentación para el transcurso del aprendizaje de los niños y niñas en etapa escolar, el profesional en educación en algunas circunstancias le proporcionaba a los estudiantes a través de actividades pedagógicas la importancia de tener correctos hábitos alimentarios con el fin de optimizar procesos académicos, físicos.

2.1.2 Publicaciones Nacionales:

- Conductas obesogénicas y estado nutricional en los adolescentes del 4° grado de educación secundaria de la Institución Educativa “Perú Canadá”, Tumbes, 2020. Trabajo de tesis presentada por su autora: Palmir Coyur Ecce Pinedo, para obtener el título de Licenciada en Nutrición y dietética por la Universidad Nacional de Tumbes. Año 2021. La autora declara en su introducción parte de la problemática que ella viene observando, la obesidad actualmente es uno de los grandes problemas sociales en el mundo, esto se debe a los inadecuados hábitos de alimentación dando lugar a conductas inadecuadas en el contexto biológico y cultural. En la etapa de la adolescencia, las condiciones socioculturales y económicas, influyen en la definición de la personalidad alimenticia; en efecto, esta fase se caracteriza por experimentar cambios físicos, psicológicos, emocionales y sociales. Asimismo, la necesidad alimentaria nutricional aumenta, según el sexo, sus características y las necesidades nutricionales varían

dependiendo del ritmo del crecimiento de la persona, hábitos alimentarios y la actividad física. Por lo expuesto se tiene que la presente investigación tuvo como objetivo general, determinar la relación entre las conductas obesogénicas y el estado nutricional en adolescentes del 4° grado de educación secundaria de la Institución Educativa “Perú Canadá”, Tumbes, 2020. La metodología utilizada fue de enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo – correlacional, diseño no experimental – transversal – prospectivo y microsociológico. La muestra estuvo constituida por 60 adolescentes a quienes se les aplicó un cuestionario y medidas antropométricas respetando las medidas de seguridad establecidas por el gobierno con el fin de prevenir el contagio de la enfermedad Covid-19. Es así que los resultados obtenidos permitieron identificar que el 61.7% de los adolescentes evaluados presentaron conductas obesogénicas y el 38.3% restante no presentó conductas obesogénicas. En el mismo contexto, se identificó en relación al estado nutricional, que el 41.7% de los adolescentes padece de sobrepeso, el 36.7% presenta un peso normal, el 16.6% mostró obesidad y solo un 5% tiene delgadez. Finalmente, se determinó una correlación significativa, positiva y directa entre las variables de estudio al obtener una significación de 0.039 y una correlación de Pearson de 0.379. Es recomendable mejorar la educación nutricional de los adolescentes de la Institución Educativa “Perú – Canadá” que fueron participantes en este estudio.

- El aprendizaje significativo en estudiantes de quinto grado de educación primaria de una Institución educativa Particular en el distrito Carabayllo en Lima. Tesis para optar al título de Licenciado en Educación Primaria, presentado por la autora: Muro Avalos Emily Jennifer, el 2020 en la Universidad Católica Sedes Sapientiae en Lima. Perú 2021.

El estudio tuvo por objetivo identificar la importancia del aprendizaje significativo en el proceso de enseñanza-aprendizaje en estudiantes de quinto grado de educación primaria de una institución educativa particular en el distrito Carabayllo en Lima en 2020. Abarcó tres dimensiones: metodología indagatoria, el rol del docente y las estrategias de aprendizaje.

La metodología elegida fue de enfoque cuantitativo, con alcance transversal y diseño no experimental. Las técnicas e instrumentos fueron la encuesta y el cuestionario. La muestra estuvo conformada por 18 estudiantes del quinto grado de primaria de la institución en mención. Los resultados de este estudio proporcionan información destacada con relación a la importancia del aprendizaje significativo para mejorar los procesos educativos de los estudiantes en el nivel de educación primaria. Al respecto del desarrollo del estudio se consideraron como palabras claves a las siguientes: aprendizaje significativo, metodología indagatoria, rol del docente, estrategias de aprendizaje. Por supuesto que para la ejecución de trabajo se consideraron como primer aspecto la formulación de los problemas a investigar y es así que se fijó como problema central o general lo subsiguiente: El problema general ¿Cuál es la importancia del desarrollo del aprendizaje significativo en los estudiantes de 5to grado de primaria de una institución educativa particular en el distrito Carabayllo en Lima en 2020? Al cual les acompaña los problemas específicos: 1. ¿Cuál es la importancia del aprendizaje significativo respecto a la metodología indagatoria en los estudiantes de 5to grado de primaria de una institución educativa particular en el distrito Carabayllo en Lima en 2020; 2. ¿Cuál es la ventaja del aprendizaje significativo respecto al rol del docente en los estudiantes de 5to grado de primaria de una institución educativa particular en el distrito Carabayllo en Lima en 2020? y 3. ¿Cuáles son las estrategias para lograr un aprendizaje significativo en los estudiantes de 5to grado de primaria de una institución educativa particular en el distrito Carabayllo en Lima en 2020? A tales interrogantes les atañe los objetivos correspondientes, Objetivo general “Describir la importancia del desarrollo del aprendizaje significativo en los estudiantes de 5to grado de primaria de una institución educativa particular en el distrito Carabayllo en Lima en 2020” consecuentemente se acompaña a este objetivo general con los objetivos específicos; 1. Describir el aprendizaje significativo respecto a la metodología indagatoria en los estudiantes de 5to grado de primaria de una institución educativa particular en el distrito Carabayllo en Lima en 2020. 2. Describir las ventajas del aprendizaje significativo respecto al rol del docente en los estudiantes de 5to grado de primaria de una institución

educativa particular en el distrito Carabayllo en Lima en 2020 y 3. Describir las estrategias del aprendizaje significativo en los estudiantes de 5to grado de primaria de una institución educativa particular en el distrito Carabayllo en Lima en 2020.

2.1.3 Investigaciones Regionales

- Tesis "Estudio sobre hábitos y actitudes alimentarias en los distritos de Huancarani y Chinchero" (2017) Trabajo presentad por las Bachilleres: Violeta Calderón y María Tupayachi; con el propósito de optar al título profesional de Licenciadas en Enfermería. Las mencionadas se plantearon para la realización de su trabajo los siguientes objetivos:

- Determinar los hábitos y actitudes alimentarias de los distritos de Chinchero y Huancarani, y orientar de manera el consumo de sus productos alimenticios.
- Examinar y describir el patrón alimenticio de las familias comuneras en general.
- Establecer si el año agrícola se incluye en el patrón alimentario.

Con relación a sus objetivos estas llegaron a las siguientes conclusiones:

- Que es muy limitado el consumo de alimentos de origen animal.
- Que solo el 10.00 % de las familias consumen carne fresca y un porcentaje menos el queso, huevos, leche. Por ello dicen que la alimentación se halla disminuida en su contenido proteico, vitamina A, hierro y calcio.
- Existe alta tasa de desnutrición crónica en los niños menores de seis años de edad.
- La preparación de los alimentos varía muy poco de una familia a otra, por la situación económica de éstas y la poca disponibilidad de otros alimentos.

- **Tesis** " La educación nutricional en los escolares en el distrito de Huanoquite " 2015. Trabajo presentado por los señores Bachilleres: Roberto Vargas Galiano y Hernan Castro Rojas, con la finalidad de optar el Título profesional de Licenciados en Educación. Los mencionados se

plantearon los objetivos siguientes:

- Elevar el nivel alimenticio de la comunidad. Siendo en primera prioridad que los gobiernos y autoridades competentes a esta acción, cualquiera fuera la situación económica reinante.
- Corregir los hábitos alimentarios en virtud de que la mayoría de la población está acostumbrada a patrones de sus antecesores sin tener en cuenta el régimen más apropiado y que ello se debe dar a través de una adecuada educación nutricional.

En concordancia a lo planteado arribaron a las conclusiones siguientes:

- En razón de existir un alto índice de analfabetismo, el desconocimiento sobre el consumo de una alimentación balanceada es casi total.
- La desnutrición es causa de la falta de capacidad productiva.
- Durante los primeros años el niño consume una dieta familiar, pobre en nutrientes y vitaminas, estas deben ser enriquecidas con verduras, frutas, etc.
- Que los factores socio económico y cultural de los padres de familia son causa directa de la existencia de la desnutrición.

2.2 Bases legales

Si hacemos un análisis de las diferentes normas legales de nuestro país, podemos deducir que existe preocupación por la educación de los niños y jóvenes por las autoridades correspondientes y los gobiernos. Al amparo a la educación está dado en diferentes cuerpos legales:

2.2.1 Constitución del Perú de 1993

- En su capítulo IV

Art. N° 06 Señala: “El estado ampara la paternidad responsable y establece como derecho y obligación de los padres de familia la de alimentar, educar y dar protección a los hijos.

Art. N° 21 Reconoce: "La educación y la cultura son consideradas como un deber social de la más alta exigencia de todo gobierno, por ser un derecho inherente a la persona "

Art. N° 23 Plantea: El estado garantiza el derecho a la educación en todos sus niveles y modalidades (1994).

2.2.2 Capítulo II de los derechos sociales y económicos.

Art. N° 13: "La educación tiene como finalidad el desarrollo integral de la persona humana. El Estado reconoce y garantiza la libertad de enseñanza. Los padres de familia tienen el deber de educar a sus hijos y el derecho de escoger los centros de educación y de participar en el proceso educativo.

Art. N° 14º: La educación promueve el conocimiento, el aprendizaje y la práctica de las humanidades, la ciencia, las artes, la educación física y el deporte. Prepara para la vida y el trabajo y fomenta la solidaridad. El estado garantiza la erradicación del analfabetismo, así mismo fomenta la educación bilingüe e intercultural, según las características de cada zona. Preserva las diferentes manifestaciones culturales y lingüísticas del país promueve la integración nacional.

Art. N° 17 Señala: La educación inicial, primaria y secundaria es obligatorias. La Constitución Peruana (1991).

En su art. 21 dice: "El derecho a la Educación y la Cultura es inherente a la persona humana. La Educación tiene como fin al desarrollo integral de la personalidad. Se inspira en los principios de la democracia social. El Estado reconoce y garantiza la libertad de enseñanza.

2.2.3 Ley general de la educación N° 23384

- CAPÍTULO II. Agentes de la educación

Art. N° 06: "En el proceso educativo se integran los esfuerzos de los padres de familia, los educandos, el profesorado, la comunidad y el estado.

Ley N° 23384 (1999).

2.3 Bases teóricas

2.3.1 Educación

La educación es el conjunto de conocimientos, órdenes y métodos por medio de los cuales se ayuda al individuo en el desarrollo y mejora de las facultades intelectuales, morales y físicas. La educación no crea facultades en el educando, sino que coopera en su desenvolvimiento y precisión (Ausubel y Colbs., 1990).

Es el proceso por el cual el hombre se forma y define como persona. La palabra educar viene de educere, que significa sacar afuera.

Aparte de su concepto universal, la educación reviste características especiales según sean los rasgos peculiares del individuo y de la sociedad.

Así tenemos a: Gorostiaga (1995), Delors (1996) y Rugarcía (1996a) le apuestan a la educación como la esperanza de un pueblo para su desarrollo a largo plazo mediante la formación de personas

En la situación actual, de una mayor libertad y soledad del hombre y de una acumulación de posibilidades y riesgos en la sociedad, se deriva que la Educación debe ser exigente, desde el punto de vista que el sujeto debe poner más de su parte para aprender y desarrollar todo su potencial.

Pero también se tiene que muchos entendidos declaran que prácticamente todo el sector público educativo anuncia que las escuelas y universidades deben seguir los designios de los oráculos de la sociedad, cfr. BUAP (1996); aunque hay sus excepciones como Arizmendi (1986) y Rugarcía (1996) quienes plantean que lo mejor que puede hacer una institución por su sociedad es darle hombres educados. Por tanto, visto de un punto de vista más general la educación pasa a ser una actividad provocada, motivada, sostenida y guiada hacia objetivos valiosos, como es el desarrollo de habilidades básicas de comunicación, así como: el hábito

de lectura, la expresión verbal y otros casos que enmarcan a la educación hacia el logro de metas específicas para el desarrollo del ser humano. En la que el maestro no debe confundir que, ayudar no es sustituir; estimular no es imponer y guiar no es manipular; él tiene que poseer la habilidad de actuar solo cuando es necesario, es decir potenciar la capacidad e iniciativa del alumno para que cada vez vaya siendo capaz de actuar por sí mismos: "Proceso que posibilita el despertar, desarrollar y fortificar las facultades del ser humano, colocándolo en aptitud y capacidad cada vez mayor de valerse en cualquier entorno o ambiente natural, social, cultural etc."

2.3.1.1 Concepto de educación

Tanto desde el punto de vista etimológico como del semántico, es difícil plantearse el significado actual de "educación. Llega uno incluso a interrogarse acerca de si efectivamente exista uno, dado que se ofrecen muchos y diversos. No se trata de significados excluyentes unos de otros, puesto que en ocasiones se intersecan en parte cuando menos, es posible que el problema se halla en la frondosidad del árbol que se enraíza en la esencia del hombre, que se alimenta de la savia filosófica y que se ha ramificado semánticamente a través del tiempo. Sea cual fuera la causa, lo real es que existe una gran confusión acerca del concepto que se tiene de educación.

Así, tenemos, a Guedes, (1984) quien expone:

"La Educación es una manifestación real y como tal está insertada en el espacio y en el tiempo. La Educación se desenvuelve temporalmente, responde a una secuencia, a una dinámica y por lo tanto, tiene temporalidad, lo que equivale a decir que está correspondencia con la evolución y los cambios que se operan en las culturas en las distintas épocas y según determinados ámbitos físicos, políticos y geográficos"

Y Rivera Palomino indica que:

"La Educación es un proceso social e histórica que se da en una

sociedad determinada - Formación socio-económica en períodos o momentos históricos determinados... La Educación no es un proceso aislado e independiente de los demás procesos socio-económicos, ideológicos, políticos que la determinan, condicionan e influyen sobre ella" (Rivera Palomino, 1984).

La cita precedente nos hace reflexionar en las ondas connotaciones ideológicos y políticos que tiene la educación, y ello permite que efectivamente las clases sociales siempre estén en constante pugna por el dominio y control de uno de los aparatos más importantes del Estado y la sociedad, cuál es la educación.

Capella en su libro Educación un Enfoque Integral manifiesta que:

"La Educación es un proceso de emancipación mediante el cual los sujetos y los pueblos dejan de ser meros individuos para convertirse en agentes de su propio destino, gracias a su capacidad transformadora... Educar es liberar. El mundo es el lugar donde los seres humanos se hacen hombres por su acción liberadora. Y esta acción es posible porque el hombre es una conciencia orientada al mundo, reflexiva y trascendente" CAPELLA RIERA, Jorge: (1,989)

En realidad, como podemos apreciar estos conceptos tienen connotaciones científicas, toda vez, se extrae o se abstrae de la propia realidad y además es una sistematización de los que sucede en la vida diaria de la educación.

Los conceptos de Capella y Guedez, también coinciden con la de Rivera Palomino, es por ello que para nosotros la Educación es un proceso histórico-social e ideológico, que se preocupa por el desarrollo integral del hombre en todos sus aspectos.

2.3.1.2 La educación como proceso individual y social

La visualización del fenómeno de la educación en su doble faceta individual y social adquiere especial validez en el proceso de la educación

permanente.

Si bien, siempre se ha considerado la educación como proceso permanente, con sustento en el hecho de que el individuo debe aprender desde su nacimiento, en su conceptualización actual, el término procede de la práctica de educación de adultos, donde surgió como forma de responder a una demanda creciente de la educación en ese campo. No obstante, hoy ha superado las fronteras de Educación de Adultos y se aplica como principio organizador del proceso educativo en general.

Cuando se habla de educación permanente no se alude ni a un sistema ni a un sector educativo, ni se trata tampoco de una corriente o una tendencia educativa, sino más bien se hace referencia a un principio en el cual se funda la organización global de su sistema educativo. Así, el concepto de educación permanente se extiende a todos los aspectos del hecho educativo.

Desde la perspectiva de la educación permanente, el proceso educativo no se limita a la institución escolar ni se circunscribe a una etapa de la vida correspondiente al período de la escolaridad, por el contrario, se extiende durante toda la vida. Este principio aspira a la formación integral del individuo dentro de la sociedad.

En el momento actual, en que el crecimiento del volumen de conocimientos y su caducidad es cada vez más rápido, adquiere especial pertinencia el concepto de educación permanente, pues el individuo se ve obligado a renovar su saber constantemente, aprovechando todos los espacios y momentos para enriquecerse en el plano de la cultura general y en el de la competencia profesional a lo largo de toda su existencia.

Con sustento en el principio de educación permanente, el proceso educativo asume características particulares cuyo análisis permite comprender sus alcances, especialmente a la doble dimensión individual y social de la educación. Entre estas características se destacan las siguientes:

Se amplía el concepto y el papel de la educación y se ve como un proceso que abarca tanto las acciones que se cumplen en el ámbito escolar como las que se realizan en la familia y la comunidad. La educación como proceso permanente se encuentra profundamente asociada a la vida de los individuos, en la perspectiva personal y social. Así debe prepararlo para el desenvolvimiento individual, para el trabajo y la integración social.

La educación debe preparar a cada individuo para el conjunto de responsabilidades que debe asumir en su existencia, como ser autónomo, miembro de una familia y de una comunidad, como ciudadano y productor.

La educación como proceso permanente debe ser diversificada, adaptándose a las características del aprendizaje, a las condiciones socioeconómicas, a los intereses y expectativas de cada grupo de edad, apoyándose en una base común lo más amplia posible e inspirándose en objetivos comunes.

La educación permanente exige utilizar de manera complementaria y coherente los recursos de la institución educativa y los recursos educativos extraescolares con que cuenta la comunidad. La concepción de educación permanente implica la visión integral del sistema educativo, en el cual todos los elementos se complementan entre sí.

Dentro del concepto de educación permanente son esenciales la formación de actitudes y valores y el desarrollo de aptitudes incluidas la aptitud para aprender. La educación permanente tiende a reconciliar los intereses individuales con los de la colectividad.

En la perspectiva de la educación permanente, la educación debe tener en cuenta el cambio y preparar para el cambio. La educación permanente tiende a disminuir las diferencias de nivel intelectual, cultural y económico entre los hombres a la vez que se esfuerzan por valorizar el potencial de cada cual, estimulando en él una visión más justa de su propio valor.

La apertura es una característica fundamental de la educación permanente, por ello va destinada a todos los hombres de todas las edades. La educación permanente se esfuerza en alcanzar un equilibrio entre los ideales y necesidades inmediatas del individuo y de la sociedad.

La educación permanente requiere una nueva relación educador-educando, de acuerdo con la cual, en un proceso de interacción recíproca ambos aprenden al intercambiar sus experiencias. Como se puede desprender de la caracterización anterior, la concepción de educación permanente llena ampliamente las expectativas que genera el hecho de concebir la educación como proceso individual y social a la vez; puesto que esta se concibe como proceso continuo de interrelación entre los individuos y entre ellos y el medio social. Esto es, no se visualiza al estudiante alejado de su entorno sino inmerso en él, vivenciando un proceso constante de superación individual y social.

En esta perspectiva, la educación debe ayudar al individuo a desarrollar sus propias potencialidades y a comprender su situación en un medio de constante cambio. En relación con este último aspecto, en una sociedad democrática debe promoverse que el individuo sea sujeto de cambio y no solo objeto. Es decir, debe preparársele para que sea él, quién prevea y oriente ese cambio controlándolo y contribuyendo por lo tanto al progreso de la sociedad a la que pertenece y desde luego a la construcción de su propio destino.

En la actualidad, se hace impostergable que la escuela asuma el principio de la educación permanente. En este sentido, vale reflexionar sobre el hecho de que la adquisición de conocimientos, la formación de valores y actitudes y el desarrollo de habilidades y destrezas se realizan, cada vez con mayor frecuencia, fuera de la escuela, básicamente como consecuencia de la influencia sin precedentes que están tomando los medios de comunicación masiva.

Lo anterior obliga a los docentes a no concebir su tarea pedagógica como un hecho circunscrito a las cuatro paredes de una institución

educativa; por el contrario, deben afrontarla desde el principio de la educación permanente. Así, debe tener presente que el alumno se incorpora a la vida escolar con una experiencia personal, familiar y social previa, en la que han vivenciado experiencias de aprendizaje y que sigue ejerciendo influencia en él puesto que. Simultáneamente a la experiencia escolarizada, él continúa ese proceso de desarrollo en el grupo familiar y social. Así mismo, debe considerar el hecho de que, una vez concluido el proceso escolarizado, formal, el individuo debe continuar su educación por lo que la escuela lo debe preparar de manera adecuada para que puede seguir con éxito ese proceso permanente de educación.

2.3.1.3 Fenómeno social

Es claro que sin vida no podría haberse constituido lo que denominamos mundo Histórico – Social que viene a ser el conjunto de acontecimientos y productos humano. Por lo tanto, el mundo social es artificial, pero con una realidad.

- El mundo Histórico – social: Es un conjunto de artificialidades creadas y practicadas por el hombre pero que adquieren realidad indiscutible que se nos impone aprisiona y condiciona nuestras acciones siendo artificial este mundo, pero objetivo.

Esta realidad que llámanos Lo Social proviene de dos fuentes:

- La Capacidad creadora del hombre. Lo que diferencia al hombre de los animales

- El Quehacer social o acción social. Todas las características que posee el ser humano. Por lo tanto, la acción y creación determina la formación de un estilo de vida que llamamos Lo Social. La acción Humana origina dos tipos de vinculaciones fundamentales.

- La Relación del hombre con la naturaleza, para apropiarse de ella utilizándola y transformándola en su beneficio

- La Relación del hombre con el hombre:

- **Las relaciones Asociativas:** que producen cooperación ayuda, etc.
- **Las Relaciones Disociativas:** que revelan competencia oposición, etc.

Por tanto, el hombre con las cosas y las del hombre con el hombre constituyen los fenómenos sociales, esto significa que todo fenómeno social es un acto humano o acción humana.

Para que un acto humano sea calificado como social debe darse con los demás hombres por que un comportamiento en soledad no tiene significación social

En conclusión, la condición para que un acto humano sea considerado como fenómeno social es que se encuentre condicionado por y a su vez condicionando al comportamiento de los demás

Sobre la base de las vinculaciones antes referidas; o sea las del hombre con las cosas y las de hombre con el hombre, se constituyen todos los fenómenos sociales que se dan en el acontecer histórico y que poseen carácter más complejo. Por ejemplo, la familia, el grupo de juego, el partido político, la nación, al sindicato, el estado.

Esto significa que todo fenómeno social es un acto humano (acción) o u producto de dicho acto. Por ejemplo, la explotación del hombre por el hombre, la lucha de clases y el conflicto en general, son acciones humanas. Del mismo modo, una obra de arte, como una escultura, una pintura, etc., o una herramienta o arma, son productos de acciones humanas. Igualmente, una costumbre no es sino un conjunto reiterado de acciones humanas regularmente ejecutadas, y un sistema de filosofía es el resultado del acto de meditar sobre cuestiones trascendentales de la vida y del mundo, planteadas con motivo de la convivencia con los demás hombres.

Existen, sin embargo, ciertas condiciones para que un acto humano sea calificado como social. Es evidente que un comportamiento en soledad no tiene significación social, lo que quiere decir que para considerar a un acto humano (acción) como fenómeno social típico tiene que estar referido a los demás hombres que se encuentren dentro de la situación en que ejecute dicha conducta (Weber, 1974).

Veamos un ejemplo. Supongamos que me encuentro a solas en una habitación totalmente cerrada. Puedo comportarme con entera libertad, estar calzado o descalzo, según me plazca. Mis acciones, en consecuencia, estar referidas a mí mismo. Si me encontrara dentro de la habitación con un animal interior, un caballo, seguiría conduciéndome enteramente libre, sin más cuidado que las lesiones que pudiera sufrir por acto del referido animal. Por lo tanto, si me fuera necesario, podría hasta darle muerte. Pero imaginemos que ingrese a la habitación otra persona. De inmediato me pongo en alerta porque se trata de un mensaje que piensa igual que yo y su opinión me interesa sobremanera. El caballo, que hasta entonces me había acompañado, no opina y si lo hicieren sus opiniones no me interesan. En cambio, la persona que acaba ingresar si me importa, en cuanto puede ser amiga o enemiga, y en tanto tenga que formarse una idea favorable o desfavorable de mí, etc. Por ello debo comportarme de otra manera. Ya no puedo estar calzado o descalzo según mi propia comodidad, sino que debo adecuar mi conducta a la presencia de la otra persona, o sea que mis acciones deben estar condicionadas por la simple presencia de los demás, a quienes debo mencionarlos en forma expresa o tácita en mi comportamiento. Esta referencia a los otros, es decir, a la sociedad que me rodea, es el factor condicionante para convertir una acción humana en fenómeno social.

Adviértase que mi quehacer ha quedado limitado por la simple presencia del otro (alter), pero hay que tener en cuenta que el alter también experimenta el mismo efecto frente a mí, por lo que existe un recíproco condicionamiento de conductas que es las características de lo social.

Por lo tanto, lo social existe ahí donde varios individuos entran en

acción recíproca que puede producirse por determinados fines. Instintos eróticos, religiosos o simplemente sociales, fines de defensa o ataque, de juego o adquisición, de ayuda o enseñanza e infinitos otros, que hacen que el hombre se ponga en convivencia, en acción conjunta, en correlación de circunstancias con otros hombres; es decir que ejerza influencia sobre ellos y a su vez la reciba de ellos (Simmel, 1979).

En resumen, la condición para que un acto humano sea considerado como fenómeno social es que se encuentre condicionado, y a su vez condicionando, el comportamiento de los demás. Vale decir, para hablar en el lenguaje de Simmel, que se convierta en “acción recíproca”.

2.3.1.4 Las características del fenómeno social

El fenómeno social, por el hecho de provenir de actos humanos, o sea por estar constituido por la acción creadora del hombre condicionada por la presencia de los demás, posee las siguientes características:

a) Intencionalidad.

Es decir, toda acción social posee una motivación que se origina en el deseo de satisfacer las necesidades biológicas y sociales del individuo, y una orientación hacia estados futuros o metas que trata de alcanzar.

El ser humano se encuentra colocado dentro de una situación en donde se halla a otras personas a objetos físicos y a objetos culturales (normas de conducta y utensilios, artefactos, etc.). En su situación cada actor está motivado por la evasión de las de privaciones y el deseo de obtener gratificaciones o ventajas. Esta motivación fundamental orienta su acción hacia estados futuros o hacia el logro de fines, de tal suerte que puede decirse que todo quehacer humano está teleológicamente condicionado.

Hemos visto que el finalismo es una propiedad de todo ser vivo, cualesquiera que fuera la escala biológica a que pertenezca, por lo que no es nada raro que las configuraciones humanas también la posean. Las

personas, en sus actos, siempre están, de manera consciente o inconsciente, orientadas por la idea del futuro. Se estudia para lograr algunas metas, se trabaja para conseguir ciertos propósitos, se conspira para transformar una situación en cierto plazo, etc., es decir que la presencia de algún fin, próximo o lejano, está siempre orientado nuestro quehacer (Talcott, 1982)

Muchas teorías sociológicas y para sociológicas se apoyan en esta característica para intentar explicar ciertos aspectos de la relación social. Quizá uno de los ejemplos más importantes sea la filosofía de la historia de Hegel quien atribuye a la sociedad una dirección hacia el futuro, teológicamente orientada, cual es el logro de la libertad plena, toda la historia sería, para Hegel, un largo camino recorrido por la humanidad siguiendo el sendero trazado por el destino para alcanzar un estado de libertad absoluta. En igual sentido opina Carlos Marx, solo que, en su caso, el destino de la historia sería la implantación del comunismo como sistema económico final.

b) Significación.

Los actos humanos, a diferencia de los hechos de la naturaleza, están preñados de sentido, cuyo significado es preciso desentrañar y comprender. Por ejemplo, la mirada de comprensión, de indiferencia u odio solo puede captarse mediante un proceso de intelección comprensiva, porque posee una significación que escapa a todo procedimiento propio de los fenómenos sociales.

Así como todos los días nos esforzamos por encontrar o encubrir el significado de los actos y comportamientos de quienes nos rodean, así también se piensa que las ciencias sociales tienen como tarea fundamental el desentrañar el sentido y significado de los fenómenos sociales.

Esta significación proviene de la propiedad naturaleza humana, que según Dilthey (1944) se origina en aquel mundo infinitamente profundo que constituye nuestra interioridad psíquica y que aflora en la historia como

algo inaccesible a los sentidos y únicamente vivible. En la vida, dice Dilthey, se presentan significaciones de las cuales la naturaleza nada sabe. La pieza musical, el lienzo de un cuadro, la audiencia para sentenciar, la prisión donde se cumple una sentencia recibe su “sentido y significado”. Los objetos de la naturaleza, considerados en sí mismo, no son ni buenos ni malos, ni hermosos ni feos, ni importantes ni despreciables, sino que simplemente existen. Por el contrario, los hechos del mundo social poseen sentido y significado porque están orientados por valores y por fines, que no se presentan en la naturaleza, y que no son directamente accesibles a nuestros sentidos, por lo que debemos de valernos de la intuición para entenderlos y comprenderlos (Dilthey, 1944).

Los objetivos del mundo físico pueden adquirir significación solo en el caso que sirvan de medios o de fines para el hombre y, por ser tales resultan iluminados por el quehacer humano. Solo así podemos considerar como útil o inútil una piedra, valor que es una proyección de lo humano sobre la naturaleza. Quitemos esta proyección y la piedra solo tendrá existencia más no valor alguno.

c) Esta socialmente determinado.

Hemos dicho que además de actos humanos, los fenómenos sociales provienen también de la relación que entablan los hombres con las cosas y con los demás hombres, circunstancia que concede otra característica importante: la determinación

Para comprender mejor el concepto de determinismo debemos confrontarlo con el de libre albedrío. Si aceptamos que la intencionalidad humana se diferencia de la vital en que es consciente y voluntaria, estaremos en condiciones de plantear con propiedad el tema de libertad. Es verdad que los psicólogos reconocen la existencia de comportamientos que obedecen a intencionalidades inconscientes, o mejor dicho cuya motivación verdadera no nos es conocida. Pero esto no quiere decir que no haya otro enorme conjunto de conductas conscientes y cuya motivación es plenamente conocida por el actor. Esta intencionalidad y acción voluntarias

se conoce como libre albedrío. El libre albedrío es un problema que ha preocupado a filósofos desde los tiempos antiguos; y podemos clasificarlos en dos grupos, de acuerdo a su concepto de libertad:

- Quienes piensan que el hombre goza de libertad absoluta, o sea que sus actos son incondicionados y que posee capacidad de obrar incluso en contra de los dictados de la razón. Sin embargo, estos filósofos oponen este concepto de libre albedrío al de libertad, que consiste en ejecutar actos de acuerdo a la razón y moral.

- Quienes creen que la voluntad del hombre nunca es enteramente libre, sino que está condicionada por una serie de factores derivados del medio ambiente histórico-social y de los antecedentes personales del individuo. Se trata, en este caso, de una libertad relativa porque, de todas maneras, el hombre posee conciencia de que debe elegir entre dos actos posibles: obrar o abstenerse. Consiste, en verdad, de una toma de decisiones que depende exclusivamente de la voluntad del actor, pero que a la vez es una selección entre alternativas respecto de lo que son o significan para el actor los objetivos de la situación social en que se encuentra.

Esta capacidad de elegir, de autodeterminarse, es irreductible, aunque sobre ella actúen una serie de condicionantes sociales y psíquicos que la limitan y conviertan en una libertad relativa.

Trasladando el problema de la libertad, como característica de todo acto humano (sea absoluta o relativa), al terreno social, debemos preguntarnos si, en nuestra calidad de actores sociales, nos es posible actuar con entera libertad o si nuestras acciones están predeterminadas por ciertos condicionantes. Para hallar una respuesta hay que recordar que:

- Cuando me encuentro en soledad tengo la impresión de actuar con libre albedrío
- Pero cuando estoy acompañado de otra persona, mi libertad

se me presenta recortada por los intereses ajenos y por la posible o real reacción de quienes resultan perjudicados con mis actos

- Otro lado, no solo la presencia de los demás limita mi libertad sino también lo hacen las normas sociales a las que debo someterme para no sufrir las sanciones correspondientes. Debo vestirme a la moda bajo pena de sufrir el ridículo; debo ser honrado bajo pena de cárcel, etc.

Es decir, en sociedad no podemos actuar libremente, aunque seamos moralmente libres de elegir entre alternativas que la propia sociedad nos ofrece. Los determinantes sociales de la conducta convierten al hombre en un ser que, siendo libre en esencia, debe de limitar su libre albedrío y someterse a las normas que él mismo ha creado su vida en sociedad.

Es por esta razón, que el tema de la libertad es dramático en la vida social, porque el hombre, como ser moral, exige se respete el núcleo irreductible de su propia libertad, la libertad de autodeterminarse y de escoger por sí mismo las opciones que estime convenientes. Conculcar esta libertad es atender contra la esencia misma del ser humano.

d) Se encuentra vinculado al tiempo

Como los fenómenos sociales son unas formas del quehacer humano, tienen que participar de la temporalidad que es la característica del ser del hombre. El hombre es un ser histórico sencillamente porque teniendo un principio debe tener también un fin. Dicho de otro modo, la historicidad del ser humano reside en la circunstancia de estar destinado a la muerte.

Tal destino nos vincula al tiempo primordial, es decir, a una temporalidad que va más allá de la simple duración que observamos en los fenómenos físicos. Esto se debe a que el tiempo, para los objetivos, transcurre tangencialmente y le sirve solo de punto de referencia para sus

diversas etapas de movimientos. En cambio, para los seres humanos el tiempo forma parte de su propio ser y existir, es decir, transcurre dentro de nosotros y nos lleva a nuestra propia destrucción. Se trata, por lo tanto, de una categoría ontológica y no simplemente gnoseológica, como lo es para el fondo físico.

Esto significa que la categoría del tiempo y del espacio que para Kant son categorías del intelecto, en el mundo de la física sirven como medios del conocimiento, como formas del entendimiento, y consiguiente pertenecen a la inteligencia que trata de explicar algún fenómeno de dicho orden. En cambio, en el mundo humano, en el reino de lo social, el tiempo no constituye una forma de conocimiento sino es parte de la esencia misma del hombre, de su ser íntimo y de su naturaleza inmanente.

Ahora bien, el tiempo ontológico no puede ser percibido fuera del futuro, presente y pasado, puesto que el ser humano no va transformado su futuro en pasado mediante el presente, tres estados que se confunden en un éxtasis dentro de la unidad en la cual se temporalizan. La temporalidad del hombre lo convierte en un ser histórico puesto que la historia no viene a ser sino la vinculación del quehacer humano al tiempo primordial de su propia existencia. Siendo el hombre un ser histórico, los fenómenos sociales, hechura del hombre, también lo son.

Hemos señalado tres órdenes dentro de tales tipos de fenómenos: el sistema económico, el sistema social y el sistema cultural. Este último, también lo hemos dicho, está formado por todo producto humano, como los utensilios, las obras de arte, las construcciones, etc., y también las costumbres, creencias, ideológicas, normas, valores, etc. Ahora bien, en tales formas culturales también se encuentra el tiempo, ya que una escultura, por ejemplo, tiene una fecha de ejecución y pertenece a un estilo, vigente en una determinada época histórica. Dichas formaciones culturales surgen de procesos de creación, pero en ellas cesa el acontecer mismo, se detiene el "tiempo" y la vida pasa a convertirse en forma. (Freyer Hans, 1974). En ellas el tiempo no queda extinguido sino congelado, detenido y recogido en formas.

En los sistemas económico y social, por el contrario, el acontecer social fluye durante un cierto tiempo histórico y aquí la vida no pasa a convertirse en una simple forma sintética, pues cuando nos referimos a las configuraciones sociales permanecemos por completo en la dimensión del acontecer.

En el fondo, esta relación del fenómeno social con el tiempo resulta del hecho de que son formas de vida y se mantienen siempre en situación de devenir, o sea en situación de “llegar a ser ejecutadas”. Por eso la viveza del acontecer social los alcanza y les transfiere su historicidad. El cambiar históricamente no es para el fenómeno social un destino exterior y tangencial como lo es, para la obra de arte, el deterioro de la piedra de que está constituida, sino que esos procesos de formaciones y de transformaciones son la “esencia” de su forma. Todo fenómeno social lleva en si momentos que lo empujan hacia adelante, fuerzas creadoras de historia, por más que también sea capaz de eliminarlos. Estos son los factores que lo hacen particularmente fluidos y los convierten en “realidades”.

Hans Freyer, (1974) uno de los sociólogos de la escuela historicistas afirma que los fenómenos sociales están instalados en el tiempo concreto, el cual no es sino un antes o después, tiene una dirección inequívoca y es irreversible, transcurre, es decir, mediante la aguda situación del presente se transforma el futuro en pasado¹. En tiempo concreto se encuentran insertos los fenómenos sociales; cada uno está ligado a un cierto momento del tiempo y no puede ser arrancado de él sin hacerle perder una de sus características esenciales.

El fenómeno social, por lo tanto, está ligado al tiempo, incluido en la historia y saturado de la historia. Esto quiere decir, que la sociología, ciencia social que sintetiza a todas las demás, tiene construirse,

¹ Hans Freyer, Ibíd

necesariamente, como un sistema de series sucesorias y que sus conceptos por más abstractos que sean deben llevar en si la categoría de la historicidad. En otras palabras, todo concepto sociológico tiene que recoger el movimiento que circula a través de la formación social, es decir, su dialéctica real. La historicidad del fenómeno social, en la forma como se ha planteado, tiene su contrapartida. Así como el acontecer social está ligado al tiempo, del mismo modo constituye de la situación existencial del hombre concreto. Como el transcurso del tiempo acontece a través de nosotros mismo, resultamos ligados de manera especial e innegable a los fenómenos sociales de nuestro presente, así como nuestros antepasados lo estuvieron a los fenómenos sociales de su presente y que es ahora nuestro pasado. De esta manera resultamos singularmente comprometidos con una realidad que es nuestra porque en ella existimos y a lo largo de su transcurso nos realizaremos en cuanto personas destinadas a la muerte. Este compromiso solo puede terminar en el momento en que dejamos de existir, pero mientras tanto seguirá adherido a nuestro ser y formará parte de él, aun a nuestro pesar. Nuestros padres y los padres de nuestros padres también estuvieron comprometidos con su propio presente. Vale decir con su propia historia y, en la medida de sus respectivos comportamientos, la construyeron y desarrollaron hasta que terminó su existencia finita. La construcción de la historia, de consiguiente; es obra del hombre y se remota en forma sucesiva, por las generaciones que se imbrican en el tiempo y se suceden unas a las otras.

2.3.2 Educación alimentaria

2.3.2.1 Concepto

La Educación alimentaria es un proceso que surge como producto de una transmisión de conocimientos a los educandos quienes serán capaces de poder abstraer todo lo que se les enseña para ponerlo en práctica durante su vida y así poder mejorar sus condiciones óptimas de salud y alimentación. La educación alimentaria tiene como base fundamental de recoger los recursos de la naturaleza para poder darle al educando un instrumento capaz de poder transformar su propia vida. Los

niños al conocer su entorno social y económico en la que viven tienen un gran dominio de su sistema agro ecológico, es por ello que para ellos se hace muy fácil entender todo este proceso educativo. Sin embargo, sin tratar de desmerecer su poco conocimiento sobre los alimentos no balancean bien sus alimentos las mismas que no le permite darle un mejor impulso a su alimentación y de ahí la importancia que tienen los cultivos andinos en una educación alimentaria para los estudiantes altoandinos.

2.3.2.2 Alimento

El organismo vivo necesita recibir determinadas sustancias, que, por su característica de alimentar, se les llama sustancias alimenticias y a cuyo acto de recibirlas se les conoce con el nombre de alimentación. La función de alimentación, es pues, el aporte de alimento necesario para la formación de nuevos elementos celulares y dotar de energía necesaria para efectuar sus movimientos. Los alimentos que ingerimos son carbohidratos (harinas, azúcar, etc.), grasas (aceites, manteca, etc.), proteínas (carnes, leche, etc.), las que para satisfacer las necesidades sufren cambios.

2.3.2.3 La Alimentación

La alimentación consiste en la obtención, preparación e ingestión de alimentos. Por el contrario, la nutrición es el conjunto de procesos fisiológicos mediante el cual los alimentos ingeridos se transforman y se asimilan, es decir, se incorporan al organismo de los seres vivos, que deben hacer conciencia (aprender) acerca de lo que ingieren, para qué lo ingieren, cuál es su utilidad, cuáles son los riesgos. Así pues, la alimentación es un acto voluntario y la nutrición es un acto involuntario. Otro concepto vinculado a la alimentación, sin ser sinónimo, es el de dieta. Por extensión, se llama alimentación al suministro de energía o materia prima necesarios para el funcionamiento de ciertas máquinas.

a) Concepto de alimentación balanceada y saludable

La alimentación es un proceso biológico, por el cual el organismo tiende a reparar el desgaste producido por su funcionamiento tomando del

exterior los alimentos. La ración alimentaría debe cubrir las necesidades del organismo en la que se refiere al número de calorías y a los principios nutritivos. "La aportación calórica debe corresponder a las diferentes categorías de desgaste y proporcionados por hidratos de carbono en un 65% grasas en 20% y proteínas en una proporción de 15%. También se la define "como consumo de sustancias ya sea líquidas o sólidas necesarias para un buen funcionamiento del organismo" Monteagudo (1999)

También se dice que los alimentos son sustancias que llevan al organismo las materias y las energías necesarias para su proceso metabólico: con estas sustancias se atienden múltiples necesidades tales como el desgaste celular, reposición de tejidos y aumento de células.

De Miranda (1963), señala que: "Los alimentos son productos naturales o artificiales que aportan sustancias nutritivas para el organismo y que se destinan al consumo del hombre y de los animales, siendo entonces la alimentación un concepto primario que en la vida real constituye una necesidad intolerable... la elección de alimentos es el resultado de la interacción de muchos factores como el hábito, costo, sabor, tabú, disponibilidad, facilidad de preparación; las deficiencias de un alimento se puede compensar si se combina con otros en su preparación, obteniéndose una dieta balanceada, porque los hombres mueren de hambre, muchos por comer mucho y alimentarse mal, la alimentación deficiente causa insuperables dolores, enfermedades, envejecimiento prematuro y hasta la muerte (De Miranda, 1963).

En la actualidad, los alimentos, desde el punto de vista de su composición química, características, su valor nutritivo, análisis fisicoquímico, biológico, tecnológico, higiene y dietético: son estudiados por diferentes disciplinas o profesionales fundamentalmente relacionados a la agroindustria. La calidad de alimentos que se tiene en el distrito es: Que existe una serie de productos que tienen mucho valor proteínico, sobre todo las carnes, verduras, harinas que se producen. Sin embargo, a todos estos productos, no se le da la debida importancia y más bien, la leche, los huevos, la carne de los vacunos, ovinos y de animales menores son

comercializados en el mercado, a fin de obtener un poco de dinero y comprar productos manufacturados que son necesarios en la vida de los campesinos.

En realidad, es importantes que los propios campesinos sepan de la calidad de sus productos, para que ello sirva como base para formar un hogar con hijos fuertes y llenos de vigor. Alimento es toda sustancia que se consume y que ingresa al organismo para desempeñar un rol determinado en las células y permitir al ser, cumplir con su metabolismo. En otros términos, el alimento es el material que el organismo requiere para la construcción de tejidos en la época del crecimiento, para la reconstrucción de las partes que se van desgastando durante el ejercicio de la vida y para la producción de la energía. No siempre el alimento que se consume es la misma que se obtiene de la naturaleza, sino que requiere de manipulaciones que, cuando son lícitas hacen bueno el producto, y que deben diferenciarse necesariamente de otras perniciosas orientadas al lucro y al fraude.

Es deseable que todos los gobiernos establezcan un código de alimentos, tan igual al que tiene para con los medicamentos, de tal forma, que cada alimento puro o preparado, concuerde exactamente con lo estipulado o declarado en el envase. Este código velaría por la pureza de las sustancias alimenticias y obligaría a todos los comerciantes a declarar los ingredientes (alimentos, saborizantes, conservadores, recipientes, etc.); impidiendo que los alimentos salgan al mercado sin cumplir esta cláusula y más aún que sean publicitados en base a falsedades o argumentos inexactos (Guzmán Barrón, 1982).

Minsa Colombia: La salud nutricional, alimentos y bebidas busca la promoción de una alimentación balanceada y saludable y las acciones para garantizar el derecho a la alimentación sana con equidad en el curso de la vida, mediante la reducción y prevención de la malnutrición, el control de los riesgos sanitarios y fitosanitarios de los alimentos y la gestión intersectorial de la seguridad alimentaria y nutricional con perspectiva territorial. Minsa Colombia (2024) expone que diariamente, al consumir alimentos no hay

conocimiento claro de sus contenidos nutricionales, calorías, cantidades de sodio o azúcar y se habla que es preferible consumir más proteínas que harinas o que son mejores las dietas recomendadas por los conocidos o encontradas en páginas de internet que consultar a un especialista.

Generalizando, se puede decir que la alimentación saludable es aquella que proporciona los nutrientes que el cuerpo necesita para mantener el buen funcionamiento del organismo, conservar o restablecer la salud, minimizar el riesgo de enfermedades, garantizar la reproducción, gestación, lactancia, desarrollo y crecimiento adecuado. Para lograrlo, es necesario el consumo diario de frutas, verduras, cereales integrales, legumbres, leche, carnes, aves y pescado y aceite vegetal en cantidades adecuadas y variadas. Si lo hacemos así, estamos diciendo que tenemos una alimentación saludable. Pero ¿cómo saber qué aporta cada uno al organismo? Para esto tengamos en cuenta que los nutrientes aportados por los alimentos se clasifican en dos grupos: los macronutrientes, del cual hacen parte las grasas, los carbohidratos, y las proteínas; y los micronutrientes compuestos por los minerales y las vitaminas.

Minsa Perú (2023), la alimentación saludable “es el proceso por el cual le damos a nuestro organismo los nutrientes que requieren para mantener su buen funcionamiento y con ello conservar o restablecer la salud, minimizar el riesgo de enfermedades, tener un adecuado crecimiento y desarrollo, así como un embarazo y lactancia saludable”.

Comer en las cantidades adecuadas según te recomiende un nutricionista y siempre a la misma hora, es clave para la salud, así como tener una dieta variada, nutritiva según la edad de la persona, el estado fisiológico o adecuado a su estado de salud. “La encuesta Endes muestra que el 62 % de la población tiene exceso de peso (sobrepeso u obesidad), lo que genera problemas de salud más recurrentes como hipertensión arterial, diabetes y problemas cardiovasculares. Además, el 95 % de las personas que padecen diabetes son consecuencia de malos hábitos del consumo de alimentos”, indicó el nutricionista Dennis Vega, miembro del equipo de Promoción de la Salud (Minsa, 2019). Por tanto, es importante

que se inserten en los medios de comunicación nacionales las guías alimentarias para la población peruana que tienen el propósito de orientar a las y los peruanos sobre temas relacionados a la alimentación y nutrición, promoviendo hábitos de alimentación y estilos de vida saludables para una vida plena y libre de enfermedades. Buscan además crear un encuentro entre los conocimientos científicos actuales, la realidad alimentaria del Perú y las valiosas tradiciones culinarias de nuestro país.

“Actualmente, existe mucha información en las redes sociales que no tienen un sustento científico, con dietas excesivas que disminuyen el aporte nutricional y dejando de lado la opinión de un profesional en nutrición, poniendo en riesgo la salud de la población”, destacó. Además, el especialista señaló que es importante que en nuestra rutina de comidas tengamos una distribución equitativa de alimentos y esa orientación la brinde un profesional nutricionista que tiene todo el conocimiento científico para abordar los problemas de salud relacionados a la alimentación. Si bien es importante mantener una alimentación saludable, los resultados mejoran si son parte de un estilo de vida saludable, como por ejemplo realizar actividad física diaria por 30 minutos”, recalcó el especialista.

“El significado de saludable no significa restringir el sabor, se puede comer sano, nutritivo, rico, variado y su vez disfrutar de las comidas, la clave es moderar para garantizar una alimentación saludable”
(Minsa Perú, 2023).

b) Clasificación de la alimentación para su balanceo

Cuando se habla de alimentos para el consumo humano se encontrará una serie de autores e instituciones que para prevenir o ayudar a una verdadera alimentación balanceada, así tenemos:

- **Grupo 1.**

- **Grasas:** son una de las principales fuentes de energía para el organismo, que al consumirlas en las cantidades adecuadas se convierten en un elemento primordial que ayuda al crecimiento, al desarrollo y a

mantener una buena salud. Se debe tener en cuenta que las grasas se pueden encontrar en tres presentaciones: sólida (manteca), semisólidas (mantequillas o margarinas) o líquidas (aceites); cada una de ellas tiene efectos diferentes en el metabolismo. No todas las grasas son favorables; uno de estos casos es el de las grasas trans, un tipo específico que se forma cuando los aceites líquidos se convierten en grasas sólidas como la manteca o la margarina en barra.

Este proceso se llama hidrogenación, en el que se añade hidrógeno al aceite vegetal para aumentar el plazo de consumo y la estabilidad del sabor. Las grasas trans se pueden encontrar en mantecas, algunas margarinas, grasas vegetales, galletas, caramelos, dulces, alimentos fritos, productos horneados y alimentos procesados y, en forma natural, en pequeñas cantidades en la leche, productos lácteos y algunas carnes.

Su consumo continuo trae como consecuencia que se eleve el colesterol 'malo', lo que aumenta el riesgo de enfermedad coronaria, obesidad, diabetes, accidentes cerebrovasculares, respiratorios y algunos tipos de cáncer y en mujeres gestantes pueden influir en el peso del bebé al nacer. Según estimaciones de los Centros para el control y la prevención de enfermedades, eliminar estas grasas podría prevenir unos 20.000 casos de cardiopatías coronarias y hasta 7.000 muertes al año.

- **Carbohidratos:** constituyen la principal fuente de energía de nuestra alimentación, son el combustible para desarrollar las actividades diarias, mantener la temperatura corporal y el buen funcionamiento de órganos vitales del cuerpo. Pueden ser simples y complejos. Los primeros se encuentran de manera natural en caña de azúcar, remolacha y miel o son añadidos en forma de azúcares, como por ejemplo a productos industrializados o de pastelería, mientras que los segundos o carbohidratos complejos están en alimentos como arroz, papa, yuca, ñame y plátanos entre otros. Se deben consumir de manera moderada, pues en exceso pueden ocasionar sobrepeso, obesidad, diabetes y otras enfermedades crónicas; mientras que el bajo consumo produciría desnutrición o bajo peso.

- **Proteínas:** son las responsables de la formación de células, los tejidos y órganos, así como de construir los músculos, parte de las hormonas, de las enzimas que transportan ciertas moléculas (como la grasa) y transmitir señales. También están presentes en una gran cantidad de funciones del organismo. Durante los periodos de crecimiento, embarazo, lactancia y recuperación de enfermedades es necesario el consumo de alimentos fuentes de proteína en mayor cantidad. Las fuentes de proteína pueden ser de origen animal como huevos, pescados, leche, carnes magras, pavo, y pollo; o de origen vegetal como las leguminosas (frijol, lenteja, garbanzo, alverja), nueces y frutos secos, quinua, entre otros.

- **Grupo 2.**

- **Micronutrientes:** En este segundo grupo se encuentran los minerales y las vitaminas.

> **Hierro:** es uno de los componentes que se encuentra en la hemoglobina (presente en los glóbulos rojos) y la mioglobina (presente en el músculo) encargadas de transportar el oxígeno. Los alimentos que contienen hierro son carnes, hígado, vísceras, leche, huevos y alimentos de origen vegetal. La combinación de alimentos fuentes de hierro con el consumo simultáneo de alimentos fuentes de vitamina C (guayaba, naranja, cítricos).

> **Calcio:** se encuentra presente en diferentes tejidos del cuerpo como las neuronas y la sangre, el líquido entre células, los músculos, entre otros. Es necesario para mantener y desarrollar huesos y dientes sanos, para relajar músculos, vasos y arterias sanguíneas, para secretar hormonas y enzimas. Las fuentes de calcio que tienen mejor absorción son los derivados lácteos como leche, queso, kumis y yogurt, y tienen un mayor efecto cuando son combinados con alimentos fuentes de vitamina D, como aceite de hígado de res, atún o salmón.

> **Yodo:** hace parte de las hormonas tiroideas que controlan el buen funcionamiento del metabolismo el cuerpo. Es importante para el desarrollo del cerebro y el sistema nervioso del feto y se encuentra en la sal yodada y en productos de origen marino como pescados.

> **Zinc:** indispensable en el crecimiento y desarrollo normal, en la reproducción y el funcionamiento del sistema inmune, en la cicatrización de heridas, y en la mejora de los sentidos del gusto y del olfato. Los alimentos fuente de proteína también son buena fuente de zinc: carne de ternera, pollo y cerdo, ostras, leche, queso, nueces y leguminosas.

> **Vitamina A:** mantiene el funcionamiento del sistema inmune, la piel, los ojos y su visión, contribuye a la reparación de las vellosidades intestinales y el tejido pulmonar. Su consumo está relacionado con la prevención de infecciones. Se encuentra en alimentos de origen animal como carne, hígado y vísceras, en frutas y verduras de color naranja y amarillo como ahuyama, papaya, melón y tomate, entre otros.

> **Vitaminas del complejo B:** participan en la digestión y la absorción de los carbohidratos. Son parte de este grupo la tiamina, la riboflavina, el niacina y el ácido fólico. Éste último se destaca por su función y necesidad, ya que cuando hay bajos niveles en el organismo se afectan los glóbulos rojos, las células intestinales y se desarrolla anemia. Esta vitamina debe ser consumida en mayor cantidad durante el embarazo para evitar problemas de formación del sistema nervioso en el feto. Las hortalizas de hojas verdes y oscuras, las leguminosas como frijol, lenteja y arveja, así como frutas son fuente de ácido fólico (Minsa Colombia, 2014).

> **Vitamina C:** ayuda en la producción y mantenimiento del tejido conectivo del cuerpo (huesos, dientes, piel, y tendones), en la cicatrización de heridas y tiene funciones antioxidantes. Todas las

frutas y verduras son buena fuente de vitamina C.

Figura 2
Infografía de alimentación saludable.



Nota. INAN Gobierno Paraguay.

Éstos son cereales, tubérculos y derivados; frutas, verduras; leche y derivados; carnes, legumbres secas y huevos; azúcares o mieles; aceites o grasas. Los alimentos deben estar distribuidos en las comidas diarias. Para una alimentación saludable es necesario consumir todos los días un poco de los siete grupos de alimentos y, de esta manera, lograr el buen funcionamiento del organismo. La recomendación es distribuirlos en cinco comidas diarias.

- Cereales, tubérculos y derivados: Los cereales, tubérculos y derivados, si no hay un impedimento de salud, están permitidos consumirlos todos los días, ya que aportan nutrientes y energía al organismo. Entre estos alimentos están incluidos los panificados, arroz, fideos, almidón, harina de trigo, locro, maíz, papa, mandioca, entre otros. Su consumo debe ser en porciones adecuadas, sin exagerar.

- Verduras: Se aconseja consumir diariamente verduras crudas y cocidas, en el almuerzo y en la cena. Las verduras deben ser de diferentes

tipos y colores para aprovechar sus vitaminas y minerales. Proporcionan, además, agua y fibra, que ayudan a prevenir enfermedades como las del corazón y de las arterias, algunos tipos de cánceres y el estreñimiento.

- **Frutas:** Se recomienda la ingesta diaria de tres frutas de estación porque tienen vitaminas y fibra. Consumirlas crudas, y con cáscara las que se puedan.

- **Lácteos:** Consumir con moderación todos los días lácteos (puede ser dos tazas de leche o yogur y un pedazo de queso) para mantener huesos y dientes fuertes. El consumo de lácteos es importante en todas las etapas de la vida, tanto en la infancia y adolescencia, para el crecimiento, como en la edad adulta, para el mantenimiento de los depósitos de calcio, muy importante también en mujeres embarazadas y en período de lactancia.

- **Carnes:** Es saludable consumir diferentes tipos de carnes sin grasa, una porción sin abusar, día de por medio, hasta cuatro veces por semana. Intercalar diferentes tipos de carnes durante la semana (carnes blancas y rojas), preferir aquellas sin grasa visible y quitar la piel de las carnes de aves antes de cocinarlas, para disminuir la cantidad de grasa. Todas las carnes son fuentes de proteínas de muy buena calidad para el organismo, ya que aportan hierro, zinc y vitaminas, principalmente del complejo B. Entre las menudencias, se puede comer con moderación el hígado, ya que es un alimento muy rico en hierro.

- **Legumbres:** Es importante comer igualmente legumbres secas con cereales, dos veces por semana, porque juntos alimentan mejor. La combinación de cuatro cucharadas de legumbres como poroto, lenteja o soja, con tres cucharadas de cereales, como arroz, fideo o locro, permite obtener una proteína de buena calidad que puede reemplazar a la carne. Las legumbres también aportan fibra que contribuye a disminuir el colesterol en sangre, a prevenir el estreñimiento y el cáncer de colon. Recordamos que las “Guías Alimentarias del Paraguay” están diseñadas para personas sanas. Si usted padece alguna patología, su alimentación

debe ser guiada por un profesional médico y nutricionista. Para una vida sana, además de una buena alimentación y un buen descanso, es importante consumir agua potable y realizar 30 a 60 minutos de actividad física, todos los días (Minsa Paraguay, 2024).

2.3.2.4 La alimentación humana

Los seres humanos necesitan, además del agua que es vital, una ingestión de alimentos variada y equilibrada. La razón es que no existe un único alimento que proporcione todos los nutrientes para mantener la vida y la salud. El consumo regular de un conjunto de alimentos (dieta) debe proporcionar las cantidades adecuadas de proteínas, lípidos, glúcidos, vitaminas y minerales. La base de una buena nutrición reside en el equilibrio, la variedad y la moderación de nuestra alimentación. Pero la alimentación moderna urbana es muy a menudo desequilibrada, desestructurada y se suele juntar con una vida cada vez más sedentaria.

Ya desde hace 2400 años se conocía la relación entre la alimentación y la salud: Hipócrates afirmaba que nuestra alimentación era nuestra medicina. Es bien sabido que los factores alimentarios están asociados a enfermedades como la diabetes, la osteoporosis, la obesidad y muchas otras (algunas investigaciones parecen encontrar una relación entre la alimentación y el surgimiento de ciertos tipos de cáncer). La ingesta de demasiados ácidos grasos saturados y de un exceso de colesterol puede provocar aterosclerosis. En contrapartida, en el siglo XX se demostró el vínculo que hay entre las carencias alimentarias y las enfermedades graves. Estas diferentes formas de malnutrición siguen siendo, aún ahora, problemas muy importantes de salud pública.

2.3.2.5 Importancia de la educación alimentaria en el nivel primario

Todo estudiante debe ser alimentado desde su concepción para que durante la gestación, la lactancia, en la edad preescolar y escolar obtenga un normal desarrollo físico y mental puesto que su cuerpo necesita sustancias alimenticias que tienen que ser agregadas a las sustancias

usuales de su organismo; de allí que es importante la nutrición de la madre gestante y la práctica de lactancia con leche materna por lo menos el primer año de vida del niño, alimentación que se debe ir complementando con otros alimentos, siempre aplicando normas de higiene. Por lo tanto, la alimentación de las escolares debe ser balanceada y comenzar con el desayuno, porque es la primera ración del día y es el que va servir para reparar los desgastes físicos y mentales que la estudiante pierde por las actividades realizadas. El almuerzo o segundo elemento debe estar bien concentrado por sustancias necesarias al organismo y por último la comida (cena) que debe ser liviana para que no le produzca trastornos de indigestión la estudiante. Al respecto Michel Helens nos dice:

"Durante la edad escolar la alimentación debe ser bien completa y balanceada porque es decisiva para la vida madura del individuo" (Helens, 1978).

Actualmente se considera al crecimiento y desarrollo como dos elementos inseparables de un mismo fenómeno biológico. El desarrollo está más referido a la adquisición de nuevas funciones, y el crecimiento al incremento del tamaño, pero ambos fenómenos se producen en forma simultánea, en el niño, y dependen en el plano biológico, de la influencia directa de la nutrición. Así, Mitchell Helens en su libro "Nutrición y Dieta" respecto a la influencia de la nutrición en el crecimiento y desarrollo afirma:

"... Un ambiente pobre, por ejemplo, que ofrezca nutrición insuficiente, puede impedir que una persona alcance todo su potencial genético no sólo en términos de la fuerza y el tamaño físicos, sino también según los resultados de la investigación contemporánea, en cuanto al desarrollo cognoscitivo" (Helens, 1978).

Al aspecto nutricional como factor de influencia en el desarrollo del niño suman otros factores como la estimulación psicomotriz (ejercicios) y las relaciones interpersonales que vive dentro de la familia.

2.3.2.6 Clases de alimentos

Al referirse sobre las clases de alimentos hay que tener presente que existe una variada clasificación sobre estos sobre todo que cada País, región, provincia y distritos y comunidades tienen sus propias características de preparación de estos y en especial contando son los productos propios de su lugar. Al respecto existen diversas clasificaciones siendo las más difundidas las siguientes:

Bianchi en el 1988, los clasifica así:

- Por su Origen

a. Alimentos Orgánicos:

- Vegetales.
- Animales:
 - Lípidos.
 - Proteínas.

b. Alimentos Inorgánicos:

- Minerales, el agua.

- Por su Función:

- a. **Alimentos plásticos:** relacionados con el crecimiento.
 - b. **Alimentos energéticos:** relacionados con la energía del organismo.
 - c. **Alimentos sólidos.**
 - d. **Alimentos estimulantes:** relacionados con el metabolismo, vitaminas.
- (Emmtt Holt, 1974)

- Por su Origen:

- a. Animales: Orgánicos.
- b. Vegetales: Orgánicos.
- c. Minerales: Inorgánicos.

- Por su Composición Química:

- | | | |
|-------------------------|---------------------|---------------|
| a. Proteínas | c. Lípidos. | e. Vitaminas. |
| b. Hidratos de Carbono. | d. Sales Minerales. | f. Agua. |

- Por su Función que Desempeñan:

- a. Formadores.
- b. Reguladores.
- c. Energéticos.

- CUADRO ESQUEMATICO DE LA CLASIFICACION DE LOS ALIMENTOS

Cuando hablamos de la clasificación de los alimentos, es muy importantes tener presente a Hemmtt Holt, quién para un mejor entendimiento de estas clases de alimentos él lo clasifica de la siguiente manera:

Tabla 1

Clasificación de los alimentos por su función según Hemmtt Holt

ALIMENTOS	NUTRIENTES	FUENTES
I. Constructores o Formadores.	Proteínas	- De origen Animal; Leche, huevo, queso, carne, pescado, etc. - De origen Vegetal: Todo tipo de menestras y sus harinas fréjol, arvejas, garbanzo, quiwicha, etc.
II. Protectores o Reguladores.	Vitaminas y Minerales.	- Verduras; tomates, zanahorias, apio, coliflor, espinaca, etc. - Frutas; manzana, pera, papaya, lima, naranja, plátano, granadilla.
III. Energéticos.	Carbohidratos Azúcares Grasas	- Cereales, arroz, trigo, cebada, avena. - Tubérculos; papa, yuca, camote, etc. - Azúcares, miel, chancaca, azúcar. - Grasas; aceites, mantequilla.

Nota. Obtenido de Nutrition Infantil, Philadelphia, 1974.

2.3.2.7 Alimentación balanceada

Las bases de una dieta equilibrada se fundamentan en un aporte de calorías, proteínas, hidratos de carbono, lípidos, minerales, vitaminas, agua y fibra en función de la edad, el sexo, la etapa de desarrollo, la situación del organismo, etc., para evitar situaciones de malnutrición, tanto por exceso, como por defecto. Una dieta adecuada o balanceada es aquella que proporciona todos los nutrientes, en cantidad y calidad adecuada para satisfacer las necesidades de energía, crecimiento y mantenimiento del organismo, permitiendo un buen estado nutricional. Si el aporte de la dieta no es igual a la demanda nutricional del organismo durante un período considerable, por déficit o exceso de consumo, se origina la malnutrición. El educando debe aprender sobre los tres grupos de alimentos: protectores, constructores y energéticos, cuyo consumo permitirá al niño un crecimiento adecuado y armónico desde sus primeros años de vida.

Estos conceptos serán de utilidad y fácil aplicación, si el educando tiene la oportunidad de participar en las actividades programadas en el aula, en forma práctica. Los alumnos deben reconocer las ventajas nutricionales y económicas de los cultivos andinos, así como conocer algunas mezclas de estos alimentos, cuyo valor nutritivo equivale a alimentos de origen animal, por otro lado, debe comprender que la distribución intrafamiliar de alimentos debe responder a las necesidades nutricionales de niños y madres gestantes y lactantes. Lo importante es considerar los aprendizajes adquiridos de modo que el educando al concluir su escolaridad en el nivel primario pueda conocer y aplicar hábitos alimentarios adecuados.

El rol del docente es indispensable como orientadora través de su actitud estimulante en forma permanente para lograr cambios conductuales frente a la necesidad de consumir una dieta balanceada utilizando los recursos vegetales que se cultiva en la comunidad. Los patrones de consumo de las familias están determinados en su mayor parte por la autoproducción y reflejan la poca diversificación del sistema de producción campesina, por otro lado, la dieta campesina, se caracteriza por:

- Por contener poca variedad con respecto a los ingredientes en casi todas las preparaciones. - Alto consumo de tubérculos en términos tanto de cantidad como frecuencia. - Bajo consumo (en términos de cantidad) de cereales y leguminosas, verduras y frutas. Los tubérculos son los alimentos básicos, especialmente la papa.
- Las hortalizas se consumen en muy poca cantidad y además en la mayoría de los casos hay que comprarles en el mercado porque las hortalizas silvestres son disponibles únicamente en la época de lluvias.
- Una dieta nutricional adecuada es aquella en que todos los nutrientes están presentes en cantidades adecuadas, según lo requiere el organismo.
- Se entiende por requerimiento nutricional la cantidad mínima de nutrientes que un individuo necesita para que su organismo cumpla sus funciones en forma informal, incluyendo el mantenimiento de sus reservas.

Por tanto, es muy importante consumir una Alimentación Balanceada, que proporciona todos sus nutrientes en cantidad y calidad adecuada para satisfacer las necesidades nutricionales.

2.3.2.8 ¿Qué es una pirámide alimenticia?

La también conocida como pirámide de los alimentos o pirámide alimentaria, es una representación gráfica utilizada para ilustrar la importancia de mayor a menor que tienen los diferentes alimentos dentro de una dieta o alimentación equilibrada.

En el nivel más bajo encontramos los básicos, alimentos y consejos con los que debes contar siempre que busques una vida saludable. A medida que los niveles suben, la frecuencia en la que tomas esos alimentos se reduce.

Figura 3
Pirámide de la alimentación saludable.



Nota. Nalgeneiberia.com/blog/salud/piramide-alimenticia-para-cuidar-tu-salud/

2.3.3. La nutrición

Conjunto de procesos por los cuales un ser vivo recibe y utiliza los alimentos para mantener sus funciones, renovar sus componentes o en el caso de organismos en desarrollo, para crecer.

La nutrición es una ciencia que analiza el fenómeno alimentario, define mejor la demanda y la orienta hacia las necesidades nutricionales humanas, debido que a nutrición es la propiedad esencial y general de todos los seres vivos, conformados por un conjunto de funciones, cuya finalidad es el crecimiento, desarrollo y conservación del ser, mediante la asimilación del alimento.

La nutrición es muy importante para la conservación de la salud y para combatir enfermedades. La adecuación de la dieta es un factor clave en la prevención y el tratamiento de muchas enfermedades. Aunque existe todavía problemas nutricionales como son la obesidad y la arteriosclerosis.

La nutrición de los alimentos en el organismo desempeña una doble función:

Asegura a los sistemas y órganos las sustancias necesarias para reparar las células y los tejidos desgastados y para el normal funcionamiento y para generar células nuevas en los órganos que todavía se encuentra en fase de crecimiento; asegura al cuerpo el material energético, a fin que sea, productor de energía necesaria para efectuar cualquier movimiento y restituir la fatiga muscular (trabajo). Asimismo, sirve para mantener la temperatura interna a un nivel constante compatible con la vida y para llevar a efecto el sinnúmero de transformaciones y reacciones adaptativas de cualquier ser vivo (metabolismo). Cuando no se satisfacen adecuadamente y en forma oportuna los requerimientos nutricionales del niño y del adolescente, existe el inminente riesgo que sean víctimas de raquitismo, por lo que no se alcanza el desarrollo físico normal. Susana Icaza, nos señala que la nutrición: "Es una ciencia que se ocupa de los alimentos, los nutrientes y las otras sustancias que aquellas contienen en su acción, interacción y balance en relación a la salud y la enfermedad, así como los procesos por medio de los cuales el organismo ingiere, digiere, absorbe, transporta y excreta las sustancias alimenticias" ICAZA, Susana:(1987)

También, el Dr. Pedro Escudero nos indica que la "Nutrición es un conjunto de cambios que se operan en los organismos de los seres vivos, tomando como base los principios energéticos procedentes de una forma inmediata o mediata del medio exterior" Escudero Pedro (1986); de igual modo nos dice que: Por lo tanto, desde el punto de vista biológico, se puede decir que existe una sola ley de la alimentación: la alimentación debe ser suficiente, completa, armónica y adecuada. El plan de alimentación correcto es el que responde a estas cuatro leyes. Se lo denomina también régimen normal.

Finalmente, en concreto, Shilpa N. Bhupathiraju señala que la: "Nutrición es la ciencia que estudia los alimentos en relación con la salud. Los nutrientes son sustancias químicas presentes en los

alimentos que el cuerpo utiliza para el crecimiento, el mantenimiento y la obtención de energía. Los nutrientes que el cuerpo no puede sintetizar, y que por lo tanto deben obtenerse de la dieta, se llaman nutrientes esenciales" (2023).

Donal Mc Laren señala que: La educación de todo médico sería deficiente sin buenas bases en materia de nutrición, ya que en mayor o menor grado ella influye casi en todos los aspectos de la medicina. Sin embargo, es frecuente que, por la amplitud del campo, se descuide o incluso se omita a la nutrición del programa de estudios que se ofrece al estudiante; así mismo declara: "La nutrición debe ser considerada dentro del contexto de un sistema de interacciones formado por un agente, un huésped, un medio. "El cuerpo humano es el huésped, aquella parte del medio ambiente que consumimos en condiciones normales, es el alimento, el agente de la nutrición es aquella parte del alimento que nutre" Mc Laren, Donal, (1983).

En consecuencia, podemos decir que nutrir es proporcionar a un organismo viviente las sustancias necesarias para su crecimiento, desarrollo y para reparar sus pérdidas energéticas, por lo que la nutrición determina la salud buena de una persona.

2.3.3.1 Requerimientos nutritivos del escolar

Dentro de los objetivos del sistema alimentaria y nutricional para los estudiantes y especial el mantenimiento de un estado de salud óptimo y la prevención de enfermedades no sólo infantiles, sino también su repercusión en la vida adulta, son de crucial importancia. En este sentido, el conocimiento de unas correctas normas nutricionales por parte del pediatra debe ser un eslabón principal en la consulta diaria, que además debe comunicar estos conocimientos a la familia y a los educadores, que son a la postre los que ofrecen los diferentes alimentos a los niños. El uso de la pirámide de los alimentos que es la figura que se observa con anterioridad ya que este es un método práctico y sencillo para lograr estos fines que se persiguen en una buena alimentación.

- Normas dietéticas generales

Se debe incluir a diario alimentos de todos los grupos:

a. Leche y derivados

- Ingesta de 500-1.000 ml / día.
- Principal fuente de calcio (tabla I) como prevención de la osteoporosis en etapas adultas.

b. Carnes, pescados, huevos y legumbres

- Preferibles las carnes y pescados magros.
- Evitar la grasa visible, la piel de las aves de corral y los sesos por su alto contenido graso.
- Se aconseja el consumo de pescado frente a la carne por su menor contenido energético y su mejor perfil graso.
- Limitar el consumo de embutidos (ricos en grasa saturada, colesterol y sal).
- Huevos no más de uno al día y de tres a la semana.
- Promover el consumo de legumbres.

c. Cereales

- Se incluyen en este grupo los cereales fortificados o integrales (más aconsejables), el gofio, el pan y las pastas.
- Base de la pirámide de los grupos de alimentos en una dieta
- Altamente recomendables en la alimentación diaria de los niños.

d. Frutas, verduras y hortalizas

- Incluir cada día frutas maduras (2-3 piezas) y verduras frescas si es posible.
- Almacenar las verduras donde no les den la luz ni el aire (refrigerador o bodega).

Se aconseja ser lavadas enteras sin dejarlas en remojo, para evitar la

difusión de nutrientes al agua de lavado, según Peña Quintana Luis Universidad de las Palmas de Gran Canaria 2010.

2.3.3.2 Desnutrición

De acuerdo a la mayoría de autores que se ocupan de definir de la mejor manera posible a la desnutrición tenemos la concepción sobre este mal por WJ. Verastegui Arteaga (2015) Repositorio Minedu. Que dice que es una afección producida por el consumo insuficiente de calorías o nutrientes esenciales, como las vitaminas y los minerales, que se necesitan para una buena salud. La desnutrición se presenta cuando faltan nutrientes en la alimentación o cuando el cuerpo no los absorbe. El cáncer y el tratamiento de esta enfermedad pueden causar desnutrición. También se llama malnutrición, subalimentación y subnutrición. También se tiene el concepto vertido por Wikipedia que dice: Se llama así al estado patológico de distintos grados de seriedad y de distintas manifestaciones clínicas, causado por la asimilación deficiente de alimentos ingeridos.

A. Desnutrición Infantil y rendimiento escolar

Según, WJ Verástegui Arteaga 2015, La desnutrición infantil afecta el desarrollo intelectual de los niños al interferir con su salud, sus niveles de energía y su crecimiento. Por su parte el Minedu conceptúa. La desnutrición infantil afecta el desarrollo intelectual de los niños al interferir con su salud, sus niveles de energía y su crecimiento. Es por ello que la desnutrición no solo se debe considerar como un problema de salud sino también como un indicador del desarrollo del país.

El Estado brinda un apoyo alimentario a centros de educación inicial y primaria ubicados en distritos pobres del país, entre otras acciones pertinentes.

El número de Edudatos brinda mayor información sobre este problema y su relación con el desempeño estudiantil, así como su tendencia en los últimos años y las acciones que se han tomado al respecto. El problema nutricional afecta principalmente a niños menores de

24 meses ya que el cerebro crece desde el último trimestre del embarazo hasta los 2 años de edad, por lo que, de no recibir la alimentación adecuada, el desempeño escolar y la futura productividad del niño se verán afectados negativamente.

En este sentido, la desnutrición en niños menores de 5 años está asociada a una mayor probabilidad de enfermedad o muerte; en edad escolar, genera mayor tasa de repitencia; y en la edad adulta, afecta la productividad.

Por otro lado, el hogar que habitan los niños desnutridos suele no disponer de servicios básicos, sobre todo de saneamiento, lo que aumenta el riesgo de contraer enfermedades infecciosas (Verástegui Wesley, 2015).

2.3.3.3 Nutrientes de los alimentos

a. ¿Qué son los nutrientes y como debemos consumirlos cada día?

Se dice que una alimentación saludable incluye el consumo de alimentos que nos brindan los nutrientes necesarios y la energía que cada persona necesita para desarrollar las actividades diarias, ¿pero alguna vez te has preguntado qué es un nutriente? Descubre todo lo que necesitas saber sobre los nutrientes y sus funciones, y cuáles son los nutrientes que el cuerpo necesita. (Secretaría de Salud México, 2018)

b. Definición de nutrientes

Los nutrientes son compuestos como las proteínas, grasas, carbohidratos, minerales y vitaminas presentes en los alimentos; los primeros 3 mencionados son consumidos para proporcionar energía directamente a través de los alimentos.

Los últimos dos son necesarios para diversos procesos como el crecimiento, la reparación de tejidos y el mantenimiento de nuestro cuerpo, entre muchos otros. Existen diferentes tipos de nutrientes, los cuales cumplen funciones importantes en el cuerpo. (López-Briones, 2018)

c. ¿Cuáles son los nutrientes esenciales?

Los principales nutrientes son: carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas y minerales. Estos se pueden dividir en dos categorías, los macronutrientes y los micronutrientes:

- **Macronutrientes:** Se trata de aquellos nutrientes aportados por los alimentos que suministran la energía al organismo y son requeridos en grandes cantidades para mantener la salud. Dentro de este grupo encontramos a las proteínas, las grasas y los carbohidratos (Hernández Gil, 2018).

- **Micronutrientes:** Se trata de nutrientes que el organismo necesita en menores cantidades y que son indispensables para los diferentes procesos metabólicos del organismo. Desempeñan importantes funciones, y dentro de este grupo encontramos a las vitaminas y los minerales (USA, 2018).

d. ¿Cuáles son los alimentos que contienen nutrientes?

Todos los alimentos los aportan, pero cada uno de ellos en diferentes proporciones. Para llevar una dieta que contenga las proporciones necesarias de nutrientes requeridos por nuestro organismo, debemos conocer cuáles son los nutrientes que contiene cada alimento y combinarlos para alcanzar la cantidad recomendada que cada cuerpo necesita para funcionar correctamente.

A continuación, te hablaremos de algunos alimentos clasificados por nutrientes que puedes incluir en tu alimentación:

Alimentos ricos en proteína: Dentro de estos alimentos encontramos a los productos de origen animal, como los lácteos, huevos, pescados, carnes rojas y blancas. Los cereales, leguminosas y oleaginosas o frutos secos también son fuente de proteína del tipo vegetal.

2.3.4 Factores condicionantes de la nutrición y alimentación

Los diferentes factores que influyen en el comportamiento

alimentario y se han incluido en la presente revisión son: genética, sexo, nivel socioeconómico familiar, primeros años (lactancia y alimentación complementaria), estilos parentales y ambiente y acceso a alimentos.

El comportamiento alimentario se establece desde los primeros días de vida y se puede definir como el modo en que una persona se alimenta. Este se ve influenciado por factores biológicos, ambientales y sociales. A su vez, el comportamiento alimentario condiciona la ingesta de alimentos, pudiendo contribuir al desarrollo de enfermedades a lo largo de la vida, tales como la obesidad. Esta revisión tiene como objetivo identificar los hallazgos relativos al efecto del comportamiento alimentario y sus factores determinantes sobre el consumo de alimentos y la aparición de la obesidad en niños. Los diferentes factores que influyen en el comportamiento alimentario y se han incluido en la presente revisión son: genética, sexo, nivel socioeconómico familiar, primeros años (lactancia y alimentación complementaria), estilos parentales y ambiente y acceso a alimentos. Aunque la mayoría de estudios realizados en torno a la obesidad infantil todavía se enfocan principalmente en los factores biológicos y del estilo de vida, también es importante considerar los aspectos relacionados con la conducta alimentaria en la etiología y desarrollo de esta enfermedad. En efecto, los estudios apuntan hacia la necesidad de prestar una atención especial al comportamiento y los estilos parentales, así como a la organización del ambiente alimentario familiar, con el fin de promover un comportamiento alimentario saludable en los niños. En definitiva, nuevas evidencias sobre el comportamiento alimentario, sus factores determinantes y sus consecuencias pueden aclarar su influencia en la obesidad en edad escolar y contribuir a direccionar adecuadamente las recomendaciones a la población para mejorar sus hábitos de vida (Jimeno Martínez, 2021).

2.3.5 Aprendizaje

"Aprendizaje es el proceso mediante el cual un sujeto adquiere destrezas o habilidades incorpora contenidos informativos, conocimientos y adopta nuevas estrategias de conocimiento y/o acción".

Como sostiene Hugo Sánchez en su libro Teorías del aprendizaje. Por el aprendizaje el sujeto se hace diestro, hábil se informa, conoce, capta, comprende, decide, actúa. Porque la educación es inherente al hombre la organización del aprendizaje no debe concebirse ni desarrollarse de manera rigurosa, siguiendo una sola ruta, mecánicamente. No hay fórmulas únicas de aprendizaje, varían según las circunstancias internas y externas del aprendizaje. El aprendizaje para ser eficiente debe ser activo, personalizado. No interesa que el aprendiz aprenda más, sino que aprenda a seleccionar, atender y reflexionar sobre la información, para luego actuar en direccionalidad motivada y definida.

La personalización del aprendizaje asegura que el alumno aprenda el mundo de manera personal y no impuesta. El mejoramiento del clima afectivo permite el aprendizaje por excelencia directa. Las experiencias previas por el maestro deben provocar y crear determinadas conductas en el campo de la comprensión, de las actitudes, de los valores y de las habilidades, para promover la autorrelación del educando frente al aprendizaje existen dos enfoques:

2.3.5.1 Factores que favorecen el aprendizaje

- El aprendizaje se logra más fácilmente cuando:
- La situación tiene significado para el niño.
- La materia corresponde al nivel de madurez del aprendiz.
- La situación interesa al aprendiz
- Va acompañado de aprobación y no de castigo.
- Las situaciones de aprendizaje están concebidas de tal modo que el niño pueda responder satisfactoriamente.
- Se procede a corregir los errores en forma inmediata.
- El niño percibe su éxito en el aprendizaje.
- Media una buena condición física por parte del aprendiz.
- El ambiente es agradable para el niño.
- Las experiencias de aprendizaje se realizan según un método integrado.
- Se asocia con el manejo de una variedad de materiales.

2.3.6 El aprendizaje significativo

El aprendizaje significativo depende de la cantidad de información, la misma que se caracteriza por ser: Del propio alumno, según las ideas propias que posea y la actitud favorable que muestre hacia la comprensión y búsqueda de relación entre los conocimientos nuevos y las ideas previas.

Se concibe el aprendizaje significativo como la acumulación de conocimientos nuevos a ideas previas, asignándoles un significado propio a través de las actividades por descubrimiento y de actividades por exposición.

El aprendizaje significativo se produce cuando la persona que aprende relaciona los nuevos conocimientos con su estructura cognitiva. Se produce de manera gradual y cada experiencia de aprendizaje proporciona nuevos elementos de comprensión del contenido. Este aprendizaje se manifiesta cuando una persona es capaz de expresar el nuevo conocimiento con sus propias palabras; Dar ejemplos y responder a preguntas que implican su uso, bien sea en el mismo contexto o en otro. Se desarrolla a través de diferentes actividades por descubrimiento o por exposición.

Es deber del maestro investigar, planear y organizar las estrategias adecuadas a las necesidades particulares de los alumnos y del área en que se trabaja.

2.3.7 Concepto de aprendizaje significativo

Desde la postura constructivista se rechaza la concepción de un aprendizaje memorístico, sin sentido y significado; la posición y actitud del profesor como un mero receptor o productor de los saberes naturales, así como tampoco se acepta la idea de que el desarrollo de la simple acumulación de aprendizajes específicos. El aprendizaje hoy por hoy debe ser significativo: adquisición de conocimientos, construcción de significados, percepción, entendimiento y sentido de la realidad a partir de las relaciones de las que somos capaces de establecer con los que ya se

sabe, es decir con los esquemas de conocimiento con las que ya se cuenta, incorporando entonces a la estructura mental, las que pasan a formar parte de nuestra memoria comprensiva.

"Los aprendizajes significativos facilitan el desarrollo del autoconcepto y la autoestima, aprendizajes que elevan la capacidad de autocrítica, autocorrección, la autorregulación y el autocontrol de la persona" (Calero-Pérez, 1997)

El concepto de aprendizaje significativo se relaciona estrechamente con la motivación para el aprendizaje y por ende con la atención que dispone el alumno para los diversos contenidos. Cuando el alumno no está centrado en los contenidos o tareas que tienen que enfrentar, no hay base para facilitar la retención y la recuperación de lo aprendido.

Tenemos que tener presente que el aprendizaje es tratado en los trabajos de Inhelder, Sinclair y Bovet (1975), Joseph Novak y Bob Gowin (1988), David Ausbel, Novak y Hansian (1987), quienes coinciden en afirmar que el aprendizaje es construcción de una representación mental y que el aprendizaje construye significados. Las categorías principales que involucra el aprendizaje son el conocimiento en general y el conocimiento científico, en particular. Se entiende el aprendizaje dentro de la actividad constructivista del alumno y no necesariamente implica acumulación de conocimientos.

En tal sentido hoy por hoy se considera al aprendizaje significativo como: "Construcción del aprendizaje por parte de alumno, con la ayuda de la intervención del profesor, que relaciona de forma no arbitraria la nueva información con la que el alumno cuenta o sabe" Facundo Antón, Luis (1999)

Particularmente Ausbel, concibe el aprendizaje como:

"Cómo un proceso dinámico, activo e interno, un cambio que ocurre con mayor medida, cuando lo adquirido previamente apoya lo que se está aprendiendo, a la vez que se reorganizan otros contenidos simbólicos almacenados en la memoria" Ausbel (1982).

2.3.7.1 Condiciones que permiten el logro del aprendizaje significativo.

Para que realmente sea significativo el aprendizaje, éste debe reunir varias condiciones: la nueva información debe relacionarse de modo no arbitrario y sustancial con lo que el alumno ya sabe, dependiendo también de la disposición (motivación y actitud) de éste por aprender, así como de la naturaleza de los materiales o contenidos de aprendizaje.

Cuando se habla de que haya relacionabilidad no arbitraria, se quiere decir que sí el material o contenido de aprendizaje en si no es azaroso ni arbitrario, y tiene la suficiente intencionalidad, habrá una manera de relacionarlo con las clases de ideas pertinentes que los seres humanos son capaces de aprender. Respecto al criterio de la relacionalidad sustancial (no al pie de la letra), significa que, si el material no es arbitrario, un mismo concepto o proposición puede expresarse de manera sinónima y seguir transmitiendo exactamente el mismo significado. Hay que aclarar que ninguna tarea de aprendizaje se realiza en el vacío cognitivo; aun tratándose de aprendizaje repetitivo o memorístico, puede relacionarse con la estructura cognitiva, aunque sea arbitrariamente y sin adquisición de significado.

El significado es potencial o lógico cuando nos referimos al significado inherente que posee el material simbólico debido a su propia naturaleza, y sólo podrá convertirse en significado real o psicológico cuando el significado potencial se haya convertido en un contenido nuevo, diferenciado e idiosincrático dentro de un sujeto particular.

Lo anterior resalta la importancia que tiene que el alumno posea ideas previas como antecedente necesario para aprender ya que, sin ellos, aun cuando el material de aprendizaje esté "bien elaborado", poco será lo que el aprendiz logre.

Es decir, puede haber aprendizaje significativo de un material potencialmente significativo, pero también puede darse la situación de que el

alumno aprenda por repetición por no estar motivado o dispuesto a hacerlo de otra forma, o porque su nivel de madurez cognitiva no le permite la comprensión de contenidos de cierto nivel. En este sentido resaltan dos aspectos:

- a. La necesidad que tiene el docente de comprender los procesos motivacionales y afectivos subyacentes al aprendizaje de sus alumnos, así como de disponer de algunos principios efectivos de aplicación en clase (aspecto que trataremos en otra parte de esta obra).
- b. La importancia que tiene el conocimiento de los procesos de desarrollo intelectual y de las capacidades cognitivas en las diversas etapas del ciclo vital de los alumnos. Resulta evidente que son múltiples y complejas las variables relevantes del proceso de aprendizaje significativo, y que todas ellas deben tomarse en cuenta tanto en la fase de planeación e impartición de la instrucción como en la de evaluación de los aprendizajes.

Por una parte, está el alumno con su estructura cognitiva particular, con su propia idiosincrasia y capacidad intelectual, con una serie de conocimientos previos (algunas veces limitados y confusos), y con una motivación y actitud para el aprendizaje propiciada por sus experiencias pasadas en la escuela y por las condiciones actuales imperantes en el aula. Por otra parte, están los contenidos y materiales de enseñanza; y si éstos no tienen un significado lógico potencial para el alumno propiciará que se dé un aprendizaje rutinario y carente de significado.

2.3.7.2 Fases del aprendizaje significativo

a. Fase inicial de aprendizaje:

- El aprendiz percibe a la información como constituida por piezas o partes aisladas sin conexión conceptual.
- El aprendiz tiende a memorizar o interpretar en la medida de lo posible estas piezas, y para ello usa su conocimiento esquemático.
- El procesamiento de la información es global y éste se basa en: escaso conocimiento sobre el dominio a aprender, estrategias generales

independientes de dominio, uso de conocimientos de otro dominio para interpretar la información (para comparar y usar analogías).

- La información aprendida es concreta (más que abstracta) y vinculada al contexto específico.
- Uso predominante de estrategias de repaso para aprender la información.
- Gradualmente el aprendiz va construyendo un panorama global del dominio o del material que va a aprender, para lo cual usa su conocimiento esquemático, establece analogías (con otros dominios que conoce mejor) para representarse ese nuevo dominio, construye suposiciones basadas en experiencias previas, etc.

b. Fase intermedia de aprendizaje:

- El aprendiz empieza a encontrar relaciones y similitudes entre las partes aisladas y llega a configurar esquemas y mapas cognitivos, sobre el material y el dominio de aprendizaje en forma progresiva. Sin embargo, estos esquemas no permiten aún que el aprendiz se conduzca en forma automática o autónoma.
- Se va realizando de manera paulatina un procesamiento más profundo del material. El conocimiento aprendido se vuelve aplicable a otros contextos.
- Hay más oportunidad para reflexionar sobre la situación, material y dominio.
- El conocimiento llega a ser más abstracto, es decir, menos dependiente del contexto donde originalmente fue adquirido.
- Es posible el empleo de estrategias elaborativas u organizativas tales como: mapas conceptuales y redes semánticas (para realizar conductas metacognitivas), así como para usar la información en la solución de tareas- problema, donde se requiera la información a aprender.

c. Fase terminal del aprendizaje:

- Los conocimientos que comenzaron a ser elaborados en esquemas o mapas cognitivos en la fase anterior, llegan a estar más integrados y a funcionar con mayor autonomía.
- Como consecuencia de ello, las ejecuciones comienzan a ser más

automáticas y a exigir un menor control consciente.

- Igualmente, las ejecuciones del sujeto se basan en estrategias específicas del dominio para la realización de tareas, tales como solución de problemas, respuestas a preguntas, etc.
- Existe mayor énfasis en esta fase sobre la ejecución que en el aprendizaje, dado que los cambios en la ejecución que ocurren se deben a variaciones provocadas por la tarea, más que a Re arreglos o ajustes internos.
- El aprendizaje que ocurre durante esta fase probablemente consiste en: a) la acumulación de información a los esquemas preexistentes y b) aparición progresiva de interrelaciones de alto nivel en los esquemas.

En realidad, el aprendizaje debe verse como un continuo, donde la transición entre las fases es gradual más que inmediata; de hecho, en determinados momentos durante una tarea del aprendizaje, podrán ocurrir sobre posicionamientos entre ellas. Con frecuencia los docentes se preguntan de qué depende el olvido y la recuperación de la información aprendida: ¿por qué olvidan los alumnos tan pronto lo que han estudiado?, ¿de qué depende que puedan recuperar la información estudiada?

En el marco de la investigación cognitiva referida a la construcción de esquemas de conocimiento, se ha encontrado lo siguiente:

- La información desconocida y poco relacionada con conocimientos que ya se posee o demasiado abstracta, es más vulnerable al olvido que la información familiar, vinculada a conocimientos previos o aplicables a situaciones de la vida cotidiana.
- La incapacidad para recordar contenidos académicos previamente aprendidos o para aplicarlos se relaciona a cuestiones como:
 - Es información aprendida mucho tiempo atrás.
 - Es información poco empleada o poco útil.
 - Es información aprendida de manera inconexa.
 - Es información aprendida repetitivamente.
 - Es información discordante con el nivel de desarrollo intelectual y con las habilidades que posee el sujeto.

- Es información que se posee, pero el sujeto no la entiende ni puede explicarla.
- El alumno no hace el esfuerzo cognitivo necesario para recuperarla o comprenderla.

A partir de lo expuesto es posible sugerir al docente una serie de principios de instrucción que se desprenden de la teoría del aprendizaje verbal significativo:

- El aprendizaje se facilita cuando los contenidos se le presentan al alumno organizados de manera conveniente y siguen una secuencia lógica-psicológica apropiada.
- Es conveniente delimitar intencionalidad y contenidos de aprendizaje en una progresión continua que respete niveles de inclusividad, abstracción y generalidad. Esto implica determinar las relaciones de supra-ordinación-subordinación, antecedente-consecuente que guardan los núcleos de información entre sí.
- Los contenidos escolares deben presentarse en forma de sistemas conceptuales (esquemas de conocimiento) organizados, interrelacionados y jerarquizados, y no como datos aislados y sin orden.
- La activación de los conocimientos y experiencias previos que posee el aprendiz en su estructura cognitiva, facilitará los procesos de aprendizaje significativo de nuevos materiales de estudio.
- El establecimiento de "puentes cognitivos" (conceptos e ideas generales que permiten enlazar la estructura cognitiva con el material por aprender) pueden orientar al alumno a detectar las ideas fundamentales, a organizarlas e integrarlas significativamente.
- Los contenidos aprendidos significativamente (por recepción o por descubrimiento) serán más estables menos vulnerables al olvido y permitirán la transferencia de lo aprendido, sobre todo si se trata de conceptos generales integradores.
- Dado que el alumno en su proceso de aprendizaje, y mediante ciertos mecanismos autorregulatorios, puede llegar a controlar eficazmente el ritmo, secuencia y profundidad de sus conductas y procesos de estudio,

una de las tareas principales del docente es estimular la motivación y participación activa del sujeto y aumentar la significatividad potencial de los materiales académicos.

De acuerdo con los postulados ausubelianos, la secuencia de organización de los contenidos curriculares consiste en diferenciar de manera progresiva dichos contenidos, yendo de lo más general e inclusivo a lo más detallado y específico (conceptos supraordinados o conceptos subordinados; información simple información compleja), estableciendo al mismo tiempo relaciones entre contenidos del mismo nivel (conceptos coordinados) para facilitar la reconciliación integradora. Estas ideas son retomadas por Reigeluth (1987), en su teoría de enseñanza de la elaboración aplicable al establecimiento de secuencias de aprendizaje. La teoría de la elaboración propone presentar en un principio los elementos más simples, generales y fundamentales del contenido, y después a pasar a elaborar cada uno de ellos mediante la introducción de información detallada y cada vez más compleja.

Esto propicia un aprendizaje en espiral, puesto que, cada vez que se elabora uno de los elementos iniciales, se vuelve al punto de partida con el fin de enriquecer y ampliar el plano de conjunto. Se quisiera cerrar esta parte comentando algunas de las limitaciones de la teoría del aprendizaje significativo propuesta por Ausubel, con la intención de que el lector comprenda su espectro explicativo y de intervención.

En opinión de García Madruga, esta teoría está más ligada a una explicación de cómo se adquieren los conocimientos de tipo procedimental o valoral requiere de otros elementos teórico-epistemológicos.

Por otra parte, Ausubel insiste demasiado en la necesidad de utilizar materiales introductorios de mayor nivel de abstracción, generalidad e inclusividad (v.gr. los organizadores anticipados) a fin de lograr el aprendizaje significativo, mientras que también es posible (y a veces resulta más fácil y eficaz) activar los conocimientos previos mediante otro tipo de estrategias de instrucción, como sumarios, mapas conceptuales, etc. También es evidente que no siempre es posible acceder al conocimiento previo de los estudiantes,

el cual en ocasiones no sólo no facilita sino obstaculiza el aprendizaje. Finalmente, no todas las situaciones de aprendizaje pueden (o deben) plantearse como fin exclusivo el aprendizaje verbal, puesto que la memorización comprensiva o el aprendizaje guiado o autónomo también requieren un espacio curricular y por tanto los materiales audiovisuales facilitan el aprendizaje en forma más fácil y eficaz, así como lo explica Ausubel insistiendo en la necesidad de la utilización de materiales para el aprendizaje.

2.4 Marco Conceptual

- **Educación Alimentaria** La educación alimentaria nutricional es la combinación de estrategias educativas, acompañadas de apoyos ambientales, diseñadas para facilitar la adopción voluntaria de elecciones alimentarias que conducen a un estado óptimo de salud y bienestar.

- **Aprendizaje significativo.** Es el proceso a través del cual una nueva información (un nuevo conocimiento) se relaciona de manera no arbitraria y sustantiva (no-literal) con la estructura cognitiva de la persona que aprende. En el curso del aprendizaje significativo, el significado lógico del material de aprendizaje se transforma en significado psicológico para el sujeto.

- **Aprendizaje de contenidos declarativos.** El saber qué o conocimiento declarativo, ha sido una de las áreas de contenidos más privilegiadas dentro de los currículos escolares de todos los niveles educativos. Sin lugar a dudas, este tipo de saber es imprescindible en todas las asignaturas o cuerpos de conocimiento disciplinar porque constituye el entramado fundamental sobre el que éstas se estructuran. Como una primera aproximación, podemos definir el saber qué como aquella competencia referida al conocimiento de datos, hechos, conceptos y principios. Algunos han preferido denominarlo conocimiento declarativo, porque es un saber que se dice, que se declara que se conforma por medio del lenguaje.

- **Conocimiento factual.** Es el que se refiere a datos y hechos que proporcionan información verbal y que los alumnos deben aprender en forma literal o "al pie de la letra". Algunos ejemplos de este tipo de conocimiento son los siguientes: el

nombre de las capitales de los distintos países de Sudamérica, la fórmula química del ácido sulfúrico, los nombres de las distintas etapas históricas de nuestro país, los títulos de las novelas representativas mexicanas del siglo actual, etc.

- **Conocimiento conceptual.** Es más complejo que el factual. El conocimiento conceptual es construido a partir del aprendizaje de conceptos, principios y explicaciones, los cuales no tiene que ser aprendidos en forma literal, sino abstrayendo su significado esencial o identificando las características definitorias y las reglas que los componen. Podríamos decir que los mecanismos que ocurren para los casos del aprendizaje de hechos y el aprendizaje de conceptos, son cualitativamente diferentes. En el caso del aprendizaje factual, éste se logra por una asimilación literal sin comprensión de la información, bajo una lógica reproductivas o memorística y donde poco importan los conocimientos previos de los alumnos relativos a dicha información a aprender; mientras que en el caso del aprendizaje conceptual, ocurre una asimilación sobre el significado de la información nueva, se comprende lo que está aprendiendo, para lo cual es imprescindible el uso de los conocimientos previos pertinentes que posee el alumno.

Para promover el aprendizaje conceptual es necesario que los materiales de aprendizaje se organicen y estructuren correctamente, lo cual les provee de una riqueza conceptual que pueda ser explotada por los alumnos. También es necesario hacer uso de los conocimientos previos de los alumnos y hacer que, éstos se impliquen cognitiva, motivacional y afectivamente en el aprendizaje. El profesor debe planear actividades donde los alumnos tengan oportunidades para explorar, comprender y analizar los conceptos, ya sea mediante una estrategia expositiva o por descubrimiento.

- **Aprendizaje de contenidos procedimentales.** El aprendizaje de los procedimientos, o el desarrollo de la competencia procedimental, a grosso modo es un proceso gradual en el que deben considerarse varias dimensiones (que forman cada una de ellas un continuo, desde los momentos iniciales de aprendizaje hasta los finales del mismo). Estas dimensiones relacionadas entre sí son las siguientes:

- a. De una etapa inicial de ejecución insegura, lenta e inexperta, hasta una ejecución rápida y experta.
- b. De la ejecución del procedimiento realizada con un alto nivel de control consciente, hasta la ejecución con un bajo nivel de atención consciente y una realización casi automática.
- c. De una ejecución con esfuerzo, desordenada y sujeta al tanteo por ensayo y error de los pasos del procedimiento, hasta una ejecución articulada, ordenada y regida por representaciones simbólicas (reglas).
- d. De una comprensión incipiente de los pasos y de la meta que el procedimiento pretende conseguir, hasta una comprensión plena de las acciones involucradas y del logro de una meta plenamente identificada.

La idea central es que el alumno aprenda un procedimiento, y lo haga de la manera más significativa posible. Para tal efecto, el profesor podrá considerar las anteriores dimensiones y promover intencionalmente que la adquisición de los procedimientos sea en forma comprensiva, pensante, funcional y generalizable a variados contextos. Es común percibir a los dos tipos de conocimientos (declarativo y procedimental) como separados, incluso a veces se privilegia uno de ellos en detrimento del otro. En realidad, debemos verlos como conocimientos complementarios. En particular, la enseñanza de alguna competencia procedimental, la gran mayoría de ellas, debe enfocarse en un doble sentido:

- a. Para que el alumno conozca su forma de acción, uso y aplicación correcta y
- b. Sobre todo, para que al utilizarla enriquezca su conocimiento declarativo.

La enseñanza de procedimientos desde el punto de vista constructivista, puede basarse en una estrategia general: el traspaso progresivo del control y responsabilidad en el manejo de la competencia procedimental, a través de la participación guiada y con la asistencia continua, pero paulatinamente decreciente del profesor, la cual ocurre al mismo tiempo que se genera la creciente mejora en el manejo del procedimiento por parte del alumno. Como técnicas específicas, pueden utilizarse el modelamiento, las instrucciones y explicaciones, la supervisión y retroalimentación, etc. superpuestas a aquella otra de carácter más general.

- **Aprendizaje de contenidos actitudinales.** En las instituciones escolares el aprendizaje y la enseñanza de las actitudes ha sido poco estudiado en comparación con los otros contenidos escolares. Sin embargo, a la luz de la investigación reciente realizada, pueden hacerse algunos comentarios en torno a su modificación y enseñanza, para luego pasar a abordar el problema de su evaluación.

El aprendizaje de las actitudes es un proceso lento y gradual, donde influyen distintos factores como las experiencias personales previas, las actitudes de otras personas significativas, la información y experiencias novedosas y el contexto sociocultural, a través de las instituciones, los medios y las representaciones colectivas.

En las escuelas los currículos expresan la formación de actitudes, pero muchas veces éstas quedan como buenos deseos y se hace muy poco por enseñarlas. También se ha demostrado que muchas actitudes se gestan y desarrollan en el seno escolar, sin ninguna intención explícita para hacerlo. De cualquier modo, el profesor es el que directa o indirectamente se enfrenta a esta problemática compleja y difícil, que muchas veces rebasa a la institución escolar misma.

Sin embargo, hay muchas actitudes que las escuelas deben intentar desarrollar y fortalecer (el respeto al punto de vista del otro, la solidaridad, la cooperatividad, etc.) y otras que debe procurar erradicar o relativizar el individualismo o la intolerancia al trabajo colectivo). para el profesor puede ser un importante agente, o un otro significado que puede ejercer su influencia y poder de recompensa, de experto, etc. legitimados institucionalmente, para promover actitudes positivas en sus alumnos.

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1 Formulación de hipótesis

3.1.1 Hipótesis General

- La educación alimentaria y nutricional influye positivamente en el aprendizaje significativo de los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco, para que tengan conocimiento de la preparación de alimentos balanceados y económicos y que estos se reflejen en un mejor rendimiento académico.

3.1.2 Hipótesis Específicas:

- Las experiencias previas que se maneja sobre la educación alimentaria y nutricional por parte de los padres de familia y los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco, son tradicionales e insuficientes para un mejor aprendizaje significativo.
- Los nuevos conocimientos que vienen adquiriendo los padres de familia respecto a la educación alimentaria y nutricional, son positivos para mejorar el aprendizaje significativo de los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco.
- La implementación que se viene dando de la educación alimentaria y nutricional en correspondencia con los nuevos conocimientos y antiguos conocimientos son dadas como orientaciones a los padres de familia y estudiantes por los profesores e instituciones de salud públicas para lograr optimizar el aprendizaje significativo en los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco.

3.2 Presentación y operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIÓN	INDICADOR
Educación Alimentaria y nutricional	Proceso que busca mejorar los hábitos alimenticios de las personas a través de la adquisición de conocimientos y habilidades sobre nutrición. Su objetivo es promover una alimentación saludable que contribuya al bienestar general y a la prevención de enfermedades relacionadas con la dieta.	- D. Biológica: Saludable - D. Social: Folklore - D. Económica: Remuneraciones, otras	- Estado civil de los padres. - Numero de hermanos. - Conocimiento de la nutrición. - Orientación sobre nutrición. - Como se hace la orientación sobre nutrición. - Cuando presentan sus problemas los estudiantes. - Comunicación de los estudiantes. - Numero de hermanos de los compañeros de estudiantes. - En que trabajan los padres de los estudiantes. - Quién hace el mercado de casa de los estudiantes. - Que problemas existen en casa de los estudiantes. - Estado emocional de los estudiantes. - Importancia de la nutrición. - Influencia de la nutrición. - Responsable de la preparación de alimentos en casa de los estudiantes.
Aprendizaje Significativo	Es un tipo de aprendizaje en el que el estudiante relaciona nueva información con sus conocimientos previos, creando conexiones sustanciales y no arbitrarias.	- D. Seguridad Alimentaria: Variedad, Cantidad y Calidad. - D. Sostenible: Creación de entornos propicios. - D. Corporal (Sentido, Cognitivo motriz)	- Experiencias previas: Biológica - saludables - Nuevos Conocimientos: Sostenible orgánico funcional: (Sentido, Cognitivo, motriz) - Relación entre los nuevos conocimientos y antiguos conocimientos: Social: Folklore

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 Tipo de investigación

El presente trabajo de investigación es de carácter sustantiva, ya que está orientado a la necesidad de promover la educación alimentaria y nutricional, para el logro de un prometedor aprendizaje significativo tendiente a lograr los conocimientos necesarios de una adecuada educación alimentaria y nutricional en favor de los estudiantes del nivel primario.

4.2 Nivel de investigación

El trabajo corresponde al nivel descriptivo-explicativo, porque en función del mismo se describe el problema, y mediante las encuestas a desarrollar se explicará la incidencia existente entre la educación alimentaria y nutricional y el Aprendizaje significativo.

4.3 Diseño de la investigación.

El diseño utilizado en el trabajo es Descriptivo Causal. Porque no existe un control total de las variables que intervienen en la investigación. De la siguiente manera:



Donde: X = La educación alimentaria y nutricional = Variable Independiente, es el factor que provocará cambios en Y = Aprendizaje significativo = variable dependiente. Entonces la variable independiente es causa de cambios en la variable dependiente.

4.4 Población y muestra.

4.4.1 Población

Estará conformado por 146 alumnos (as) y 26 padres de familia del nivel

primario de la Institución Educativa N° 56008 de Sicuani de la Región Cusco.

Tabla 2

Tamaño de la población

CATEGORIA	fi	%
ESTUDIANTES	146	84,88
PADRES DE FAMILIA	26	15,12
TOTAL	172	100,00

Nota: Registros de Matrícula de la Institución Educativa

4.4.2 Muestra

Se ha tomado como muestra con carácter de casualidad, el número de 30 estudiantes del nivel primario y 15 padres de familia de la Institución Educativa N° 56008 de Sicuani de la Región Cusco.

Tabla 3

Tamaño de la muestra

CATEGORIA	fi	%
ESTUDIANTES	30	66,67
PADRES DE FAMILIA	15	33,33
TOTAL	45	100,00

Nota: Registros de Matrícula de la Institución Educativa

4.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

- **Técnica del fichaje a nivel bibliográfico.** En referencia al análisis documentario realizado. Para sustentar de forma teórica - científica.
- **Técnica de la observación directa.** Para identificar la problemática.
- **Instrumento de colección de datos.** Las encuestas formuladas a nivel de profesores y alumnos de ambos sexos.

4.6 Técnica de procesamiento de datos.

Para el procesamiento de datos se ha utilizado la estadística descriptiva; los cuadros estadísticos e interpretación cualitativa y cuantitativa de los mismos.

CAPITULO V

ANALISIS Y DISCUSION DE RESULTADOS

5.1 Encuesta a estudiantes

Tabla 4

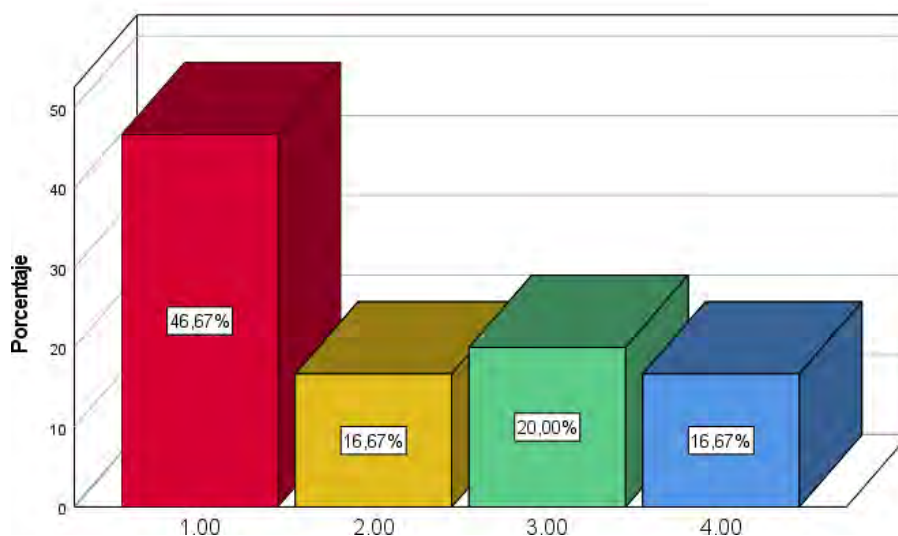
Cuál es el estado civil de tus padres.

	fi	%
1,00	14	46,7%
2,00	5	16,7%
3,00	6	20,0%
4,00	5	16,7%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 4

Estado civil de los padres



Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

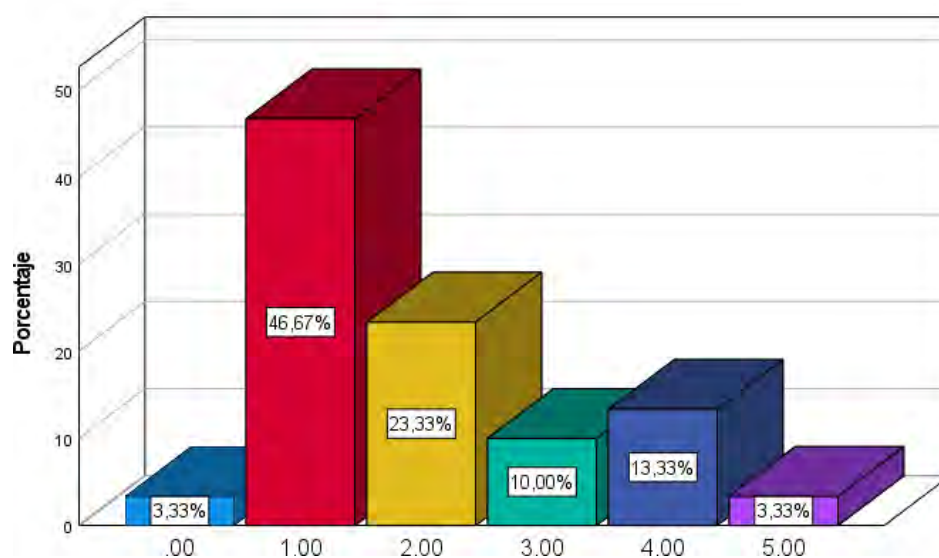
En relación a la pregunta ¿Cuál es el estado civil de tus padres? El 46.67% manifiesta ser casados, un 16.67% convivientes un 20% separados y un 16.67% viudos, referencias que nos permitirán tener una mejor comprensión del entorno familiar de los estudiantes.

Tabla 5
Cuántos hermanos tienes?

	fi	%
0,00	1	3,3%
1,00	14	46,7%
2,00	7	23,3%
3,00	3	10,0%
4,00	4	13,3%
5,00	1	3,3%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 5
Numero de hermanos



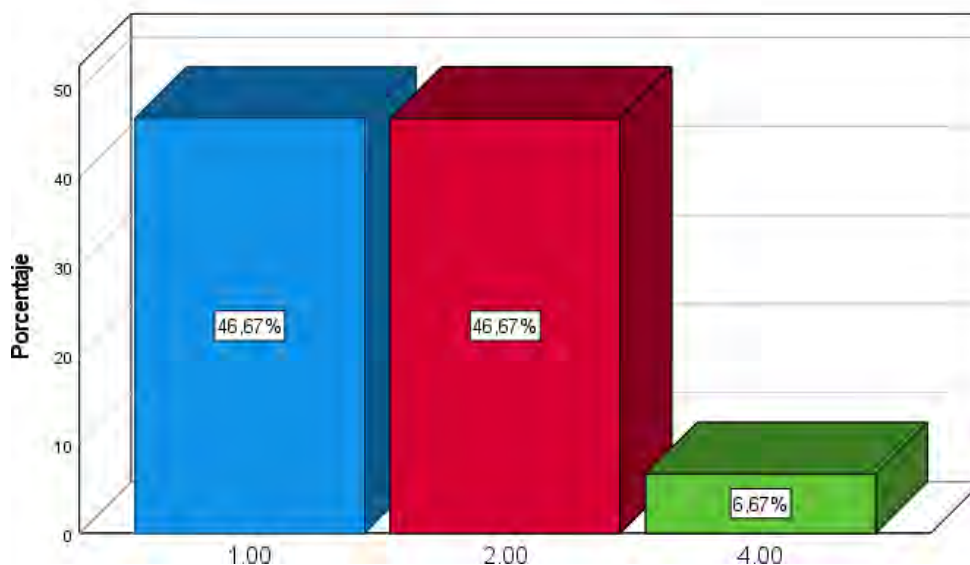
Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

En relación a la pregunta ¿Cuántos hermanos tienes? El 46.67% manifiesta tener un hermano, un 23.33% 2 hermanos y un 26.66% 3, 4 y 5 hermanos, referencias que nos permitirán tener una mejor comprensión del entorno y composición familiar de los estudiantes.

Tabla 6*¿En tu casa se cocina con?*

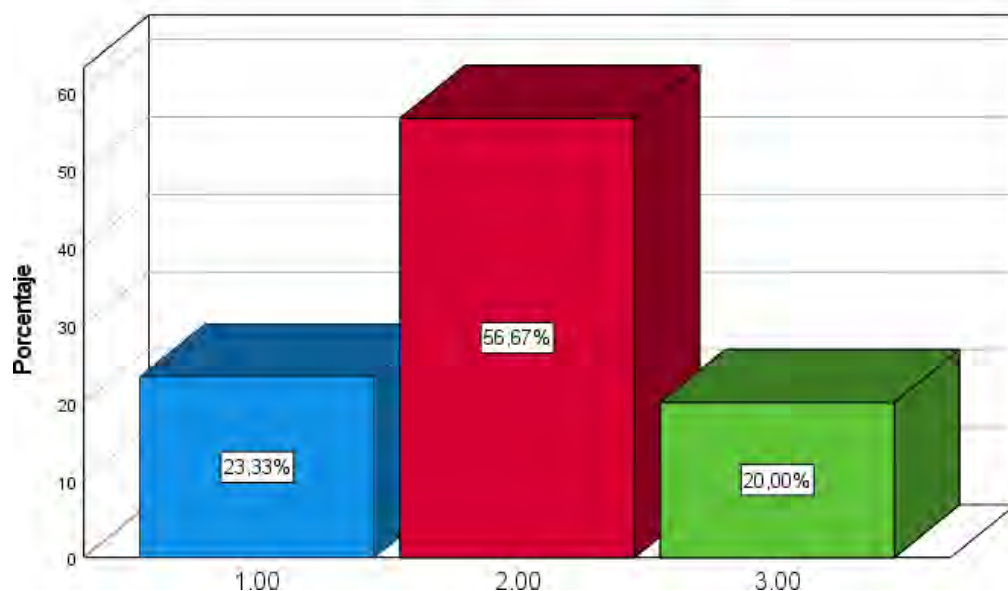
	fi	%
1,00	14	46,7%
2,00	14	46,7%
4,00	2	6,7%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**Figura 6***Que se utiliza para cocinar***Nota.** Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**- INTERPRETACION.**

En relación a la pregunta ¿En tu casa se cocina con? el 46.67% ponen de manifiesto que lo hacen con combustibles tradicionales, un 46.67% con combustibles que provienen de diferente fuente y un 6.67% con otro tipo de combustible, referencias que nos permitirán tener una mejor comprensión del entorno familiar de los estudiantes.

Tabla 7*¿Qué concepto, tienes, de la nutrición?*

	fi	%
1,00	7	23,3%
2,00	17	56,7%
3,00	6	20,0%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**Figura 7***Conocimiento de la nutrición.***Nota.** Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**- INTERPRETACION.**

En relación a la pregunta ¿Qué concepto, tienes, de la nutrición? El 23.33% ponen de manifiesto una percepción adecuada frente a un 56.67% que tienen una aproximación al concepto y un 20% cuya percepción esta fuera de los parámetros aceptables. Estas referencias nos permitirán tener una mejor comprensión de la concepción de la nutrición.

Tabla 8

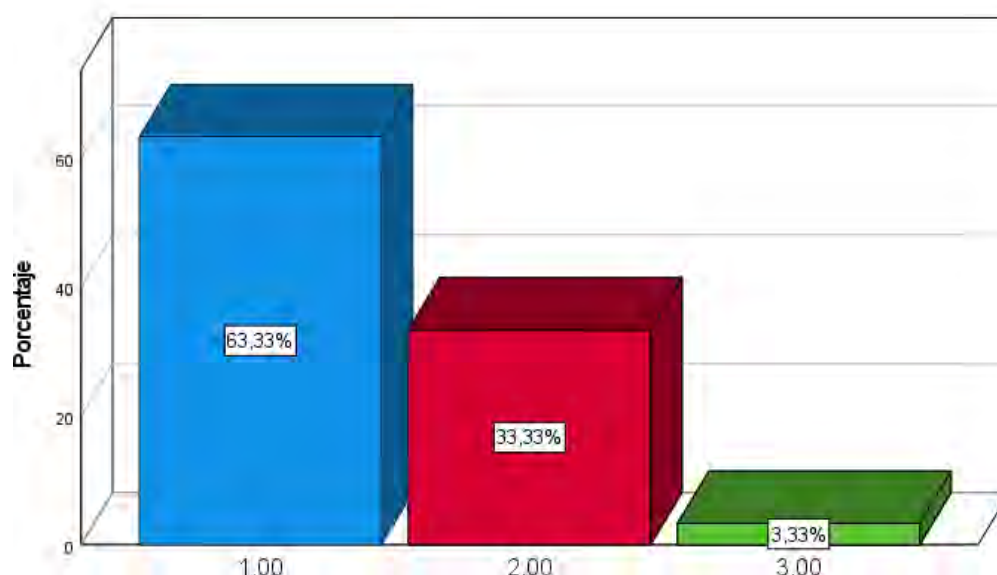
¿Tu profesor (ra) te orienta sobre la nutrición, en tu Institución educativa?

	fi	%
1,00	19	63,3%
2,00	10	33,3%
3,00	1	3,3%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 8

Orientación sobre nutrición



Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

En relación a la pregunta ¿Tu profesor (ra) te orienta sobre la nutrición, en tu Institución educativa? El 63.33% manifiesta una percepción positiva y un 33.33% una percepción no muy clara lo que debería de fortalecerse estas referencias nos permitirán tener una mejor comprensión de las opciones de mejora sobre la concepción de la nutrición.

Tabla 9

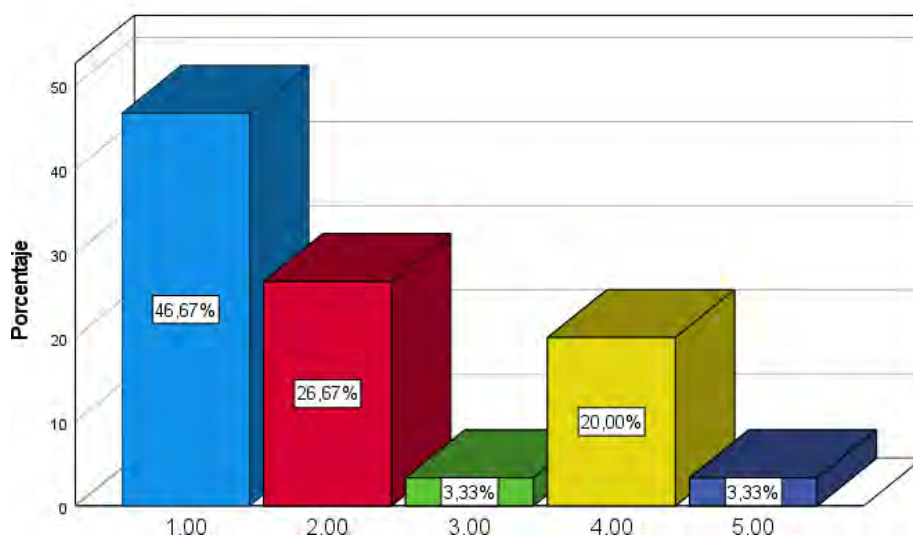
Si el profesor (ra) te da orientación sobre nutrición: ¿cómo lo hace?

	fi	%
1,00	14	46,7%
2,00	8	26,7%
3,00	1	3,3%
4,00	6	20,0%
5,00	1	3,3%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 9

Como se hace la orientación sobre nutrición



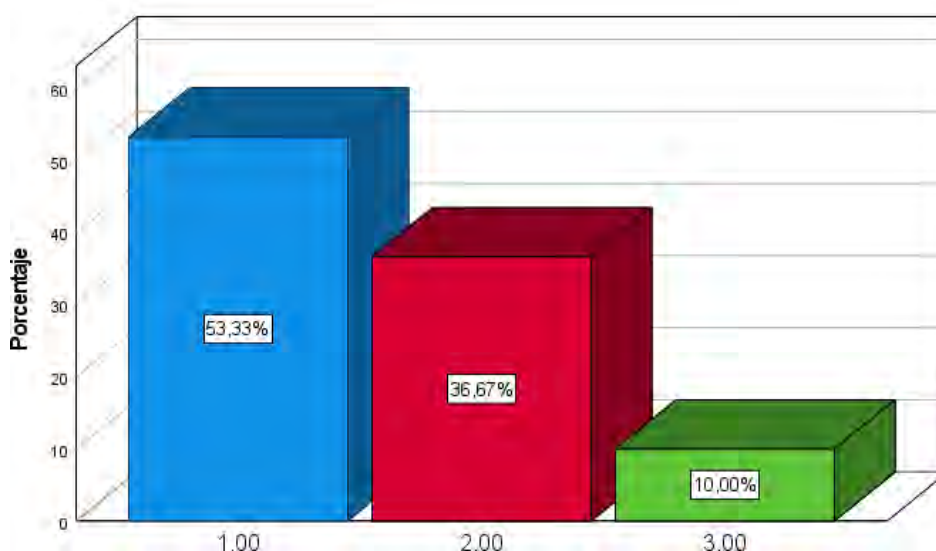
Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

En relación a la pregunta Si el profesor (ra) te da orientación sobre nutrición: ¿cómo lo hace? El 46.67% manifiesta una percepción positiva y un 26.67% una percepción no muy clara por lo que debería de fortalecerse en esa intencionalidad estas referencias nos permitirán tener una mejor comprensión de las opciones de mejora sobre la concepción de la nutrición.

Tabla 10*¿Tus compañeros, presentan problemas de comportamiento?*

	fi	%
1,00	16	53,3%
2,00	11	36,7%
3,00	3	10,0%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**Figura 10***Problemas de comportamiento de estudiantes***Nota.** Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**- INTERPRETACION.**

En relación a la pregunta ¿Tus compañeros, presentan problemas de comportamiento? el 53.33% manifiesta que si existe comportamientos inadecuados y un 36.67% una percepción no muy clara pues podría tomarse en cuenta que son situaciones muy próximas a cuestiones normales por lo que debería de fortalecerse en esa intencionalidad estas referencias nos permitirán tener una mejor comprensión de las opciones de mejora en el comportamiento de los estudiantes.

Tabla 11

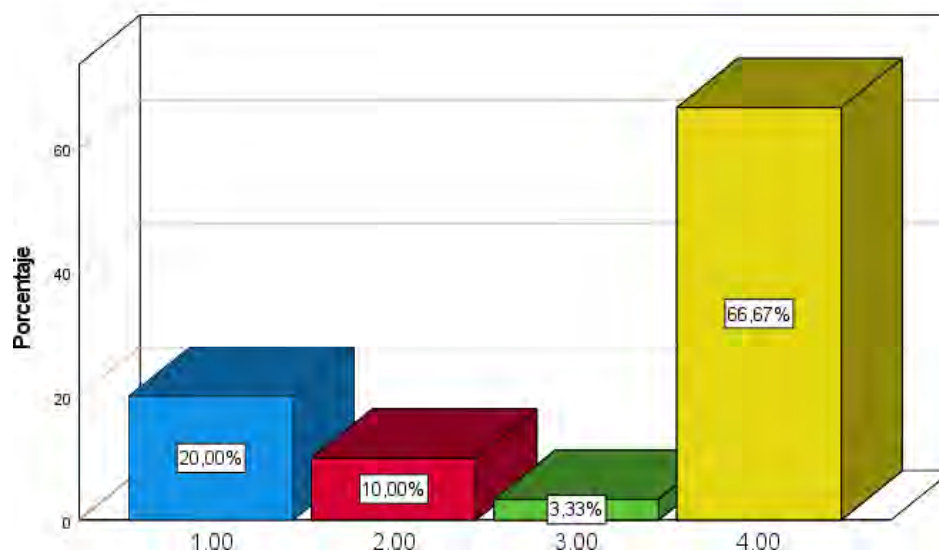
¿Cuándo, presentan tus compañeros estos problemas de comportamiento?

	fi	%
1,00	6	20,0%
2,00	3	10,0%
3,00	1	3,3%
4,00	20	66,7%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 11

Cuando presentan sus problemas los estudiantes.



Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

En relación a la pregunta ¿Cuándo, presentan tus compañeros estos problemas de comportamiento? El 20% manifiesta que en situaciones inesperadas y cuando hay aspectos de controversia y un 66.67% afirma que no es frecuente pues podría tomarse en cuenta que son situaciones muy próximas a comportamientos normales por lo que debería de fortalecerse en esa intencionalidad estas referencias nos permitirán tener una mejor comprensión de las opciones de mejora en el comportamiento en los estudiantes.

Tabla 12

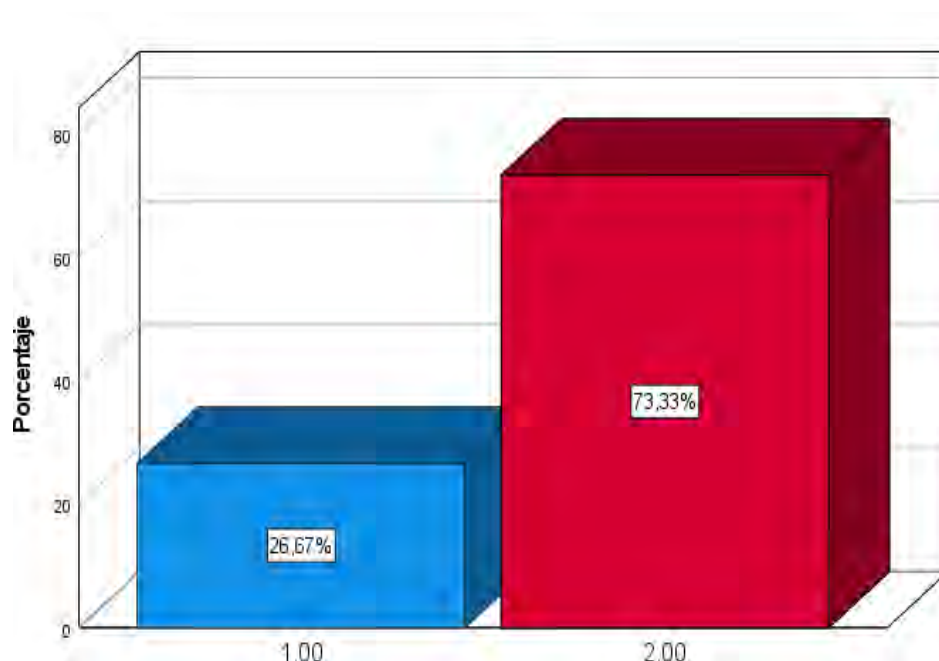
¿Cómo se comunican diariamente tus compañeros, es decir que hablan más?

	fi	%
1,00	8	26,7%
2,00	22	73,3%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 12

Comunicación de los estudiantes.



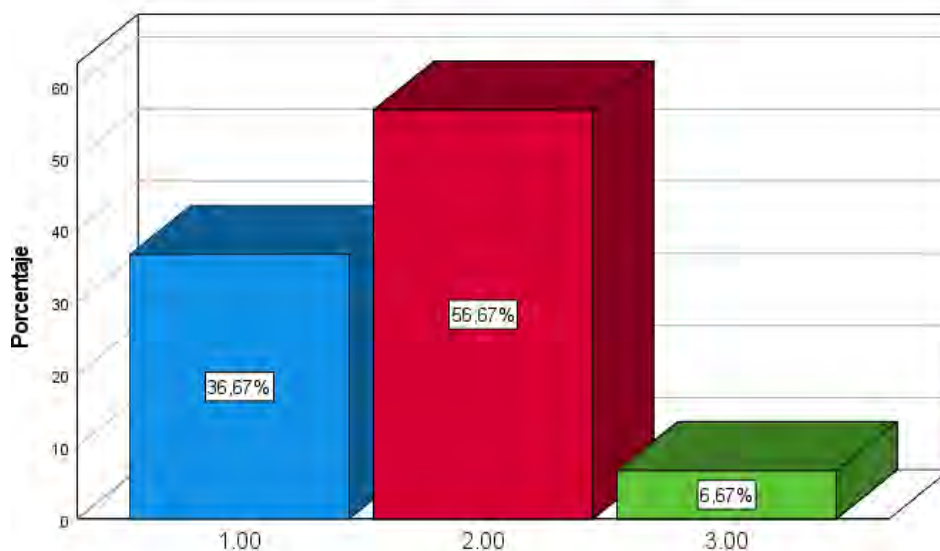
Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

En relación a la pregunta *¿Cómo se comunican diariamente tus compañeros, es decir que hablan más?* El 26.67% manifiesta con mayor frecuencia con sus amigos y de cosas personales y que generalmente un 73.33% afirma que se habla más de juegos de la escuela y de chismes por lo que debería de fortalecerse en esa intencionalidad estas referencias nos permitirán tener una mejor comprensión de las opciones de mejora en el comportamiento en los estudiantes.

Tabla 13*¿ Cuántos hermanos tienen tus compañeros?*

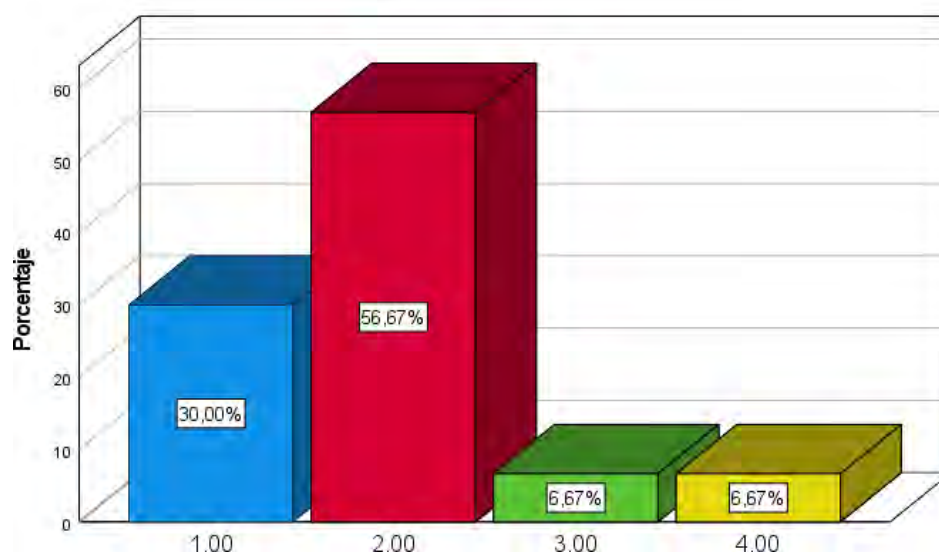
	fi	%
1,00	11	36,7%
2,00	17	56,7%
3,00	2	6,7%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**Figura 13***Numero de hermanos de los compañeros de estudiantes***Nota.** Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**- INTERPRETACION.**

En relación a la pregunta ¿Cuántos Hermanos tienen tus compañeros? El 36.67% manifiesta que tiene uno y un 56.67% afirma que tiene dos hermanos lo que nos permitirán tener una mejor comprensión de las opciones de mejora y el entorno de los estudiantes.

Tabla 14*¿ En qué trabajan los padres, de tus compañeros?*

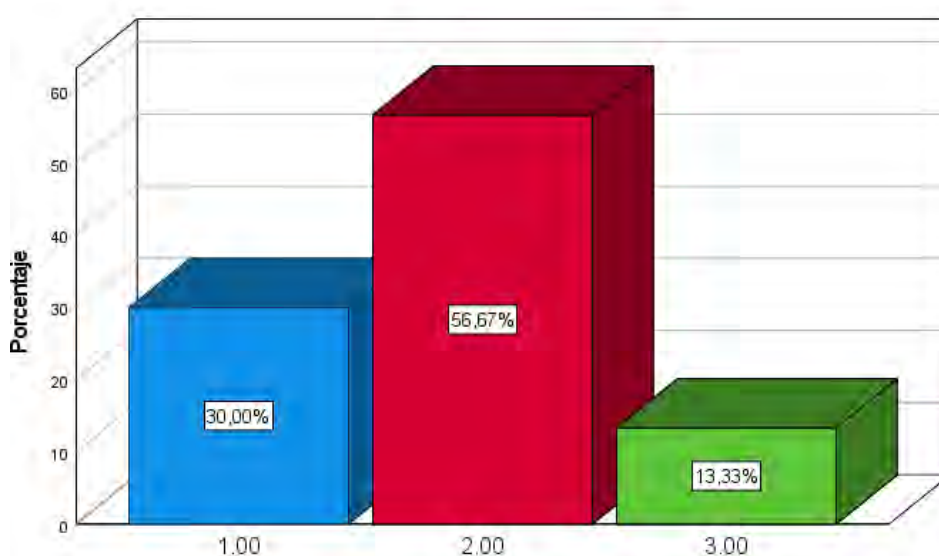
	fi	%
1,00	9	30,0%
2,00	17	56,7%
3,00	2	6,7%
4,00	2	6,7%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**Figura 14***En que trabajan los padres de los estudiantes***Nota.** Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**- INTERPRETACION.**

En relación a la pregunta ¿En qué trabajan los padres, de tus compañeros? El 30% manifiesta que tiene trabajos fijos y un 56.67% afirma que tiene trabajos de tipo eventual y los demás que no tienen trabajo o si lo tienen es esporádico lo que nos permitirán tener una mejor comprensión de las opciones de mejora y el entorno de los estudiantes.

Tabla 15*¿Quién compra los alimentos en la casa de tus compañeros*

	fi	%
1,00	9	30,0%
2,00	17	56,7%
3,00	4	13,3%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**Figura 15***Quién hace el mercado de casa de los estudiantes***Nota.** Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**- INTERPRETACION.**

En relación a la pregunta *¿Quién compra los alimentos en la casa de tus compañeros?* el 30% manifiesta que su papa y un 56.67% afirma que su mama y los demás que lo hacen un hermano o abuelos o parientes cercanos o que viven en la misma casa lo que nos permitirán tener una mejor comprensión de las opciones de mejora y el entorno de los estudiantes.

Tabla 16

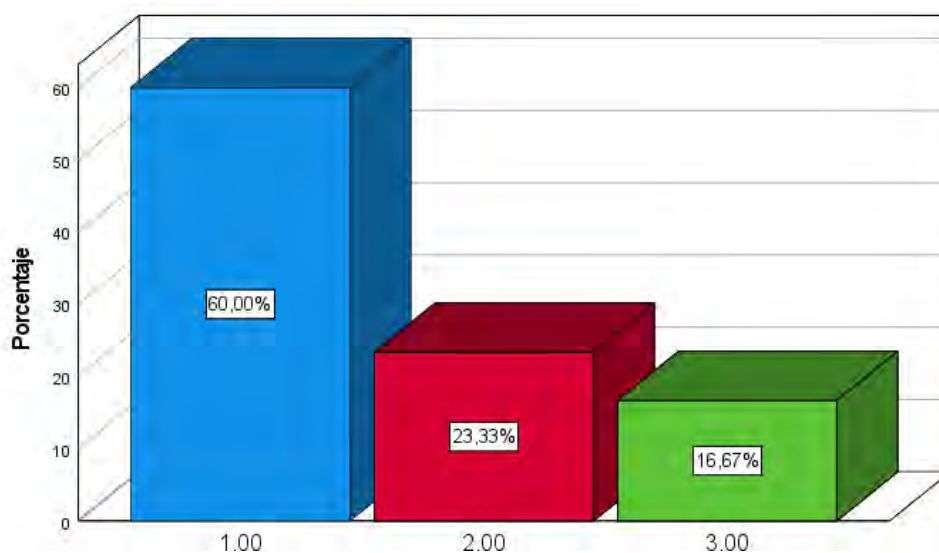
Los problemas que existen en la casa de tus compañeros, influyen en la formación integral, de ellos?

	fi	%
1,00	18	60,0%
2,00	7	23,3%
3,00	5	16,7%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 16

Que problemas existen en casa de los estudiantes



Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

En relación a la pregunta ¿Los problemas que existen en la casa de tus compañeros, influyen en la formación integral, de ellos? El 60% manifiesta que si y un 23.33 % afirma que no y los demás que no podría afirmar o negar lo que nos permitirán tener una mejor comprensión de las opciones de mejora y el entorno de los estudiantes.

Tabla 17

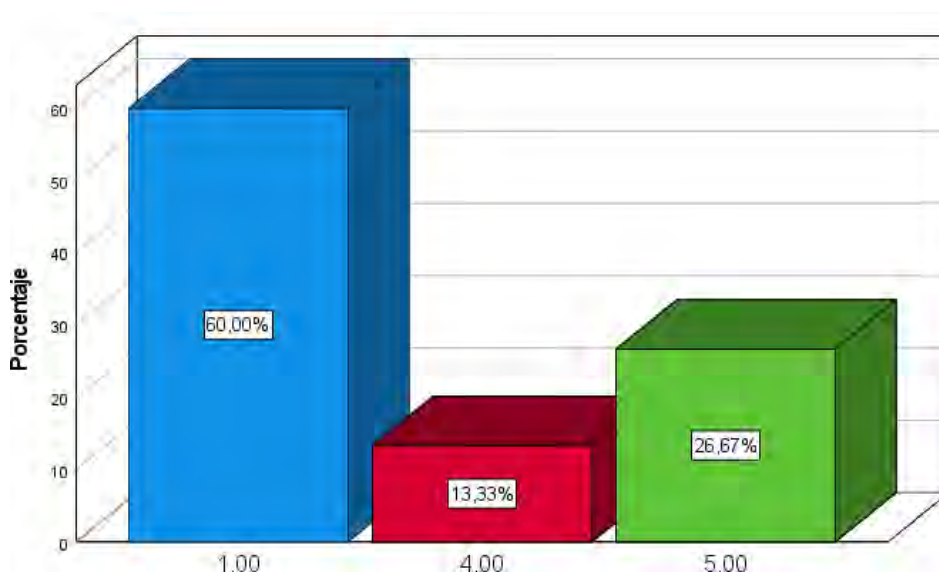
Los problemas que existen en la casa de tus compañeros, influyen en la formación integral, de ellos?

	fi	%
1,00	18	60,0%
4,00	4	13,3%
5,00	8	26,7%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 17

Estado emocional de los estudiantes



Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

En relación a la pregunta ¿Cómo es el estado emocional de tus compañeros? el 60% manifiesta que es bueno desde su perspectiva y un 13.33 % afirma que no ya que notan preocupación tristeza y otros comportamientos que ratifican su afirmación los demás que indiferente lo que nos permitirán tener una mejor comprensión de las opciones de mejora y el entorno de los estudiantes.

Tabla 18

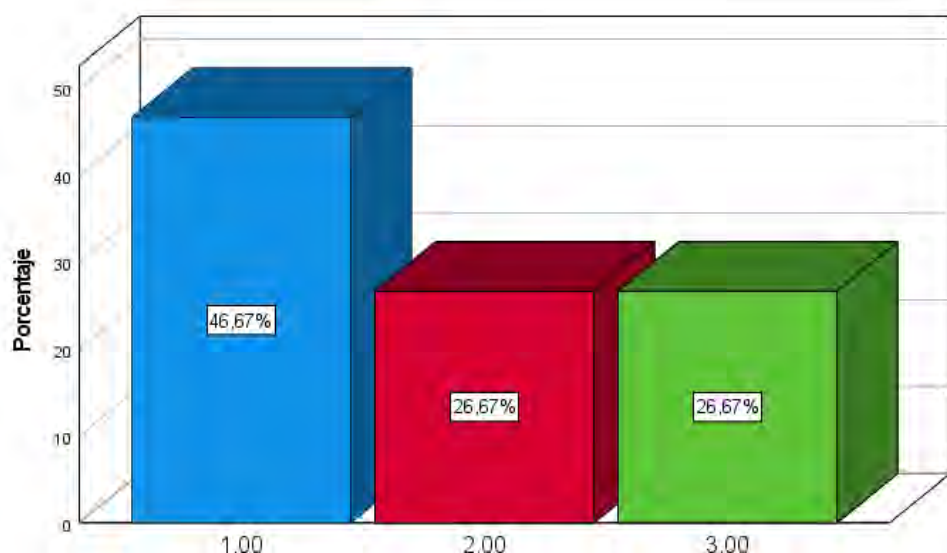
Los problemas que existen en la casa de tus compañeros, influyen en la formación integral, de ellos?

	fi	%
1,00	14	46,7%
2,00	8	26,7%
3,00	8	26,7%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 18

Importancia de la nutrición



Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

En relación a la pregunta ¿Tú crees que es importante la nutrición, en la formación integral de tus compañeros? El 46.67% manifiesta que si es importante y los demás que no o que es relativo desde su perspectiva lo que nos permitirán tener una mejor comprensión de las opciones de mejora y el entorno de los estudiantes.

Tabla 19

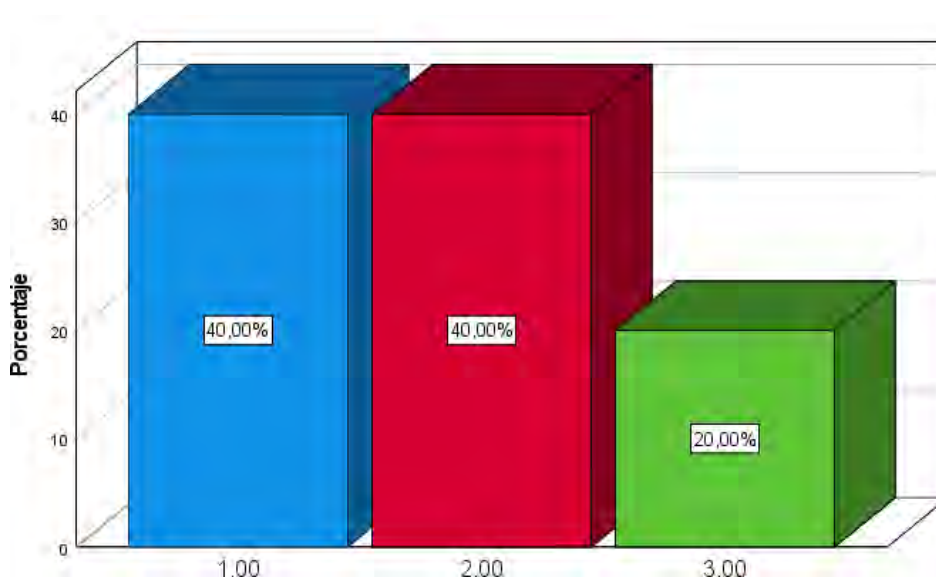
Los problemas que existen en la casa de tus compañeros, influyen en la formación integral, de ellos?

	fi	%
1,00	12	40,0%
2,00	12	40,0%
3,00	6	20,0%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 19

Influencia de la nutrición



Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

En relación a la pregunta ¿Tú crees que influye la nutrición, en la formación integral de tus compañeros? El 40% manifiesta que si es importante y los demás que no o que es relativo desde su perspectiva lo que nos permitirán tener una mejor comprensión de las opciones de mejora y el entorno de los estudiantes.

Tabla 20

Los problemas que existen en la casa de tus compañeros, influyen en la formación integral, de ellos?

	fi	%
1,00	13	43,3%
2,00	15	50,0%
3,00	2	6,7%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 20

Responsable de la preparación de alimentos en casa de los estudiantes



Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

En relación a la pregunta ¿Quién prepara los alimentos en la casa de tus compañeros? El 43.33% manifiesta que lo hace su mama un 50% que su mama o su papa o algún familiar cercano y los demás que come fuera de casa lo que nos permitirán tener una mejor comprensión de las opciones de mejora y el entorno de los estudiantes.

Tabla 21

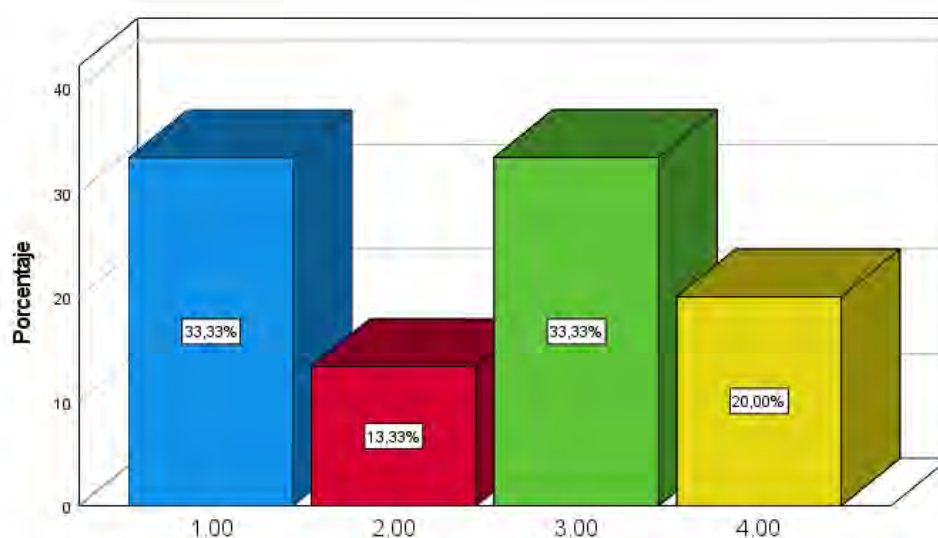
¿En qué medida, crees tú, que los padres de familia se preocupan por una adecuada nutrición de tus compañeros?

	fi	%
1,00	10	33,3%
2,00	4	13,3%
3,00	10	33,3%
4,00	6	20,0%

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 21

Preocupación de los estudios por los padres de familia



Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

En relación a la pregunta *¿En qué medida, crees tú, que los padres de familia se preocupan por una adecuada nutrición de tus compañeros?* el 33.33% manifiesta que con mucha frecuencia o de manera regular y más del 50% afirma que no es relevante lo que nos permitirán tener una mejor comprensión del manejo de una nutrición adecuada y el entorno de los estudiantes.

5.2 Encuesta a padres de familia

Tabla 22

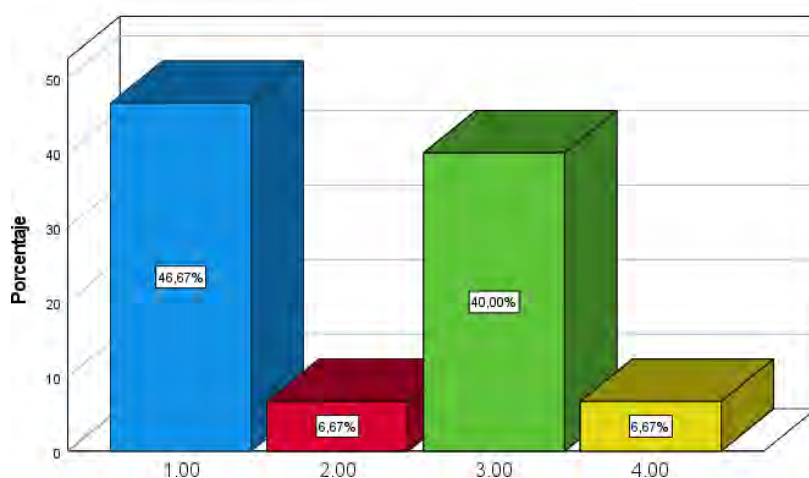
¿Cuál es, su estado Civil?

	Frecuencia		Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	1,00	7	46,7	46,7	46,7
	2,00	1	6,7	6,7	53,3
Válido	3,00	6	40,0	40,0	93,3
	4,00	1	6,7	6,7	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 22

Respuesta de los padres de familia sobre su estado civil



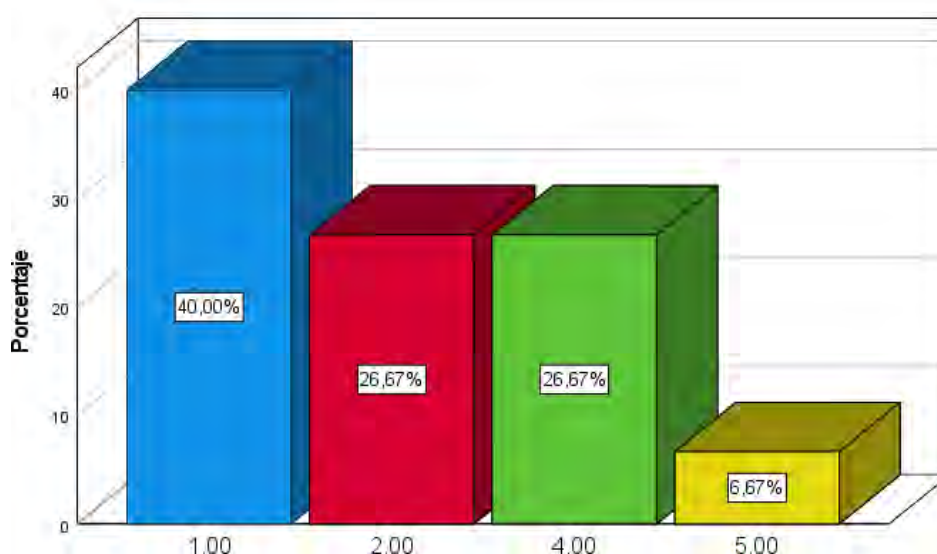
Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

En relación a la pregunta ¿Cuál es, su estado Civil? el 46.67% manifiesta que es casado un 6.67% que no lo es y un 40% afirma que es conviviente y el resto Viudo o en otra relación esto nos permitirán tener una mejor comprensión del entorno familiar de los estudiantes y así poder afirmar los supuestos teóricos planteados en el trabajo.

Tabla 23*La casa que habita con su familia ¿es?*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	1,00	6	40,0	40,0
	2,00	4	26,7	66,7
Válido	4,00	4	26,7	93,3
	5,00	1	6,7	100,0
Total	15	100,0	100,0	

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**Figura 23***Propiedad de la casa en que habitan los estudiantes y sus padres***Nota.** Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**- INTERPRETACION.**

En relación a la pregunta La casa que habita con su familia ¿es? El 40% manifiesta que es propia un 36.67% que no lo es y el resto afirma que vive en casa de familiares o en alquiler lo que nos permitirán tener una mejor comprensión del entorno familiar de los estudiantes y así poder afirmar los supuestos teóricos planteados en el trabajo.

Tabla 24

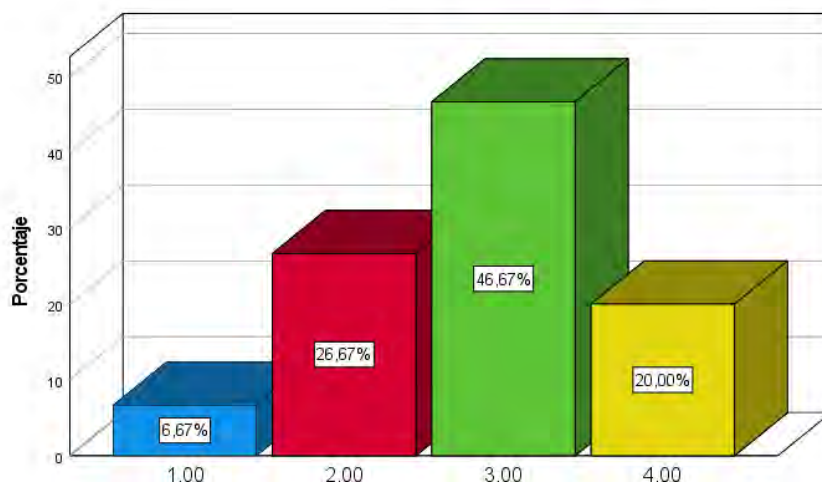
¿Cuántas veces se sirven los alimentos en casa? Se formula planes y programas para realizar los trabajos

	Frecuencia		Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	1,00	1	6,7	6,7	6,7
	2,00	4	26,7	26,7	33,3
Válido	3,00	7	46,7	46,7	80,0
	4,00	3	20,0	20,0	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 24

Número de comidas que se proporciona a los estudiantes



Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

En relación a la pregunta ¿Cuántas veces se sirven los alimentos en casa? Se formula planes y programas para realizar los trabajos el 6.67 % manifiesta que si lo hace un 26.67% que lo hace de vez en cuando y los demás afirman que lo hacen op que no tienen idea de lo que es esto nos permitirán tener una mejor comprensión del entorno familiar de los estudiantes y así poder afirmar los supuestos teóricos planteados en el trabajo

Tabla 25

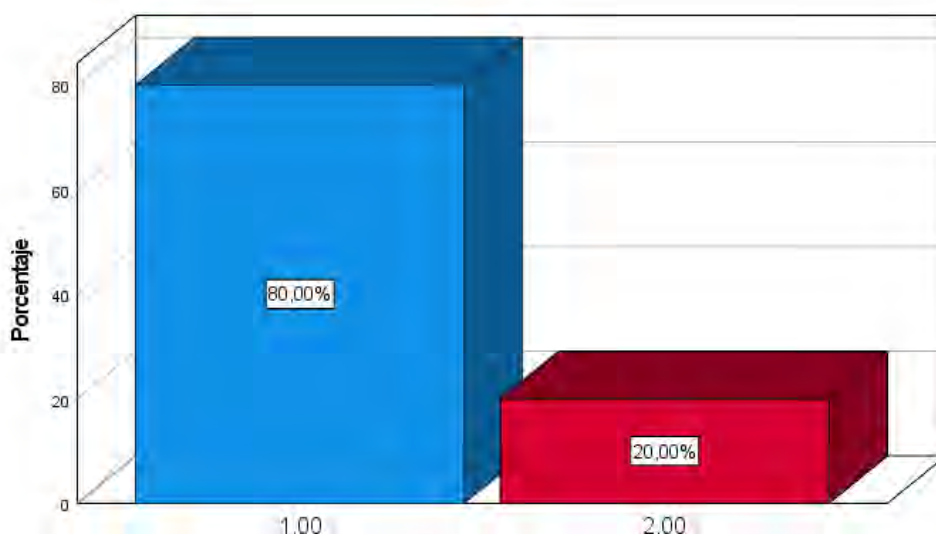
¿Cree usted que el conocimiento sobre la nutrición es importante para preparar mejores alimentos y ayudar a sus hijos a tener una buena formación integral?

	Frecuencia		Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	1,00	12	80,0	80,0	80,0
Válido	2,00	3	20,0	20,0	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 25

Importancia del conocimiento sobre la nutrición por los padres de familia



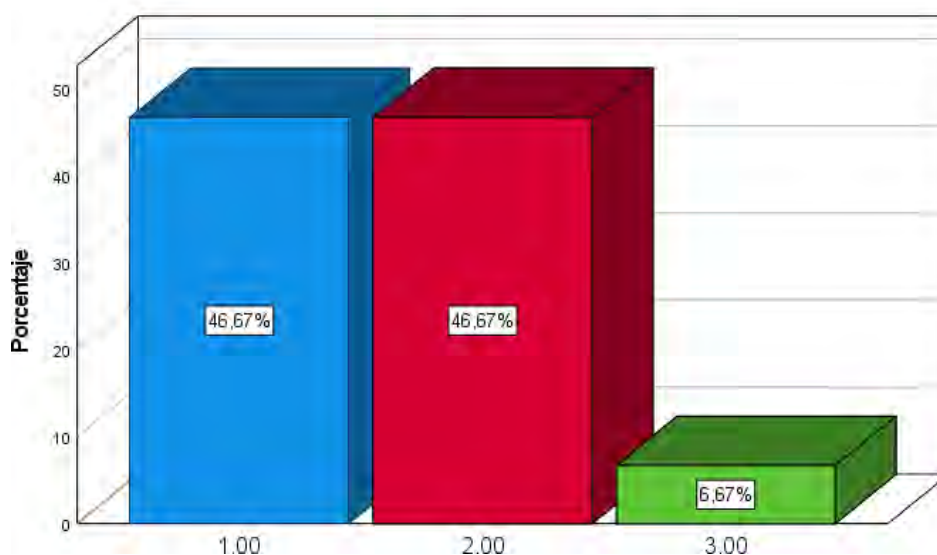
Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

En relación a la pregunta *¿Cree usted que el conocimiento sobre la nutrición es importante para preparar mejores alimentos y ayudar a sus hijos a tener una buena formación integral?* el 80 % manifiesta de manera categórica que si un 20% que no lo que es esto nos permitirán tener una mejor comprensión del entorno familiar de los estudiantes y así poder afirmar los supuestos teóricos planteados en el trabajo.

Tabla 26*¿Recibe usted, orientación sobre nutrición y/o alimentación?*

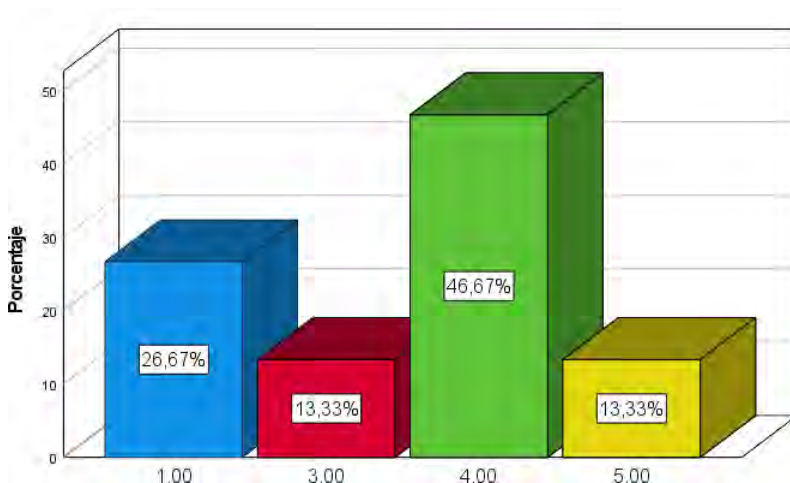
	Frecuencia		Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	1,00	7	46,7	46,7	46,7
	2,00	7	46,7	46,7	93,3
	3,00	1	6,7	6,7	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**Figura 26***Que orientación reciben los padres de familia sobre la nutrición***Nota.** Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**- INTERPRETACION.**

En relación a la pregunta ¿Recibe usted, orientación sobre nutrición y/o alimentación? el 46.67% manifiesta que recibe orientación un 46.67% que no y los demás que alguna vez o tiene referencias lo que es esto nos permitirán tener una mejor comprensión del entorno familiar de los estudiantes y así poder afirmar los supuestos teóricos planteados en el trabajo.

Tabla 27*¿De ser afirmativa la respuesta anterior, ¿De quién recibe?*

	Frecuencia		Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	1,00	4	26,7	26,7	26,7
	3,00	2	13,3	13,3	40,0
Válido	4,00	7	46,7	46,7	86,7
	5,00	2	13,3	13,3	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**Figura 27***De quién reciben las orientaciones sobre nutrición los padres de familia***Nota.** Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.**- INTERPRETACION.**

En relación a la pregunta De ser afirmativa la respuesta anterior, ¿De quién recibe? O sea ¿Recibe usted, orientación sobre nutrición y/o alimentación? el 26.67% manifiesta que lo aprendió por interés propio y los demás de diferentes fuentes y a veces sin intención o sea que lo escucho y ya lo que es esto nos permitirán tener una mejor comprensión del entorno familiar de los estudiantes y así poder afirmar los supuestos teóricos planteados en el trabajo.

Tabla 28

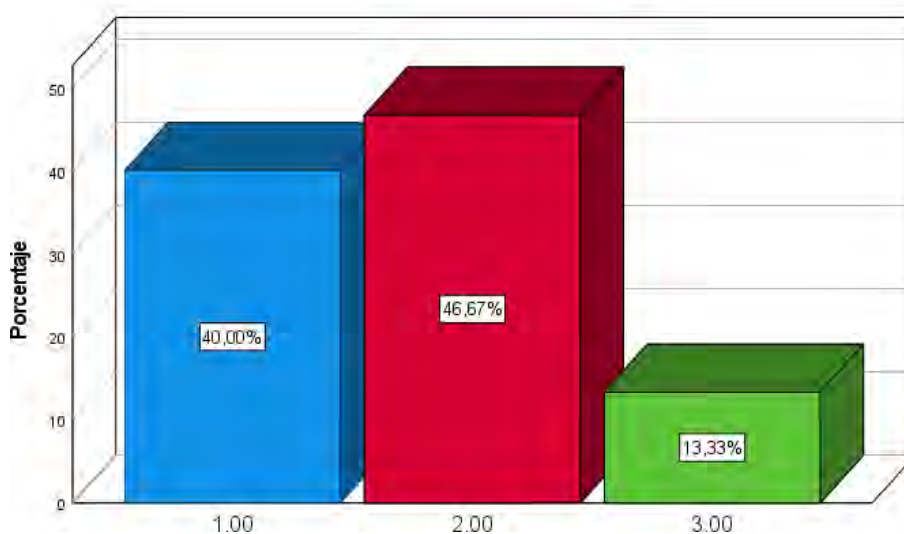
¿Dialoga con el profesor (ra) sobre la adecuada nutrición, que debe recibir su hijo?

	Frecuencia		Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	1,00	6	40,0	40,0	40,0
	2,00	7	46,7	46,7	86,7
	3,00	2	13,3	13,3	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 28

Se preocupa el padre de familia por la orientación de una adecuada nutrición



Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

En relación a la pregunta De ser afirmativa la respuesta anterior, ¿Dialoga con el profesor (ra) sobre la adecuada nutrición, que debe recibir su hijo? El 40% manifiesta que sí y un 46.67% que algunas veces y los demás que no esto nos permitirán tener una mejor comprensión del entorno familiar de los estudiantes y así poder afirmar los supuestos teóricos planteados en el trabajo.

Tabla 29

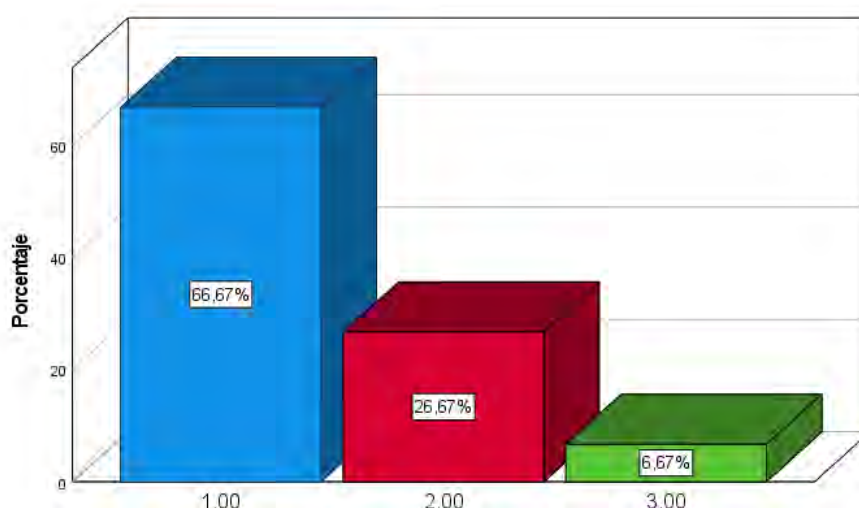
¿De qué manera cree usted que influya la nutrición que reciben sus hijos en su formación integral?

	Frecuencia		Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	1,00	10	66,7	66,7	66,7
	2,00	4	26,7	26,7	93,3
	3,00	1	6,7	6,7	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 29

Influencia de la nutrición en la formación integral de los estudiantes



Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

En relación a la pregunta De ser afirmativa la respuesta anterior, ¿De qué manera cree usted que influya la nutrición que reciben sus hijos en su formación integral? el 66.67% manifiesta que si influye y de manera directa y un 26.67% que influye pero que no es determinante y los demás que no esto nos permitirán tener una mejor comprensión del entorno familiar de los estudiantes y así poder afirmar los supuestos teóricos planteados en el trabajo.

Tabla 30

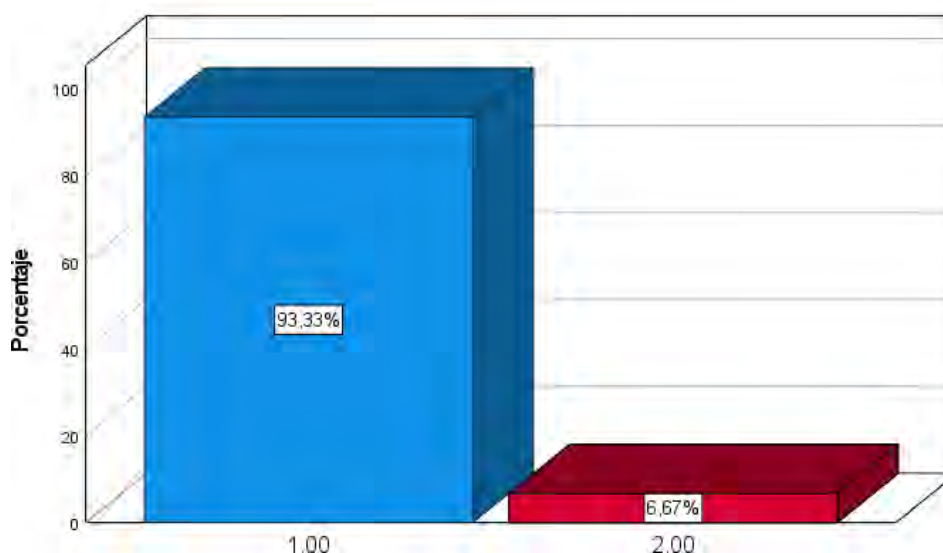
¿Es importante una adecuada nutrición, para la formación integral de sus hijos?

	Frecuencia		Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	1,00	14	93,3	93,3	93,3
Válido	2,00	1	6,7	6,7	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

Figura 30

En qué forma es importante una adecuada nutrición



Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

En relación a la pregunta De ser afirmativa la respuesta anterior, ¿Es importante una adecuada nutrición, para la formación integral de sus hijos? el 93.33% manifiesta que es importante y determinante y un 6.67% que influye pero que no es determinante y los demás que no esto nos permitirán tener una mejor comprensión del entorno familiar de los estudiantes y así poder afirmar los supuestos teóricos planteados en el trabajo.

5.3 Prueba de hipótesis

Tabla 31

Hipótesis general

H₁: La educación alimentaria y nutricional incide positivamente en el aprendizaje significativo de los estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco.

H₀: La educación alimentaria y nutricional no incide positivamente en el aprendizaje significativo de los estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco.

Correlaciones				
Rho de Spearman	V1	Coeficiente de correlación	1,000	,759**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	30	30
	V2	Coeficiente de correlación	,759**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	30	30

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

Conforme se aprecia en la tabla adjunta podemos que frente a las variables planteadas se tiene una correlación significativa para un valor de 0.759 lo cual prueba nuestra hipótesis alterna y por lo cual valida lo planteado en nuestro trabajo de investigación.

Tabla 32***Hipótesis específica 1***

H₁: Las experiencias previas que se maneja sobre la educación alimentaria y nutricional por parte de los padres de familia y los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco, son tradicionales e insuficientes para un mejor aprendizaje significativo.

H₀: Las experiencias previas que no se maneja sobre la educación alimentaria y nutricional por parte de los padres de familia y los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco, son tradicionales e insuficientes para un mejor aprendizaje significativo.

Correlaciones				
Rho de Spearman	V1	Coefficiente de correlación	1,000	,708**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	30	30
	D1	Coefficiente de correlación	,708**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	30	30

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

Conforme se aprecia en la tabla adjunta podemos que frente a las variables planteadas se tiene una correlación significativa para un valor de 0.708 lo cual prueba nuestra hipótesis alterna y se ignora la hipótesis específica nula por lo cual valida lo planteado en nuestro trabajo de investigación.

Tabla 33*Hipótesis específica 2*

H₁: Los nuevos conocimientos que vienen adquiriendo los padres de familia respecto a la educación alimentaria y nutricional, son positivos para mejorar el aprendizaje significativo de los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco.

H₀: Los nuevos conocimientos que vienen adquiriendo los padres de familia respecto a la educación alimentaria y nutricional, no son positivos para mejorar el aprendizaje significativo de los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco.

Correlaciones			
Rho de Spearman		Coeficiente de correlación	1,000
			,330
	V1	Sig. (bilateral)	.
			,075
		N	30
D2		Coeficiente de correlación	,330
			1,000
		Sig. (bilateral)	,075
			.
		N	30

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

INTERPRETACION:

Conforme se aprecia en la tabla adjunta podemos que frente a la variable y dimensión planteada planteadas se tiene una correlación significativa para un valor de 0.330 lo cual muestra una relación débil por lo cual a pesar del resultado contribuye a la validación de lo planteado en nuestro trabajo de investigación.

Tabla 34***Hipótesis específica 3***

H₁: La implementación que se viene dando de la educación alimentaria y nutricional en correspondencia con los nuevos conocimientos y antiguos conocimientos son dadas como orientaciones a los padres de familia y estudiantes por los profesores e instituciones de salud públicas para lograr optimizar el aprendizaje significativo en los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco.

H₀: La implementación que se viene dando de la educación alimentaria y nutricional en correspondencia con los nuevos conocimientos y antiguos conocimientos no son dadas como orientaciones a los padres de familia y estudiantes por los profesores e instituciones de salud públicas para lograr optimizar el aprendizaje significativo en los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco.

Correlaciones			
Rho de Spearman	V1	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,588**
	D2	N	.
		Sig. (bilateral)	,001
Rho de Spearman	V1	Coeficiente de correlación	.
		Sig. (bilateral)	,001
	D2	N	30
		Sig. (bilateral)	30

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Nota. Datos alcanzados del software estadístico Spss V-22.

- INTERPRETACION.

Conforme se aprecia en la tabla adjunta podemos que frente a las variables planteadas se tiene una correlación significativa para un valor de 0.588 lo cual prueba nuestra hipótesis específica 3 alterna y descarta la hipótesis específica 3 nula por lo cual valida lo planteado en nuestro trabajo de investigación

CONCLUSIONES

Primero. De acuerdo a las respuestas de los padres de familia y los estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco, no existe una verdadera orientación nutricional que pueda orientar a los estudiantes y padres hacia la preparación de alimentos adecuadamente balanceados de tal manera que influya en el mejor desarrollo de la formación integral de los estudiantes del Nivel primario de la Institución educativa motivo de investigación. Porque los profesores no ven por conveniente orientar a sus estudiantes sobre el factor nutricional.

Segundo. En relación al segundo objetivo específico diremos que en realidad los estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco. en la provincia de Acomayo de la Región Cusco presenta problemas de aprendizaje ocasionados por diversos factores. Por ejemplo, uno de los factores es la baja calidad de los alimentos, otra, las enfermedades broncas pulmonares, la desnutrición y por último se presentan los problemas de poca o casi nula capacidad de retención de los conocimientos y poca comprensión y análisis de lectura.

Tercero. Respecto a la pregunta sobre la preocupación de los padres de familia sobre el factor nutricional y la formación integral de los estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco, es muy poca la importancia que estos ponen en el buen y mejor desarrollo y formación integral de sus menores hijos, una por los escasos recursos económicos y otro porque prefieren negociar sus productos y comprar otros de más baja calidad nutritiva.

Cuarto. Tanto los estudiantes y padres de familia del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco. Declaran que el factor nutricional es muy importante para la correcta y pertinente formación integral de los educandos.

SUGERENCIAS

- A LOS PADRES DE FAMILIA

Se les sugiere, recibir charlas por parte de instituciones especializadas (salud, ONGS y de personal del municipio). Con la finalidad de aprovechar de mejor manera los productos propios de la zona que contienen los requisitos en cuanto a proteínas, vitaminas y grasas necesarias para una adecuada nutrición.

- A LOS ALUNMOS

A los alumnos se les sugiere incentivar a sus padres para que procuren en proporcionarles una mejor alimentación, con una alta calidad nutricional, tratando de balancear los alimentos de acuerdo a las orientaciones dadas por las instituciones especializadas en salud y nutrición. Para de esa manera tener un desarrollo y formación integral que les ayude a ser cada vez mejores estudiantes.

- A LOS PROFESORES

Se le sugiere, orientar de mejor forma a los estudiantes y padres de familia sobre la revaloración de los productos propios de la zona. Que no tienen mucho que envidiar a otros productos provenientes de otras regiones. Es decir, no menospreciar sus productos que ellos mismos elaboran, vendiéndoles a muy bajo costo para comprar otros productos que no tienen los requisitos para una buena dieta alimenticia.

Orientar a los educandos y padres de familia para que puedan preparar sus alimentos adecuadamente balanceados.

BIBLIOGRAFIA

Acasiete Degregori, José Augusto Estado nutricional y rendimiento académico en escolares de primaria de la institución educativa 22355 – “María Darquea de Cabrera” – Santiago – Ica, octubre 2017. UAP. Santiago – Ica 2017.

Ausbel D.P. "Psicología Educativa" Ed. Trillas México 19822.

Bianchi Lischetti. A. Biología general Edit. Ateneo 1988.

Calero Perez, Mavilo "Constructivismo: un reto de Innovación Pedagógica" Ed. San Marcos Lima – Perú 1997.

Capella Riera, Jorge: "Educación un enfoque integral", Edit, Cultura y Desarrollo, Lima-Perú, 1,989.

Capella Riera, Jorge: "Nuestros Hijos; Reto y Esperanza", Edit. Cultura y Desarrollo, Lima-Per. 1,985.

Clinical Practice Guideline for the Evaluation and Management of. Chronic Kidney Disease. Page 2. KDIGO 2012.

Daza Condemayta Mariana Problemas de la alimentación escolar en San Sebastián. UNSAAC Cusco 2021.

De Salas, Josefina: "Manual de Alimentación", OFASA DEL PERU", 1988.

Escudero, Pedro: "Nutrición", Edit, Kapelusz, Buenos Aires, 1997

European journal of clinical nutrition, 2009•go.gale.com

Facundo Anton, Luis "Fundamentos del Aprendizaje Significativo" Ed. San Marcos Lima Perú 1999.

Guzman Barron; Blanco Alvaro Ortiz, Ayala Macedo: "Nutrición Humana". Tomo II. Impr. Perú Offset. 1981. Lima

Holt Emmtt. Nutrition Infantil, Philadelphia, 1974.

Hooper L, Abdelhamid A (2015).

Icaza, Susana: "Nutrición", Edit. Interamericana. 2001.

Ley General de Educacion N° 23384. Edit. INKARI. LIMA PERU. 1999.

Ley General de Educación Ley Nro. 28044, Ed. Toribio Injante Lima Perú 2006.

Wikipedia la Enciclopedia Libre La Nutrición Microsoft Internet Explore.

Luigi Luca Cavalli-Sforza, Genética – Nutrición 1981.

Mc Laren, Donal: "Nutrición Humana". Edit. Kapelusz, México.14.

Mendieta Pineda, Ana Isabel. Formación integral y calidad educativa en la pontificia universidad javeriana: análisis de una relación compleja Bogotá – Colombia 2014.

Emmtt Holt: (HOLT, Emmtt, Nutrición Infantil, Philadelphia, 19745. MEZA CUADRA, Antonio: "Nutrición y Vigor", Edit. Sudamericano, Buenos Aires. 163.

Michel Helens, "Nutrición y Dieta". Edit. Interamericana S.A. 1978

Ministerio de Educación Ley 24088 Edit. Navarrete SRL. Lima 2008

Ministerio DE Educacion: "Educación para la Salud". Pág. 9.

Monteagudo Luna Juana Leonor y LANADO DALES Victoriano; La influencia de la nutrición en el rendimiento escolar de los educandos de la institución educativa N° 50949 de Quillahuata distrito de San Sebastián – Cusco. Cusco – Perú 2001.

Moreno Morales Rosa María Imelda. Relación entre el consumo de frutas, vegetales y alimentos altos en grasa, con el nivel de actividad física, en niñas y niños costarricenses en edad escolar, pertenecientes la provincia de San José. 2013. Universidad Nacional, Heredia de Costa Rica 2013.

Nueva Constitución Política del Perú. Ed. Nuevo Perú S.R.L. Lima Perú 2004

Pollit, E: "Desnutrición pobreza e inteligencia", Retablo de Papel, Lima (1974)

Rivera Palomino, Juan: "Tecnología educativa". Edit. ATEI, Lima-Perú, 1984.

Sáenz Benites Miguel Enrique, Percepción de alimentación saludable y su relación con el estado nutricional en los escolares de la i.e. micaela bastidas, lince -2019. Lince – Lima Perú 2019.

Helfer Susana (2018) Laboratorio Latinoamericano de Evaluación de la Calidad de la Educación.

World Health Organization (2015)

ANEXOS

TÍTULO: EDUCACION ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DE ESTUDIANTES DE PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 56008 SAN FELIPE DE SICUANI - CUSCO.

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPOTESIS GENERAL	VARIABLES/ DIMENSIONES	METODOLOGIA
- ¿De qué manera influye la educación alimentaria y nutricional en el aprendizaje significativo de los estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco? PROBLEMAS ESPECÍFICOS - ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre la	- Diagnosticar de qué manera incide la educación alimentaria y nutricional en el aprendizaje significativo de los estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco. OBJETIVOS ESPECÍFICOS - Diagnosticar el nivel de conocimiento sobre la	- La educación alimentaria y nutricional incide positivamente en el aprendizaje significativo de los estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco, para que tengan conocimiento de la preparación de alimentos balanceados y económicos y que estos se reflejen en un mejor rendimiento académico. HIPÓTESIS ESPECÍFICAS - El nivel de conocimiento	VARIABLE DE ESTUDIO 1: Educación Alimentaria y Nutricional DIMENSIONES - D. Biológica: Saludable - D. Social: Folklore - D. Económica: Remuneraciones, otras	- Tipo: Sustantivo - Nivel: Descriptivo - Explicativo - Diseño de Investigación: Descriptivo Causal - Tipología: X ----- Y Donde X producirá cambios en Y. - Población: 21 profesores y 303 estudiantes del nivel

educación alimentaria y nutricional que poseen los padres de familia, los profesores y los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco? - ¿Cuál es la relación que se da en la educación alimentaria y nutricional con el aprendizaje significativo de los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe	educación alimentaria y nutricional que tienen los padres de familia, profesores y estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco. - Establecer la relación que se da entre la educación alimentaria y nutricional con el aprendizaje significativo de los estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de	sobre la educación alimentaria y nutricional que tienen los padres de familia, profesores y estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco, son el padres y estudiantes insuficientes. - La relación que se da entre la educación alimentaria y nutricional con el aprendizaje significativo de los alumnos del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco., es directa y significativa.	VARIABLE DE ESTUDIO 2: Aprendizaje Significativo DIMENSIONES - D. Seguridad Alimentaria: Variedad, Cantidad y Calidad. - D. Sostenible: Creación de entornos propicios. - D. Corporal (Sentido, Cognitivo motor)	primaria - Muestra: 04 profesores, y 100 estudiantes del nivel primaria - Técnicas/ Instrumentos Encuestas/ Cuestionarios para ambas variables - Técnicas para el análisis de datos: Pruebas estadísticas descriptiva.
--	--	--	--	---

de Sicuani en la Región del Cusco? - ¿Cómo se viene implementando la educación alimentaria y nutricional en los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco? - ¿Cómo es el nivel socio- económico de los padres de familia de los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe	Sicuani en la Región del Cusco. -Determinar de qué manera se viene implementando la educación alimentaria y nutricional en los estudiantes del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco. -Conocer el nivel socio- económico de los padres de familia de los estudiantes del nivel primaria de la institución educativa N°	-La implementación que se viene dando sobre la educación alimentaria y nutricional en los alumnos del nivel primario de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco, es exigua. -El nivel socio-económico de los padres de familia de los alumnos del nivel primaria de la institución educativa N° 56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco, es exigua y preocupante		
--	--	--	--	--

de Sicuani en la Región del Cusco?	56008 San Felipe de Sicuani en la Región del Cusco.			
---------------------------------------	---	--	--	--

UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO

FACULTAD DE EDUCACIÓN

ENCUESTA A LOS ESTUDIANTES

DATOS GENERALES

a. Grado de estudio:..... b. Sexo: (M) (F) c. Edad:.....

Estimados: estudiantes, ponemos a vuestra consideración la presente encuesta cuyo objetivo es recoger, información base sobre: EDUCACION ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DE ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 56008 SAN FELIPE DE SICUANI – CUSCO - 2024. Rogamos responder con veracidad ya que vuestra identidad estará siempre en resguardo por el carácter anónimo de la presente.

INSTRUCCIONES: Marque con un aspa (X) la respuesta que considera por conveniente y explique brevemente cuando se le solicite

1. ¿Cuál es su estado Civil de tus padres?

- a. Casado (a) () c. Conviviente (ta) () f. Viudo(a) ()
b. Soltero (a) () d. Divorciado (a) ()

2. ¿Cuántos hermanos tienes?

- a. Dos () c. Cuatro () e. Más de cinco ()
b. Tres () d. cinco ()

3. ¿En tu casa se cocina con?

- a. Cocina a Kerosene () c. Concha () e. Carbón ()
b. Cocina a gas () d. Leña () f. Otro ()

4. ¿Qué concepto, tienes, de la nutrición?

.....
.....
.....
.....

5. ¿Tu profesor (ra) te orienta sobre la nutrición, en tu Institución educativa?

- a. Sí () c. No ()
b. A veces () d. No responde ()

6. Si el profesor(ra) te da orientación sobre nutrición: ¿cómo lo hace?

- a. Diario () c. Semanal () e. Otro ()
b. Interdiario () d. Mensual ()

7. ¿Tus compañeros, presentan problemas de comportamiento?

- a. Si () c. No ()
b. A veces () d. No responde ()

8. ¿Cuándo, presentan tus compañeros estos problemas de comportamiento?

- a. Diario () c. Mensual () e. Otro ()
b. Semanal () d. A veces ()

9. ¿Cómo se comunican diariamente tus compañeros, es decir que hablan más?

- a. Quechua () c. Aymará ()
b. Español () d. Otros ()

10. ¿Cuántos Hermanos tienen tus compañeros?

- a. 1 () c. 3 () e. 5 ()
b. 2 () d. 4 () f. Más de 5 ()

11. ¿En qué trabajan los padres, de tus compañeros?

- | | |
|--------------------------------|--------------------------------|
| PAPÁ: a. Agricultor () | MAMÁ a. Agricultora () |
| b. Trabaja en casa () | b. Trabaja en casa () |
| c. Comerciante () | c. Comerciante () |
| d. No trabaja () | d. No trabaja () |
| e. Otro () | e. Otro () |

12. ¿Quién compra los alimentos en la casa de tus compañeros?

- a. Papá () c. Hermanos (as) ()
b. Mamá () d. Otros ()

13. ¿Los problemas que existen en la casa de sus estudiantes, influyen en la formación integral, de ellos?

- a. Mucho () c. Nunca ()
b. A veces () d. Otro ()

14. ¿Cómo es el estado emocional de tus compañeros?

- | | | |
|------------------|--------------------|----------------|
| a. Amigable () | d. Desconfiado () | g. Ninguno () |
| b. Descortés () | e. Agresivo () | h. Otro () |
| c. Confiado () | f. Tímido () | |

15. ¿Tú crees que es importante la nutrición, en la formación integral de tus compañeros?

- a. Bastante () c. Poco ()
b. Regular () d. No es importante ()

16. ¿Tú crees que influye la nutrición, en la formación integral de tus compañeros?

- a. Bastante () c. Poco ()
b. Regular () d. No es influyente ()

17. ¿Quién prepara los alimentos en la casa de tus compañeros?

- a. Papá () b. Mamá ()

18. ¿En qué medida, crees tú, que los padres de familia se preocupan por una adecuada nutrición de tus compañeros?

- a. Bastante () c. Poco ()
b. Regular () d. Otro ()

UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO

FACULTAD DE EDUCACIÓN

ENCUESTA A LOS SEÑORES PADRES DE FAMILIA

Sr. (Sra.) PADRE (MADRE) De familia ponemos a vuestra consideración la presente encuesta cuyo objetivo es recoger información sobre: EDUCACION ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO DE ESTUDIANTES DEL NIVEL PRIMARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 56008 SAN FELIPE DE SICUANI – CUSCO - 2024. ROGAMOS Responder con veracidad ya que vuestra identidad estará siempre en resguardo por el carácter anónimo de la presente.

Instrucciones: Marque con un aspa (x) la respuesta que considere por conveniente.

1. ¿Cuál es, su estado Civil?

- | | | |
|-------------------|----------------------|---------------------------|
| a. Casado(a) () | c. Conviviente () | e. Viudo(a) () |
| b. Soltero(a) () | d. Divorciado(a) () | f. Padres soltero(ra) () |

2. La casa que habita con su familia ¿es?

- | | | |
|------------------|---------------------|--------------------|
| a. Propia () | c. Compra-venta () | e. De pariente () |
| b. Alquilada () | d. Anticresis () | f. Otro () |

3. ¿Cuántas veces se sirven los alimentos en casa?

- | | | |
|-----------|--------------------|--------------------|
| a. Una() | c. Tres () | e. No responde () |
| b. Dos() | d. Más de tres () | |

4. ¿Cree usted que el conocimiento sobre la nutrición es importante para preparar mejores alimentos y ayudar a sus hijos a tener una buena formación integral?

- | | |
|-----------------|-------------|
| a. Bastante () | c. Poco () |
| b. Regular () | d. Otro () |

5. ¿Recibe usted, orientación sobre nutrición y/o alimentación?

- | | |
|----------------|--------------------|
| a. Sí () | c. No () |
| b. A veces () | d. No responde () |

6. De ser afirmativa la respuesta anterior, ¿De quién recibe?

- | | | |
|---------------------|-----------------------|-------------|
| a. Profesor(ra) () | c. Club de madres () | e. Otro () |
| b. Prona () | D. Enfermera() | |

7. ¿Dialoga con el profesor (ra) sobre la adecuada nutrición, que debe recibir su hijo?

- | | |
|----------------|--------------------|
| a. Sí () | c. No () |
| b. A veces () | d. No responde () |

8. ¿De qué manera cree usted que influya la nutrición que reciben sus hijos en su formación integral?

- | | |
|-----------------|-------------|
| A. Bastante () | C. Poco () |
| B. Regular () | D. Otro () |

9. ¿Es importante una adecuada nutrición, para la formación integral de sus hijos?

- | | |
|----------------|--------------------|
| a. Sí () | c. No () |
| b. A veces () | d. No responde () |

Fotografía 1. Captura de infografía sobre gráfica alimentaria.



Fotografía 2. Captura de infografía sobre ciclo alimentario.

