



UNIVERSIDAD
NACIONAL
AUTÓNOMA DE
NICARAGUA,
MANAGUA
UNAN - MANAGUA

Facultad de Educación e Idiomas

Departamento de Pedagogía

Carrera de Pedagogía con mención en Educación Primaria

Foco de investigación:

Factores alimenticios que inciden en el proceso de enseñanza aprendizaje en niños y niñas de primer grado C, del turno matutino de la Escuela Pública Tenderí, en el municipio de Nindirí, departamento de Masaya, en el segundo semestre del año lectivo 2017.

Informe de Seminario de Graduación para optar al título de Técnico Superior en Pedagogía con mención en Educación Primaria.

Autoras:

Bra. Belén Auxiliadora de los Ángeles Chamorro Reyes

Bra. Leyla Marjorie Ortiz Hondoy

Bra. Roxana del Carmen Gómez López

Tutora: Lic. Meyling Ruiz Martínez

Managua, 11 diciembre 2017

Factores alimenticios que inciden en el proceso de enseñanza aprendizaje en niños y niñas de primer grado C, del turno matutino de la escuela pública Tenderí, en el municipio de Nindirí, departamento de Masaya, en el segundo semestre del año lectivo 2017.

2017



Dedicatoria

Dedicamos este trabajo de investigación de investigación primeramente a Dios por ser nuestro padre y creador por habernos permitido llegar a esta etapa tan importante en nuestra vida.

A nuestro padres por apoyarnos incondicionalmente en todas las decisiones que tomamos y por siempre guiarnos en por el buen camino para que seamos personas de bien.

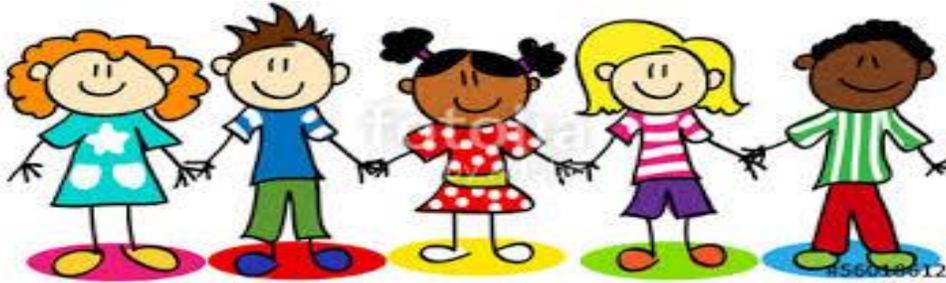
A nuestra tutora Lic. Meyling Ruiz que nos estuvo apoyando y guiando con mucha paciencia en la realización del presente trabajo.

A todas las demás personas que de una u otra manera nos apoyaron y nos dieron fortaleza para que logremos salir adelante en nuestras vidas; familia, amigos, amigas y docentes.

Agradecimiento

Agradecemos primeramente a Dios por ayudarnos a culminar este trabajo de investigación.

A todo el personal docente, administrativo y niños del 1^{er} C de la Escuela Pública Tenderí, les agradecemos por todo el apoyo y disposición que tuvieron en el proceso de la realización de este trabajo investigativo.



Resumen

La presente investigación se realizó en la Escuela Pública Tenderí, ubicado en el municipio de Nindirí, departamento de Masaya con el fin de analizar la influencia de la alimentación en el proceso de enseñanza aprendizaje en los niños y niñas de primer grado C.

Este trabajo investigativo es de enfoque cualitativo, porque se realiza un análisis de los factores alimenticios que inciden en el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños tanto en la escuela como en sus casas y es de corte transversal ya que se realiza en un tiempo determinado, durante el segundo semestre del año 2017.

Uno de los propósitos que tiene este estudio es analizar los factores alimenticios que inciden en el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños, esto con el fin de que los niños poco a poco replazasen hábitos alimenticios saludables que contribuyan a su proceso de enseñanza aprendizaje.

La metodología del trabajo incluye análisis documental en páginas web de diferentes bibliografías tales como: Norma técnica obligatoria nicaragüense de los kioscos y cafetines de los centros educativos y documentos del centro de documentación de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, entre otros. Se aplicaron diversas técnicas para recopilar información con el fin de conocer los tipos de alimentos que consumen los niños y niñas.

Con la aplicación de los instrumentos se obtuvo que los niños y niñas están teniendo malos hábitos alimenticios al momento de seleccionar los productos en el kiosco escolar.

Una de la principales recomendaciones que se le da al director del centro es que aplique correctamente la norma que brinda el Ministerio de Educación al kiosco de la escuela; a los padres de familia que procuren alistar a los niños loncheras escolares saludable y a la docente que implemente rincones de aprendizaje donde reflejen buenos hábitos alimenticios.

Índice

I.	Introducción	5
1.1	Planteamiento del problema.....	6
1.2	Justificación	7
1.3.	Antecedentes.....	8
II.	Foco de Investigación	11
III.	Cuestiones de investigación	12
IV.	Propósitos dela investigación	13
V.	Perspectiva teórica	14
I.	Conceptos básicos.....	14
II.	Alimentación y nutrición	17
III.	Consecuencias de una mala alimentación	18
IV.	Factores que inciden en la mala alimentación.....	24
V.	Medidas para obtener una adecuada alimentación.	30
VI.	Matriz de descriptores	40
VII.	Perspectivas de la investigación.....	42
VIII.	Análisis de resultados	50
IX.	Conclusiones.....	55
X.	Recomendaciones.....	56
XI.	Bibliografía.....	58
XII	Anexos.....	59

I. Introducción

La alimentación humana es un acto biológico que está condicionado social, cultural y económicamente. En todo el mundo coexisten cada vez más problemas relativos a la desnutrición, la deficiencia de vitaminas y minerales, la obesidad y las enfermedades crónicas relacionadas con el régimen alimentario, por lo tanto esto indica que existe una falencia en las instituciones educativas ya que no enseñan educación alimentaria ni hacen hincapié en una alimentación saludable.

La alimentación inadecuada afecta radicalmente el proceso de enseñanza-aprendizaje de los niños. El haber nacido con bajo peso, haber padecido anemia por deficiencia de hierro o deficiencia de zinc, pueden significar un costo de hasta 15 puntos en el Coeficiente Intelectual (CI) teórico.

Cuando un niño está mal alimentado es indiferente, apático, desatento, con una capacidad limitada para comprender y retener hechos, con frecuencia se ausenta de la escuela. Todo ello se refleja en el proceso de enseñanza- aprendizaje y en el rendimiento escolar.

Con esta investigación se pretende analizar los factores alimenticios que inciden en el aprendizaje de los estudiantes de primer grado C del turno matutino de la escuela pública Tenderí y de esta manera determinar medidas de seguridad alimentaria que ayude a mejorar el aprendizaje de los niños y niñas.

1.1 Planteamiento del problema

En la actualidad la educación de niños y niñas es un elemento muy importante para el desarrollo de un país; es por ello que una buena nutrición en los pequeños es necesaria en la adquisición del desarrollo cognitivo adecuado para que exista un aprendizaje escolar favorable, debemos tener en cuenta que la mala alimentación se acompaña frecuentemente por la deficiencia de vitaminas y minerales que trae como consecuencias: un aprendizaje deficiente, problemas en el aprendizaje, disminución en la retención y memoria, escaso desarrollo muscular, una disminución severa de peso, talla, y altura.

Es necesario reconocer el estado nutricional de los individuos ya que de una u otra forma influyen factores entre los más destacados los socioeconómicos que afectan al estado nutricional de los mismos (bajo ingreso familiar, el tamaño de la familia, hábitos alimenticios inadecuados y una producción insuficiente de alimentos).

Por lo expuesto anteriormente se pretende saber lo siguiente:

¿Cómo influyen los Hábitos Alimenticios que poseen los estudiantes de primer grado C del turno matutino del colegio público Tenderi del municipio de Nindiri en el proceso de enseñanza-aprendizaje?

1.2 Justificación

Es preocupante la asimilación de los aprendizajes durante el proceso de enseñanza-aprendizaje de igual manera el desarrollo de la capacidad en las edades infantiles. Siendo estos los momentos más trascendente en la vida del ser humano por lo que mantener hábitos alimenticios para obtener un buen estilo de vida saludable es la prioridad.

Para lograr lo anterior es necesario alcanza un mayor conocimiento de cotidianidad de los escolares desde lo alimentario y nutricional, para ello se requiere indagar sobre los factores alimenticios y la percepción de la alimentación, cultura alimentaria que tienen las madres, docentes, los mismo niños y de esta manera alcanzar una mayor comprensión de la realidad alimentaria de la población infantil así mismo proponer medidas de seguridad para darle respuesta a nuestra problemática y así disminuir los factores negativos que inciden en el proceso enseñanza aprendizaje de los escolares.

Esta investigación tiene como objetivo analizar los factores de la alimentación en el proceso de enseñanza aprendizaje en niños y niñas de primer grado C del turno matutino de la escuela pública Tenderi, en el municipio de Nindirí en el segundo semestre del año lectivo 2017.

1.3. Antecedentes

En el colegio público Tenderí, en la ciudad de Nindiri, en la actualidad no cuenta con un estudio sobre influencia de los alimentos que incidan en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los niños y niñas del primer grado, siendo esta la primera vez que se tiene un acercamiento con ellos, y brindan a esta investigación las pautas de poder resarcir sus hábitos alimenticios mediante este trabajo que será de utilidad para los presentes y futuros estudiantes de este centro.

En la búsqueda de fuentes que se asemejen a la temática abordada hemos encontrado que en la UNAN-MANAGUA se han elaborado otros estudios similares, que en su esencia contienen una visión de los hábitos alimenticios y su influencia en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los escolares, entre los estudios que más se destacan por su contenido se encuentran lo siguiente:

1. Hábitos de una alimentación y su influencia en el proceso de aprendizaje del niño Kenneth de primer nivel del centro educativo Alfonso Cortes del distrito VI de Managua, durante el segundo semestre del año 2015, realizado por Bra. Denia Hernández Hernández y Bra. Patricia López Girón, la cual pretende explicar cómo afecta la alimentación en el proceso de aprendizaje del niño Kenneth de primer nivel. Con este fin se propone mejorar los hábitos alimenticios del escolar que incidan de forma positiva en su salud, desarrollo y educación.
Llegaron a la conclusión que el entorno familiar no favorece en la alimentación del niño ya que no se le proporciona alimentos saludables para su desarrollo y el niño carece de atención médica por que la mama no lleva un control en el peso del niño y solo lo lleva al médico en casos de emergencia, al igual la mama no llevo un control prenatal que esto favorecía al crecimiento y desarrollo del niño.
2. También se encontró un segundo trabajo: Formación de hábitos de alimentación saludable en los niños y niñas de la segunda etapa del segundo ciclo de educación infantil, en el centro educativo San Martín de

Porres en el barrio nueva vida de ciudad Sandino, durante el año 2016, elaborado por Bra. Ana Ramírez Mendoza y Bra. María Ramos Saavedra, las que abordaron en ese estudio el consumo de exceso de comida chatarra, convirtiendo el enfoque de este trabajo en investigación-acción teniendo como propósito fomentar en los niños, padres y maestro el consumo de alimentos adecuados y una alimentación balanceada en el cual llegaron a la conclusión que los padres de familia tiene conocimiento sobre la nutrición y salud que deben de tener los niños, también en concientizar que los niños no deben llevar en la lonchera comida chatarra para que no tenga consecuencias negativas los niños.

3. Importancia de hábitos alimentarios y estilo de vida saludable en niños de 0 a 6 años en el centro de aplicación Arlen Siu y el centro pre-escolar Claudia Chamorro, del departamento de Managua, Nicaragua en el II semestre del año 2016, elaborado por Bra. Lesbia Karina Bermúdez Narváez y Bra. María Elizabeth Espinoza, la finalidad de este estudio es comparar los hábitos alimenticios de ambas instituciones educativas y demostrar la importancia de los hábitos alimentarios, estilos de vida saludable de los escolares y la manera en que este influye en la calidad educativa y en la salud en favor del desarrollo integral del niño y del aprendizaje significativo, y así contribuir al desarrollo cognitivo, en el cual llegaron la conclusión que los tipos de alimentos y llevar un buen estilo de vida saludable son importantes para el desarrollo de los niños sobre todo en la etapa preescolar, ya que ayuda a su desarrollo físico y mental entre otros.

A través de estos antecedentes, nos podemos dar cuenta que la alimentación es un factor muy importante a tener en cuenta durante el proceso del desarrollo de los aprendizajes, tomando en cuenta el trabajo que aporta a esta investigación la institución educativa, la familia y la sociedad, para el desarrollo óptimo de los escolares ya que en esta edad se puede implementar hábitos alimenticios

favorables porque es donde ellos se apropian de un cumulo de conocimientos que regirán su vida futura.

De allí la importancia que reviste el estudio de estos temas, que permitirán continuar la búsqueda de la calidad en la educación y la salud, y así brindar a los individuos, a la sociedad y al país un desarrollo futuro.

II. Foco de Investigación

Factores alimenticios que inciden en el proceso de enseñanza aprendizaje en niños y niñas de primer grado C del turno matutino de la escuela pública Tenderí, en el municipio de Nindiri, departamento de Masaya; en el segundo semestre del año lectivo 2017.

III. Cuestiones de investigación

- ¿Cómo son los hábitos alimenticios de los niños y niñas de primer grado que trascienden en el proceso de enseñanza aprendizaje?
- ¿Cuáles son los tipos de alimentos que ofrecen en los kioscos escolares?
- ¿Cómo es la calidad de los tipos de alimentos que consumen los niños y niñas del colegio Tenderí?
- ¿Qué medidas podemos sugerir para que mejore la alimentación de los niños y niñas y obtener un buen aprendizaje?

“A mejores hábitos alimenticios, mayor aprendizaje escolar “

IV. Propósitos de la investigación

Propósito General:

1. Identificar los factores alimenticios que inciden el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños y niñas de primer grado de la escuela Tenderi.

Propósitos Específicos:

1. Identificar los factores alimenticios de los niños y niñas que trascienden en el proceso de enseñanza aprendizaje.
2. Describir y valorar la calidad de los tipos de alimentos que se ofrecen a los niños y niñas que consumen en el colegio Tenderi
3. Proponer medidas que mejoren la alimentación de los niños y niñas para obtener un buen aprendizaje.

V. Perspectiva teórica

I. Conceptos básicos

1.1. Alimentación

Es la ingesta de alimentos por parte de los organismos para conseguir los nutrientes necesarios y así con esto obtener las energías y lograr un desarrollo equilibrado (//revistaABC).

1.2. Hábitos alimenticios

El mejor momento para formar hábitos para la vida es la infancia y esta formación comienza incluso desde el vientre materno (haire-joshu, elliot, caito, et.al, 2008).

Se pueden definir como los hábitos adquiridos a lo largo de la vida que influyen en nuestra alimentación.

1.3. Aprendizaje

Adquisición del conocimiento como proceso en cual se modifican y adquieren habilidades, destrezas, conocimientos, conductas o valores como resultado del estudio, la experiencia, la instrucción, el razonamiento y la observación. Este proceso puede ser analizado desde distintas perspectivas por lo que existen diferentes teorías del aprendizaje; es una de las funciones mentales más importantes en humanos, animales y sistemas artificiales (//ecured.cu).

1.4. Calidad de alimentos

Conjunto de cualidades que hacen aceptables los alimentos a los consumidores. Estas cualidades incluyen tanto las percibidas por los individuos (cualidades sensoriales): sabor, olor, textura, forma y apariencia, tanto como las higiénicas y químicas. La calidad de los alimentos es una de las cualidades exigidas en los procesos de manufactura alimentaria, debido a que el destino final de los productos es la alimentación humana y los alimentos son susceptibles en todo de sufrir cualquier forma de contaminación. Su objetivo no son solamente las cualidades sensoriales y sanitarias, sino también la trazabilidad de los alimentos durante los

procesos industriales que van desde su recolección, hasta su llegada al consumidor final (enfoque científico y legal, monde selection, 2012).

1.5. Kioscos escolares

Espacio físico adecuado para el consumo de alimentos nutricionalmente saludable, en cual se brinda la oferta de alimentos sanos e inocuos, se implementa normas sanitarias de control y calidad de alimentos y además tiene el objeto de promover estilos de vida saludables en la población escolar.

1.5.1. Tipos de kiosco escolares

- **Kiosco básico:** considerado el espacio físico que posee una estructura sencilla, sólida y segura para el expendio de alimentos sin poseer servicios básicos completos.
- **Kiosco tipo cafetín:** este tipo de kiosco se considera como aquel establecimiento que cumple con poseer estructura compleja, sólida y segura, posee servicios básicos completos y se rige bajo del tratamiento de las normas sanitarias de restaurante (Cortez R. la nutrición de los niños en edad infantil. Centro de investigación universidad del pacifico, 2002).

1.6. Lonchera escolar

Es un conjunto de alimentos que tienen por finalidad proveer a los alumnos de la energía y nutrientes necesarios para cubrir sus recomendaciones nutricionales y desarrollar sus potencialidades en la etapa de desarrollo y crecimiento correspondiente. Constituye una comida adicional a las tres comidas principales por lo consiguiente no es un remplazo de las mismas. Contiene del 10% al 15% del valor calórico total de los alimentos ingeridos en el día y puede suministrarse a media mañana o media tarde dependiendo de la jornada escolar (manos unidad. La lonchera escolar. Suplemento parlante 2010).

1.6.1. Beneficios de una lonchera saludable

- Establece adecuados hábitos alimenticios.
- Fomenta la toma de conciencia de una alimentación saludable.
- Proporciona nutrientes necesarios para un adecuado crecimiento.
- Promueve el consumo de alimentos saludables y nutritivos desde la niñez. (IESN.curso nutrición pediátrica.la mejor lonchera escolar.lima 2006).

1.7. Merienda escolar

La nutrición y la salud hoy en día son considera inversiones que conducen a la formación de capital humano. La merienda escolar es una inversión en la salud, la nutrición y la educación de los niños, y por ende en el futuro de una nación. La merienda escolar es sumamente importante dentro de la dieta, este debe de ser equilibrada, variada y completa; no obstante es preciso adaptarla e individualizarla ajustándola a las necesidades y estilos de cada infante.

1.7.1. Merienda escolar en Nicaragua

Es un programa que pretende restituir unos de los derechos de los niños y niñas de nuestro país. Desde el 2007 se comenzó con este trabajo que en la actualidad beneficia a todos los centros escolares ubicados en los 153 municipios del territorio nicaragüense. El ministerio de educación (MINED), junto al programa mundial de alimentos (PMA) pretende maximizar la retención escolar ya que los niños al recibir este beneficio tienen una razón más y muy poderosa para asistir a los colegios y puntuales. Si bien la merienda escolar puede que no acabe con la mal nutrición pero ayuda que le estudiante tenga satisfacción en su estómago y pueda prestar más atención a las clases impartidas por los docentes.

La merienda escolar si tiene que ver con los aspectos relacionados con la educación, por que un niño con el estómago vacío no puede estudiar, tiene hambre, se desmaya, sino esta nutrido tiene problemas de aprendizaje, o no va la escuela porque los padres no tienen alimentos seguros en su hogar, por esto la merienda escolar es un gran beneficio no solo para los estudiantes sino también

para las familias (red iberoamericana de comunicación y divulgación científica-IBERDIVULGA).

II. Alimentación y nutrición

2.1. Alimentación como derecho universal

La declaración universal de derechos humanos de 1948 proclamo que " toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar y en especial la alimentación. En la declaración de Roma sobre la seguridad alimentaria mundial dice " el derecho de toda persona de tener acceso a alimentos sanos y nutritivos, en consonancia con el derecho a una alimentación apropiada y con el derecho fundamental a toda persona a no padecer de hambre.

Erradicar el hambre no es un mero ideal adecuado elevado asegurar el derecho a disponer de alimentos adecuados y no padecer hambre es un asunto derecho internacional, específicamente contenido en diversos instrumentos de los derechos humanos donde están comprometidos países de todo el mundo ([//derechosalosalimentos,fao,org](http://derechosalosalimentos,fao.org)).

2.2. Diversidad y proporción (6-8 años)

La diversidad alimentaria es una medida cualitativa del consumo de alimentos que reflejan el acceso de los hogares a una variedad de alimentos, si como una medida indirecta de la adecuación de nutrientes de la dieta individual, varía según varios factores entre los cuales, económicos, sociales y religiosos; lo más importante de tener diversidad en la alimentación es intentar comer todos los alimentos necesarios para tener una buena salud.

La alimentación en la etapa de 6 a 8 años es muy estable a nivel de crecimiento, en esta etapa la ingesta de alimentos debe ser variada en cantidades adecuadas. Las necesidades energéticas de un niño entre 6 a 8 años oscilan en las 2000-2200 kcal/día y varían en función de la actividad física del niño.

2.3. Seguridad alimentaria y nutricional

El hambre, la desnutrición y la pobreza prevalecen el mundo contemporáneo, donde existen 800 millones de personas desnutridas y varios millones más que padecen de enfermedades relacionadas con carencia de micronutrientes, contaminación de los alimentos y el agua.

Según los documentos de la cumbre mundial de la alimentación la seguridad alimentaria se puede definir como:

- Disponibilidad de los alimentos.
- Su estabilidad.
- Acceso de los mismos.

Este es uno de los conceptos más actuales de seguridad alimentaria, la cual se ha visto afectada por diferentes causas: pobreza, desempleo, desastres naturales y los provocados por los hombres (guerras). (Torres ribero, 1999; 6).

La seguridad alimentaria y nutricional es un proceso de carácter multisectorial, interinstitucional y transdisciplinaria, pues tiene que ser abordado desde las diferentes disciplinas del conocimiento y deben estar implicados los diversos sectores e instituciones que de forma integrada deben promover el desarrollo local, concretamente en el universo de la comunidad.

III. Consecuencias de una mala alimentación

3.1. Enfermedades producidas por alimentos insuficientes

Enfermedades producidas por una ingesta insuficiente de energía o nutrientes específicos, causa desnutrición, anemia nutricional, osteoporosis y bocio endémico.

Desnutrición

Es una enfermedad producida por un consumo insuficiente de energía y nutrientes. Las personas tienen un bajo peso corporal y en los niños produce un retraso del crecimiento y desarrollo psicomotor. Produce una disminución de la

capacidad de defenderse de las enfermedades infecciosas y aumenta el riesgo de mortalidad, además hay una disminución en el rendimiento escolar.

Los factores que influyen en la desnutrición

- Bajo ingreso.
- Falta de conocimientos alimentarios.
- Insuficiente disponibilidad de alimentos.
- Malas condiciones de saneamiento ambiental.
- Hábitos alimentarios inadecuados.

Principales causas de la desnutrición

- Una alimentación insuficiente en proteínas y calorías debido a la falta de recursos económicos o falta de conocimientos alimentarios o de nutrición.
- Falta de agua potable, alcantarillado y la inadecuada eliminación de basuras.
- Malos hábitos de higiene personal y manipulación de los alimentos.

Anemia nutricional

Es una condición caracterizada por un bajo contenido de glóbulos rojos (hemoglobina) en la sangre. Esta produce decaimiento, irritabilidad, cansancio, disminuye las defensas del organismo, el rendimiento escolar y reduce la capacidad de trabajo.

Causas de la anemia por falta de hierro

- Bajo consumo de alimentos ricos en hierro.
- Mala utilización del hierro de los alimentos.
- Baja ingesta de vitamina B12, ácido fólico y vitamina C.

Como prevenir la anemia por falta de hierro

- Comiendo tres o cuatro veces por semana carne, pescado, pollo, pavo o hígado, por su alto contenido en hierro.

- Combinando los alimentos ricos en hierro vegetal con alimentos ricos en vitamina C.
- Evitando el consumo de alimentos que disminuyen la absorción de hierro.

Osteoporosis

Es una enfermedad en la que lenta y progresivamente los huesos se van haciendo frágiles y propensos a fracturas.

Causas de la osteoporosis

- Antecedentes de familiares de fracturas o deformación de la columna durante la ancianidad.
- Falta de actividad física.
- Bajo consumo de calcio.

Como prevenir la osteoporosis

- Comiendo alimentos ricos en calcio y vitamina D.
- Aumentando la actividad física.

Bocio endémico

Es una enfermedad crónica que se caracteriza por un aumento del tamaño de la glándula tiroides, debido principalmente a un insuficiente consumo de yodo.

La deficiencia de yodo produce, además del bocio, dificultades de aprendizaje en los niños.

Como prevenir el bocio endémico

- Consumiendo sal yodada.
- Aumentando el consumo de yodo, mediante el constante consumo de pescado y otros alimentos de origen marino.

3.2. Enfermedades producido por exceso de alimentos

Las enfermedades producidas por la ingesta excesiva de energía son:

Obesidad

Es una enfermedad producida por la cantidad excesiva de grasa corporal o tejido adiposo en relación a la masa corporal. La OMS considera la obesidad como una enfermedad, ya que es un factor de riesgo tener altos niveles de lípidos sanguíneos.

Las personas obesas pueden verse rechazadas socialmente, todo esto contribuye a bajar su autoestima y deteriorar su calidad de vida.

Causas de la obesidad

- Causada por un consumo de energía (calorías) superior al gasto energético.
- Falta de actividad física que caracteriza la vida actual.
- En escolares el consumo frecuente de comidas rápidas, concentran una gran cantidad de calorías y grasas que aumenta el sobrepeso y la obesidad.

Factores que causan obesidad

- Herencia.
- Moda alimentaria.
- Malos hábitos alimentarios.
- Bajo costo de alimentos poco saludables.
- Consumo excesivo de energía y grasas.
- Poca actividad física.

Enfermedades cardiovasculares

Son enfermedades que afectan el corazón y los vasos sanguíneos. Estas pueden producir discapacidad y muerte en personas jóvenes.

Causas de la enfermedad cardiovascular

- Consumo frecuente de alimentos ricos en grasas.
- Falta de ejercicio físico.
- Obesidad.
- Hipertensión.
- Diabetes.
- Antecedentes de familias con esta enfermedad.

Hipertensión arterial

Es el aumento crónico (mantenido en el tiempo) de la presión sanguínea, y aumenta el riesgo de tener una enfermedad cardiovascular.

Causas de la hipertensión arterial

- Excesivo consumo de alimentos salados y ricos en grasas.
- Bajo consumo de calcio y vitaminas.
- Obesidad.
- Falta de actividad física.

Diabetes

Es una enfermedad crónica, es decir para toda la vida, caracterizada por una alta concentración de glucosa o azúcar en la sangre. Se debe a que no se produce o no se puede utilizar la insulina, hormona producida por el páncreas.

Causas de la diabetes

- En la diabetes del adulto existe una predisposición hereditaria, y al asociarse con la obesidad, provoca resistencia de las células a la acción de la insulina.
- En la diabetes infantil o juvenil también existen factores hereditarios o deberse a enfermedades producidas por virus que destruyen las células del páncreas.

3.3. Déficit en el desempeño escolar y personal

La alimentación juega un papel muy importante en el desempeño escolar de los niños, ya que un niño mal alimentado no rinde en las tareas escolares, como tampoco en su calidad de vida. Es por ello que cada niño debe de tener una buena alimentación para un buen desempeño escolar y una mejor calidad de vida. La escuela, es decir, el sistema de educación formal, es uno de los agentes de socialización más poderosos a que están expuestas las personas. Ejerce una influencia benéfica sobre el desarrollo psicosocial, la adquisición y utilización del conocimiento y el progreso económico y social de los individuos y de la sociedad.

Las aptitudes y actitudes básicas se forjan en la primera infancia; además, en ese periodo del desarrollo hay una gran demanda de energía para satisfacer las necesidades biológicas y sociales de crecimiento y maduración. La educación formal es un proceso largo y complejo sometido a múltiples determinantes. La matrícula, la asistencia y el rendimiento escolares están determinados por una serie de factores tanto internos como externos con respecto al niño y al sistema familiar. Esos factores que intervienen desde la primera infancia y durante todo el periodo escolar facilitan u obstaculizan el desarrollo de las capacidades y habilidades naturales. Además, los factores que inciden en el mismo sentido en el proceso educativo tienden a asociarse. Así, la pobreza de la familia se asociará con escuelas pobres rara vez capaces de proporcionar al niño las experiencias de aprendizaje que le permitan adquirir las capacidades intelectuales y las habilidades Cognitivas necesarias en la sociedad.

IV. Factores que inciden en la mala alimentación

4.1. Educación alimentaria

La educación alimentaria no solo se limita a realizar acciones educativas y brindar información para elevar el conocimiento; en cuanto educación y nutrición, esta debe tener como finalidad el mejoramiento de la conducta alimentaria. La adquisición de conocimientos y la adopción de actitudes positivas.

Definiremos educación alimentaria como lo promueve la escuela de nutrición de la facultad de ciencias médicas la universidad nacional de córdoba, el cual plantea que: " la educación alimentaria y nutricional se definirá como un proceso educativo de enseñanza-aprendizaje permanente, dinámico, participativo, integral, bidireccional que tiene por finalidad, promover acciones educativas tendientes a mejorar la disponibilidad, consumo y utilización de los alimentos, con un perfil epidemiológico de potenciar y reafirmar los hábitos alimentarios saludables y neutralizar o reducir los erróneos, respetando las tradiciones costumbres e idiosincrasia de las comunidades contribuyendo al mejoramiento del estado nutricional y por ende a la calidad de vida de una región o país. (colectivo de autores,2005)

4.2. Hábitos familiares

El proceso de formación de hábitos en los niños y las niñas se basa en la construcción de rutinas en las cuales es importante que los adultos tengan en cuenta los siguientes aspectos:

- Definir cuáles son los hábitos que serán objeto del proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Estructurar los pasos o secuencias a seguir para su adecuada implementación y practica constante en la vida diaria.

- Dar a conocer la importancia y las ventajas de su práctica oportuna y constante, por parte de los niños, niñas y la familia.

Los hábitos conforman las costumbres, actitudes, formas de comportamientos que asumen las personas ante situaciones concretas de la vida diaria, las cuales conllevan a formar y consolidar pautas de conducta y aprendizajes que se mantienen en el tiempo y repercuten (favorable o desfavorablemente) en el estado de salud, nutrición y el bienestar.

La formación de hábitos alimentarios y estilos de vida saludables es un proceso interactivo en el que es importante tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Acciones dirigidas a la formación de hábitos saludables.
- Rol de los adultos como mediadores y agentes modeladores.
- El ambiente humano y físico que rodea el momento de las comidas y la práctica de los hábitos saludables.

Es más fácil inculcar los hábitos saludables de manera temprana, para que los niños sigan esos hábitos antes que adquieran comportamientos negativos, ya que cambiar los conocimientos, las actitudes, valores y patrones de comportamientos inadecuados toma mucho tiempo.

Es importante que los padres de familia les enseñen a los niños mediante el modelaje permanente, información gráfica en forma de láminas para explicar los buenos hábitos.

En el caso de niños y niñas de menor edad, es importante mantener cierta flexibilidad en el proceso de adquisición de estos hábitos. Conviene que se respeten sus preferencias personales, pero sin consentir caprichos continuos. En algunas épocas se tiene menos apetito. Durante la infancia esto suele coincidir

con etapas en que el crecimiento es algo más lento y, por lo tanto, la necesidad de nutrientes es menor.

Es importante que cada familia tome conciencia de cuáles son los hábitos de alimentación y procurar mejorarlos, para que así los niños tengan una vida saludable.

4.2.1. Bajo ingreso familiar

Los malos hábitos alimenticios son frecuentes entre la población que no son conscientes de lo perjudicial que pueden ser, no sólo afectan nuestra salud, sino también nuestra apariencia física y nuestro estado de ánimo.

El consumo inadecuado de alimentos no proporcionan los nutrientes necesarios y esto no ayuda al crecimiento y desarrollo óptimo de los niños es por ello que no tienen una vida sana, ya que esto también genera enfermedades crónico-degenerativas, por ejemplo diabetes mellitas, presión arterial, obesidad y cáncer debido tanto a carencias nutricionales como a exceso de consumo de alimentos que conocemos como chatarra, por ejemplo, refrescos, papas fritas, pizza, hamburguesas.

Algunos hábitos inadecuados son:

- Comer deprisa, desde siempre nos han inculcado comer despacio y masticar bien los alimentos, por lo que esto no debe dejarse de lado y optar por comer más deprisa para terminar antes.
- Comer de pie, suele ser una opción a la hora de hacer la digestión para algunos que piensan que los alimentos se digieren antes si nos mantenemos de pie. Esto es un error, hay que comer sentados y en buena posición.
- Comer al mismo tiempo que trabajamos o realizamos cualquier otra actividad. Este es uno de los fallos más frecuentes, ya que el tiempo suele ser bastante limitado y preferimos comer y trabajar o hacer otras cosas a la par. Hay

que implicarse a la hora de comer, mostrando interés y no despistándonos con otra serie de cosas.

- Comer en horarios diferentes, esto perjudica mucho el proceso de digestión y altera el organismo ya que notará que la comida entrará en el estómago de manera aleatoria y no cada ciertas horas. Es indispensable comer siempre dentro de las mismas horas.
- Picar entre horas, esta costumbre es habitual entre las personas que no tienen un horario fijo o incluso suelen comer en sitios diferentes. Es mejor cada 3 o 4 horas y realizar de 4 a 5 comidas para no llenar el estómago al mismo tiempo que no nos quedamos con sensación de vacío.
- Comer siempre lo mismo, comer siempre los mismos alimentos provoca la reducción de vitaminas, minerales y otros elementos indispensables para el organismo que contienen otros alimentos que dejamos de lado para alimentarnos siempre de aquello que consideramos más fáciles de preparar o más rápidos de llevar.

3.2.2 Hábitos alimenticios inadecuados

En la adopción de los hábitos alimentarios interviene principalmente tres agentes: la familia, los medios de comunicación y la escuela. En el caso de la familia, es el primer contacto con los hábitos alimentario y a que sus integrantes ejercen una fuerte influencia en la dieta de los niños y en sus conductas relacionadas con la alimentación y cuyos hábitos son el resultado de una construcción social y cultural acordada implícitamente por sus integrantes.

Sin embargo, los hábitos alimentarios se han ido modificando por diferentes factores que alteran la dinámica e interacción familiar ; uno de ellos corresponde a la situación económica que afecta los patrones de consumo tanto de los niños como de los adultos, la menor dedicación y falta de tiempo para cocinar, lo que provoca que las familia adopten nuevas formas de cocina y de organización y la

pérdida de autoridad de los padres en la autoridad a ocasionado que muchos niños coman cuando, como, y lo que quieran.

Por su parte la publicidad televisiva forma parte del ambiente social humano, y ha influenciado de manera negativa en los hábitos alimentarios de los niños y ha ido desplazando a instancia como la familia y la escuela; promoviendo un consumo alimentario no saludable, ya que los niños son más susceptible de influenciar, debido a que se encuentran en una etapa de construcción de su identidad y por lo tanto son fácilmente manipulables por los anuncios publicitarios que promocionan nuevos alimentos sobre todo alimentos chatarra.

En el caso de la escuela, dicha institución de permite al niños enfrentar se a nuevos hábitos alimentarios que en muchas ocasiones no son saludables; aunque también asumen un rol fundamental en la promoción de factores protectores en cuestión de hábitos alimentarios. En este sentido las acciones de promoción y prevención escolar están a cargo de los profesores a través de los contenidos temáticos en materias como ciencias naturales.

3.3 Alimentación como hecho sociocultural

La alimentación no son solo procesos digestivos, si no entorno a ellos encontramos una serie de valores y expresiones culturales que tienen que ver con el hombre en diferentes contextos: lo social, psicológico, económico, simbólico, religioso. Esta lleva implícitas cuestiones morales, de prestigio, de poder, estatus y es considerado y apreciado como un arte.

La alimentación está relacionada con la vida cotidiana, con la realidad sociocultural con la que se desenvuelve el hombre, la cual incluye tanto aspecto objetivos como subjetivos. Además se hace extensiva a las diferentes esferas de vida como la economía y política, que si se usan adecuadamente pueden tributar a garantiza la seguridad alimentaria y nutrición de cada región, pueblo o país, garantizando el acceso a los alimentos de forma segura y estable y tomando medidas o dictando leyes que favorezcan la disponibilidad acceso y consumo de los mismo. También está estrechamente vinculada a la cultura y la sociedad pues

incluye toda una serie de tradiciones, hábitos, tabúes que se van transmitiendo de generación en generación.

Basándonos en los estudios realizado por moreno García y Guerrero Rivera sobre la alimentación como parte de la cultura podemos decir que la cultura alimentaria desde el aprovisionamiento, producción, distribución, conservación y preparación de los alimentos hasta su consumo. Posee una carga de significado espirituales que están estrechamente vinculados a las creencias, costumbres, tradición. Además, la cultura alimentaria implica la promoción de práctica alimentaria saludable que sea fuente de placer y satisfacción.

Las ocasiones o motivos por los cuales las personas se reúnen para comer, los métodos de preparación y conservación de los alimentos, los hábitos de consumo y de horario, las normas de conducta y el orden al sentarse alrededor de la mesa y los utensilios empleados son elementos que conforman parte de nuestra identidad

3.4 Aporte nutritivo

Las necesidades energéticas van variando a lo largo de las diferentes etapas de la vida, y esto implica la necesidad de adaptar la ingesta para hacer frente a estas variaciones. Las recomendaciones para los niños entre 4 y 8 años, son: 1.200-1.800 kcal/día y para los de 9 a 13 años, 1.600-2.000 kcal.

En la ingesta energética intervienen principalmente 2 factores: el volumen alimentario y la densidad energética de la dieta. La capacidad de acomodar la dieta a las necesidades energéticas mediante cambios en el volumen alimentario y, sobre todo, en la densidad energética, es ya constatable en el niño desde edades tempranas.

Tabla I. Ingestas recomendadas de energía, proteínas, grasa, hierro, calcio y zinc						
Edad	Energía (Kcal/día)	Proteínas (g/día)	Grasa total (g/día)	Hierro (mg/día)	Calcio (mg/día)	Zinc (mg/día)
4-8 años						
Niños	1.400-1.700	19	25-35	10	1.000	5
Niñas	1.300-1.600	19	25-35	10	1.000	5
9-13 años						
Niños	1.800-2.300	34	25-35	8	1.300	8
Niñas	1.700-2.000	34	25-35	8	1.300	8

(Fuente: //alimentación de niños en edad preescolar, escolar y adolescente, pediatría integral, 2015)

V. Medidas para obtener una adecuada alimentación.

5.1. Norma técnica obligatoria nicaragüense de los kioscos y cafetines de los centros educativos.

Norma jurídica de Nicaragua

Materia: Salud

Rango: Normas técnicas

NORMAS TECNICAS OBLIGATORIA NICARAGUENSE KIOSCOS Y CAFETINES DE LOS CENTROS EDUCATIVOS

REQUISITOS HIGIENICOS-SANITARIOS

NTON 03085-09. Aprobada el 22 de abril del 2010

Publicada en la Gaceta No. 199 del 19 de octubre del 2010

La norma técnica obligatoria denominada NTON 03085-09 norma técnica obligatoria nicaragüense kiosco y cafetines de los centros educativos. Requisitos higiénicos-sanitarios. Ha sido preparada por el grupo de trabajo de cafetines y kiosco escolares y en su elaboración participación las siguientes personas:

Ganet Mercedes Ríos	Instituto Nacional Modesto Armijo
Jose Alfredo Rojas	Instituto Nacional Modesto Armijo
Patricia Rojas	Instituto Gaspar García Liviana
Carmen Machado	Instituto Gaspar García Liviana
Juana Castellón	MINSA
Flavio Alonso C.	MINSA
Belfia Gutiérrez	Instituto 14 de septiembre
Esperanza Corea	Instituto 14 de septiembre

Amelia Tiffer A.	PINE-MINED
Claribel Vega L.	PINE-MINED
Oscar López C.	MIFIC

Esta norma fue aprobada por el Comité Técnico en su última sesión de trabajo el día 25 de marzo del 2009.

1. OBJETO

Establecer los requisitos higiénico-sanitarios que deben cumplir los kioscos, cafetines y puestos de ventas ubicados dentro de las instituciones educativas.

2. CAMPO DE APLICACIÓN

Es de aplicación obligatoria a todos los establecimientos que expendan alimentos ubicados dentro de las instituciones educativas tales como kioscos, cafetines y puestos de ventas.

3. DEFINICIONES Y TERMINOLOGÍA

3.1 Alimento. Es toda sustancia procesada, semiprocada y no procesada que se destina para la ingesta humana, incluidas bebidas, goma de mascar y cualquier otra sustancia que se utilice en la preparación o tratamiento del mismo pero no incluye cosméticos, tabaco ni medicamentos.

3.2 Alimento contaminado. Aquel que contiene gérmenes causantes de enfermedades, parásitos, sustancias químicas o contaminantes físicos en concentraciones perjudiciales para la salud, toxinas u otros agentes nocivos al organismo.

3.3 Higiene. Sistemas de principios y reglas que ayudan a conservar la salud y prevenir las enfermedades.

3.4 Limpieza. Eliminación de tierra, residuos de alimentos, suciedad, grasa u otras materias objetables.

3.5 Manipulación de alimentos. Todas las operaciones de preparación, elaboración, cocción, envasado, almacenamiento, transporte, distribución y venta de alimentos.

3.6 Manipulador de alimentos. Toda persona que manipule directamente materia prima e insumos, alimentos envasados o no envasados y utensilios para los alimentos o superficies que entren en contacto con los alimentos.

3.7 Puesto de venta. Toda estructura fija o móvil destinada a la venta de alimentos y bebidas de consumo directo que han recibido autorización sanitaria para su funcionamiento.

3.8 Utensilios. Conjunto de ollas, cucharones, sartenes, pinzas, etc. que se destinan para cocinar o preparar alimentos.

3.9 Kiosco escolar: Establecimiento o punto de venta que expende alimentos y se encuentra dentro del centro educativo.

3.10 Cafetines escolares. Establecimientos donde se prepara y se sirve todo tipo de alimentos y bebidas saludables, frías o calientes.

3.11 Inocuidad de alimentos. Garantía de que los alimentos no causarán daño al consumidor cuando se consuman de acuerdo con el uso a que se destinan.

3.12 Contaminación Cruzada: Es la transferencia de microorganismos causantes de enfermedades, de un alimento a otro, por medio de un vector como las manos de los empleados, superficies de contacto contaminadas o por contacto con un alimento crudo o un alimento listo para comer .

4. CONDICIONES DE LOS ESTABLECIMIENTOS

Los locales destinados al expendio de alimentos ubicados dentro de los centros educativos deben reunir las siguientes condiciones:

4.1 Ubicación. Los kioscos y cafetines se encontrarán ubicados en zonas que permitan el acceso fácil y seguro de los alimentos y usuarios, así como la libre circulación a los mismos, lejos de los servicios sanitarios, depósitos de basura o cualquier otro foco de contaminación.

4.2 Alrededores. Los alrededores de los kioscos y cafetines escolares deben permanecer libres de basuras, estancamiento de agua, u otro tipo de desechos, se debe garantizar el mantenimiento y la limpieza diaria.

4.3 Locales.

4.3.1 Las dimensiones de los establecimientos se dispondrán de acuerdo al volumen de los estudiantes atendidos, el número de trabajadores y la cantidad de equipos y materiales usados, garantizando el libre tránsito en el interior del mismo.

4.3.2 Los materiales de construcción deben ser de naturaleza tal que no transmitan ninguna sustancia no deseada al alimento o que presenten riesgo de contaminación a los mismos.

4.3.3 Los pisos deben ser lisos, no porosos, impermeables, fácilmente lavables y no deben presentar grietas ni irregularidades.

4.3.4 La iluminación debe ser adecuada, preferiblemente natural, los bombillos y lámparas deben estar protegidas para evitar la caída de vidrios en caso de rompimiento accidental de los mismos.

4.3.5 La ventilación natural debe permitir una correcta circulación de aire que garantice una temperatura estable y cómoda para el personal y los usuarios (as).

4.3.6 Las puertas deben abrir hacia fuera, se ajustarán completamente a los marcos y deben ser de material que facilite su limpieza, cuando el local cuente con una estructura cerrada provista de ventanas se debe colocar malla milimétrica que garantice la protección contra vectores.

4.3.7 Los alimentos se exhibirán en estantes y vitrinas dispuestas de tal forma que se garantice la protección de los mismos, estos se mantendrán limpios y en buen estado.

4.3.8 La higiene de las manos debe realizarse antes de consumir alimentos y los propietarios deben garantizar de forma permanente un lavamanos con agua y desinfectantes (jabón, jabón líquido, etc.) para contribuir a la prevención de enfermedades.

5. ABASTECIMIENTO DE AGUA

Se debe de disponer de agua potable en cantidad suficiente para la elaboración de alimentos así como para operaciones de limpieza y desinfección. Garantizar reserva en caso de intermitencias en el abastecimiento de agua

El agua en los lugares de venta se conservará por medio de depósitos o recipientes de material sanitario, debidamente protegidos (tapados) y con un sistema de grifos, ubicados en lugares donde no se contaminen.

6. MANEJO DE DESECHOS

6.1 Desechos Líquidos. Los kioscos y cafetines deben contar con sistemas adecuados de desagüe, en buen estado, ser subterráneos, ir directamente al sistema interno de la red de drenaje de aguas servidas. La disposición final de las mismas se conectará a la red de alcantarillado sanitario existente o tratamiento de las aguas mediante fosas sépticas o estanque de captación de aguas servidas. No se podrá drenar o descargar las aguas grises, alrededor o en el interior de los establecimientos.

6.2 Desechos Sólidos. Se utilizarán recipientes cerrados para la acumulación de residuos los cuales estarán provistos de tapas, se les debe colocar una bolsa para facilitar su limpieza e higiene y se mantendrán cerrados. No se permite la acumulación de desechos en las áreas de manipulación y almacenamiento de alimentos. Debe de mantenerse en condiciones higiénicas para evitar la proliferación de insectos, roedores y otros transmisores de enfermedades.

6.2.1 Los depósitos de basura deben ser vaciados, lavados y desinfectados diariamente.

6.2.2 Se debe asegurar la segregación de basura orgánica e inorgánica y el reciclaje, como parte de la educación ambiental de los propietarios, dueños y /o administradores de establecimientos. Los depósitos con residuos deben ser dispuestos en los sitios establecidos en la ruta de recolección de la municipalidad o el vertedero municipal.

6.2.3 Donde no exista el servicio de recolección de basura, esta deberá ser enterrada, no se acepta la quema de residuos. Se prohíbe botar basura en predios abandonados, basureros ilegales, ríos y calle.

7. HIGIENE DE LOS MANIPULADORES

El personal encargado de la preparación y distribución de alimentos en kioscos y cafetines escolares debe cumplir con la NTON Norma Técnica Obligatoria Nicaragüense de Manipulación de Alimentos. Requisitos para Manipuladores. En su versión vigente.

8. EQUIPOS Y UTENSILIOS

8.1 Todos los equipos y utensilios deben estar diseñados y contruidos con materiales de fácil limpieza y mantenimiento.

8.2 Las superficies de contacto con los alimentos deben ser de material anticorrosivo, no tóxico y liso, que no represente riesgo de contaminación a los alimentos.

8.3 Los equipos y utensilios se mantendrán limpios e higienizados, el lavado se realizará con agua potable las veces que sea necesario, utilizando agentes químicos (cloro, yodo) y la desinfección por calor.

9. ALMACENAMIENTO DE ALIMENTOS

El área destinada a almacenar los alimentos cumplirá con los siguientes requisitos:

9.1 La bodega donde se almacenan los alimentos debe estar en buenas condiciones higiénicas sanitarias, ordenada e identificada (rotulada).

9.2 Mantener control de la fecha de vencimiento y comprar productos con registro sanitario, procedentes de establecimientos autorizados por el MINSA.

9.2 Contar con protección contra insectos y roedores.

9.3 Mantener programas de fumigación para el control de vectores utilizando productos registrados y aprobados por el MINSA.

9.4 Colocar los alimentos sobre tarimas o estantes por ninguna razón directamente en el piso.

9.5 Los alimentos que expulsan o absorben olores, colocarlos en recipientes o empaques herméticos.

9.6 En el caso de usar mantenedoras y freezer para almacenamiento de productos perecederos deben limpiarse y descongelarse una vez cada semana para evitar contaminación.

9.7 El almacenamiento de productos químicos y de limpieza (detergente, cloro, entre otros) se realizará en envases debidamente rotulados en un

área destinada para tal fin y alejado del lugar donde se manipulan y/o almacenan alimentos.

9.8 Las áreas de almacenamiento deben cumplir con los requisitos establecidos en la Norma Técnica Obligatoria Nicaragüense de Almacenamiento de Alimentos. En su versión vigente.

10. REQUISITOS RELATIVOS A LA PROTECCIÓN DE LOS ALIMENTOS

10.1 Los kioscos o cafetines deberán utilizar como referencia la Guía de Nutrición e Higiene para Kioscos Escolares, considerando el aporte nutricional de los mismos, excluyendo la venta de bebidas alcohólicas, cigarrillos o cualquier alimento que menoscabe la salud de los estudiantes.

10.2 La adquisición de los productos se efectuará en puestos de venta seguros que garanticen su inocuidad. En el caso de tratarse de alimentos envasados estos deben cumplir con la Norma Técnica Obligatoria Nicaragüense de Etiquetado de Alimentos Pre envasados. En su versión vigente.

10.3 Los alimentos preparados deben estar protegidos de la contaminación antes de servirse.

10.4 En el transporte, recepción y conservación de los alimentos e insumos, se debe garantizar la protección de los mismos ante contaminación y/o descomposición.

10.5 Para conservar los alimentos se aplicarán criterios de acuerdo al tipo de alimento:

10.5.1 Los alimentos no perecederos se almacenarán en recipientes limpios y cerrados correctamente, evitando de este modo el peligro de contaminarse.

10.5.2 Los alimentos perecederos (productos lácteos, cárnicos, etc.) se mantendrán refrigerados y separados para evitar contaminación y transferencias de olores.

10.6 En el caso de vender alimentos elaborados fuera del local, el lugar de origen será sometido a inspección y debe cumplir con las normas establecidas en materia de inocuidad.

10.7 La limpieza de mesas, sillas, manteles debe realizarse diariamente igual que los pisos.

11. CONTROL DE VECTORES

11.1 El área destinada a la preparación y venta de alimentos se mantendrá limpia y ordenada para evitar la proliferación de insectos y roedores.

11.2 No se permitirá la presencia de animales en los kioscos escolares especialmente en el área de manipulación de alimentos para evitar la contaminación de los productos.

11.3 Se garantizará la limpieza frecuente y minuciosa de los alrededores.

11.4 El uso de productos químicos para el control de vectores se realizará dentro de las normas de seguridad haciendo uso de productos aprobados por la autoridad competente.

12. REFERENCIAS

a) Reglamento Técnico Centroamericano. Buenas Prácticas de Manufactura. Principios Generales. RTCA 67.01.33:06

b) Acuerdo Ministerial No. 225-2007. “Normativa para el funcionamiento y administración de cafetines o refresquerías, fotocopias y librerías en los Centros de Educación Públicos”. Ministerio de Educación MINED, Nicaragua.

c) Guía de Nutrición e Higiene para Kioscos Escolares PINE – MINED 2008

d) Manual para el funcionamiento de Sodas escolares y colegiales. Costa Rica. 2002.

e) NTON 03 026-99 para manipulación de los alimentos. Requisitos sanitarios.

f) NTON 03 059-05 para la elaboración y expendio de alimentos en la vía pública.

g) NTON 03 041-03 Norma Técnica Obligatoria de Almacenamiento de Alimentos.

h) NTON 03 021 - 08 Primera Revisión Norma Técnica Obligatoria Nicaragüense de Almacenamiento de Productos Alimenticios

13. OBSERVANCIA DE LA NORMA

La verificación y certificación de esta norma estará a cargo del Ministerio de Salud a través de la Dirección de Regulación de Alimentos y el SILAIS correspondientes de acuerdo a su ubicación geográfica, y el Ministerio de Fomento, Industria y Comercio a través de la Dirección de Defensa del Consumidor.

14. ENTRADA EN VIGENCIA

La presente norma técnica obligatoria nicaragüense entrará en vigencia con carácter obligatorio de forma inmediata después de su publicación en la gaceta diario oficial.

15. SANCIONES

El incumplimiento a las disposiciones establecidas en la presente norma, debe ser sancionado conforme a la legislación vigente.

VI. Matriz de descriptores

Propósitos específicos	Cuestiones de investigación	descriptores	técnicas	Fuentes
Identificar los hábitos de alimentación de los niños y niñas que trascienden en el proceso de enseñanza aprendizaje.	¿Cuáles hábitos alimenticios tienen los niños que trasciende en el proceso de enseñanza aprendizaje?	¿Qué son hábitos alimenticios? ¿Qué es nutrición? ¿Qué es proceso de enseñanza-aprendizaje?	Entrevista Encuesta Encuesta	Estudiantes Docentes padres de familia
2. Describir y valorar la calidad de los tipos de alimentos que se ofrecen a los niños y niñas que consumen en el colegio Tenderi	¿Cuáles son los alimentos que ofrecen en los kioscos escolares? ¿Cómo valoramos la calidad de los alimentos que consumen los niños y niñas del colegio Tenderi?	¿Qué alimentos ofrecen en los kioscos? ¿Qué normativa implementa el centro para el control de alimentos que venden en los kioscos? ¿Cuál es la proporción de nutrientes de un niño de 6-9 años? ¿Qué diversidad de alimentos	Entrevista observación	Director y docente Estudiantes

		<p>consumen los niños?</p> <p>¿Qué hábitos alimenticios practican según su cultura alimentaria?</p>		
<p>Proponer medidas que mejoren la alimentación de los niños y niñas para obtener un buen aprendizaje.</p>	<p>¿Qué medidas deben tomar para mejorar la alimentación de los niños y niñas y así obtener un buen aprendizaje?</p>	<p>¿Conocen y ponen en prácticas las normas de seguridad alimentaria y nutricional?</p> <p>¿Cómo el centro promueve la alimentación saludable en los padres de familia?</p> <p>¿Cómo refuerza el docente la alimentación saludable en los niños y niñas?</p>	Entrevista	Director

VII. Perspectivas de la investigación

7.1. Enfoque de la investigación

El presente estudio tiene un enfoque cualitativo porque se hace un análisis de la influencia que tiene los alimentos en proceso de aprendizaje de los niños tanto en la escuela como en su hogar, según Blasco y Pérez (2007:25) posee un enfoque cualitativo ya que parte del estudio de métodos de recolección de datos de tipo descriptivo y de observaciones para descubrir de manera discursiva categorías conceptuales.

7.2. Tipo de estudio

Esta investigación de acuerdo al fin que persigue es de tipo descriptivo; ya que está orientada a lograr un nuevo conocimiento de la alimentación de los niños describiendo sus hábitos alimentarios tomando en cuenta que la alimentación influye en el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños por ende es importante que el niño tenga un régimen de vida saludable que permita un desarrollo óptimo.

Este estudio refleja las características que los niños han presentado al momento de seleccionar su alimento en los kioscos escolares. se describen los fenómenos trascurrido en el centro, durante el estudio realizado. Se plantea el comportamiento, cualidades y manifestaciones de los participantes incluidos en el estudio.

Este trabajo investigativo es de corte transversal porque se recolectaron los datos en un momento único y un periodo determinado que fue en el segundo semestre del año 2017.

7.3. Escenario

El centro escolar público Tenderí, donde se está realizando el presente estudio se encuentra ubicado donde fue la agencia de esquimo 2 cuadras al norte, en la zona urbana de la ciudad de Nindirí, departamento de Masaya.

La escuela está ubicada en una zona muy accesible de la ciudad donde los estudiantes pueden llegar caminando, en bicicleta, moto taxi y en el autobús que tiene como ruta Masaya-Nindirí, lo cual los estudiantes aledaños tales como zona 3, 4, el cocal tiene acceso a la escuela.

La escuela pública Tenderí atiende en el turno matutino un total de 530 y el vespertino con 512; con un total de 1042 estudiante en las modalidades de educación inicial y educación primaria regular. El personal administrativo está estructurado de la siguiente manera: el director Lic. Luis Ramírez, dos subdirectoradas, una secretaria, dos guardas de seguridad y tres conserjes; el total de docente que laboran en la escuela es de 30, 17 atienden el turno matutino y 13 en el turno vespertino.

La escuela cuenta con cinco pabellones, pero las ubicaciones de las aulas están desordenadas ni rotuladas por lo que no podemos identificar con facilidad la ubicación de cada una de ellas.

La infraestructura del centro está en muy buenas condiciones, cada aula de clases tienen muy buena iluminación, todos los niños tienen su pupitre y cada docente cuenta con su escritorio.

El apoyo de los padres de familia según la dirección es muy poca ya que la mayoría trabaja y no dedica el tiempo necesario para apoyar en las actividades que requiere la escuela.

7.4. Selección de los informantes.

Para alcanzar los objetivos del presente estudio se tomó en cuenta la población estudiantil de primer grado C del turno matutino de la escuela Tenderí; en la modalidad de primaria regular, tomando como muestra al aula de primer grado C ya que en la visitas que realizamos la mayoría de los estudiantes son muy delgados, unos estaban decaídos es por esta razón seleccionamos esta sección: los sujetos activos de este estudio son: el director, una docente, 15 estudiantes y 15 padres de familia del seleccionado, de una población de 36 estudiantes de

primer grado, 36 padres de familia de los estudiantes de primer grado y 1 docentes.

Los criterios que tomamos en cuenta para llevar a cabo los instrumentos para recaudar la información son los siguientes: actitudes que presentaron los niños el día que se realizaron los instrumentos, tales como niños decaídos, delgados y niños con mucho peso, también se tomó en cuenta a los padres de familia de los niños que se seleccionaron para realizar la entrevista, para aplicarles la encuesta para que la información que se brinda sea eficaz.

Se seleccionó al director al director porque es uno de los elementos del estudio ya que se quiere comprobar la influencia los alimentos que consumen los niños en el kiosco escolar de la escuela.

A la docente porque ella dirige al grupo e interviene en los hábitos alimenticios de sus estudiantes, al padre de familia porque son el modelo y formadores de los hábitos alimenticios de sus hijos e hijas y a los estudiantes los principales protagonistas de esta investigación.

Cabe señalar que la docente seleccionada estuvo dispuesta a colaborar con la información solicitada de igual manera el director los padres de familia. En caso de los estudiantes fueron seleccionados de forma al azar tomando en cuenta la asistencia del día que se aplicaron instrumentos.

El hecho de tomar en cuenta al padre de familia fue con el propósito de fundamentar este estudio, ya que son los protagonistas en la formación de los hábitos alimenticios de los niños y niñas.

7.5. Contexto en que se ejecuta el estudio

El lugar donde se llevó a cabo dicho estudio es una escuela pública ubicada en la ciudad de Nindirí, departamento de Masaya, donde imparten las modalidades de educación inicial y primaria regular, que es el turno que se eligió para la realización la investigación, hay un total de 17 docentes con mucha experiencia en el ramo de la docencia, el director tiene 9 meses en su cargo y se presenta

diariamente al centro de estudio con mucho ánimo para dirigir a su equipo de trabajo, los estudiante de esta escuela son procedentes a lugares aledaños de la zona 3, 4 y el barrio el cocal, y son de clase baja; la mayoría de los padres de los estudiantes laboran en zonas francas aledañas al municipio de Nindirí y alcaldía de Nindirí.

En las visitas realizadas por el equipo de investigación se logró observar que la escuela estaba limpia ya que el director se coordina con los conserjes de la escuela.

La participación de los padres de familia en el centro es muy poca, no se involucran en las actividades extracurriculares que organiza el centro, según nos comentaba la subdirectora la tercera parte de los padres de familia participan en reuniones ya que mucho de ellos trabajan en zonas francas y nos le dan permisos para participar en las actividades.

7.6. Rol del investigador

Los conocimientos adquiridos en la asignatura de metodología de investigación, prácticas de familiarización y profesionalización, han servido de base para llevar a cabo el presente estudio.

Estos conocimientos se manifiestan en las técnicas aplicadas en la escuela para recaudar la información necesaria por ende valorar y analizar la influencia de los alimentos que ofrecen en el kiosco en la escuela pública Tenderí, que afecta la nutrición de los niños del primer grado en el II semestre del año electivo 2017.

El rol asumido por las investigadoras fue realizar visitas para indagar sobre el estudio que realizaría en la escuela teniendo siempre una postura neutral para no afectar los resultados que obtendríamos en la investigación.

7.7. Estrategia para recopilar información

Las estrategias que se utilizaron para recopilar la información necesaria son: entrevista, guía de observación, encuesta. Para aplicar estos instrumentos hubo un acercamiento con las fuentes de información y dándoles a conocer la importancia de los datos que ellos podrían proporcionar al estudio para darle la veracidad que requería y dar respuestas a las necesidades encontradas. Una de las estrategias observadas es la observación la cual ayudo con el reconocimiento del entorno en el que se desarrollaría el estudio.

Instrumentos

A continuación se describe los instrumentos con sus respectivos objetivos que se utilizaron para recaudar la información.

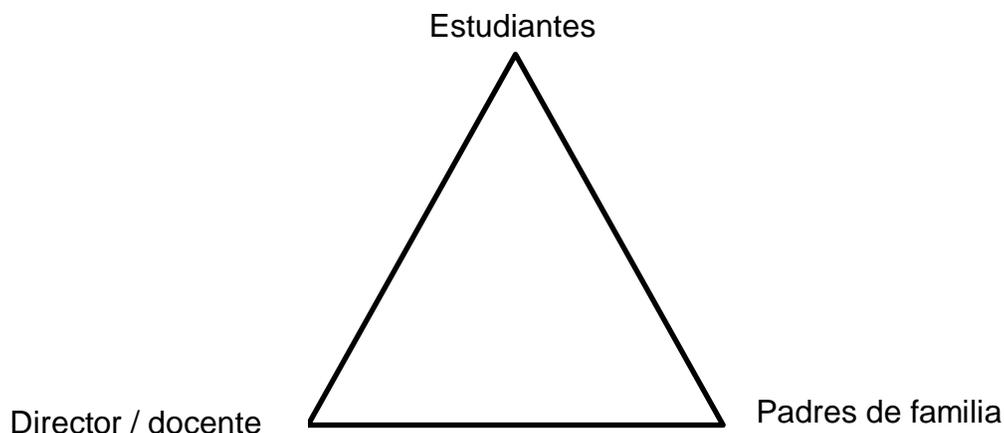
Guía de observación: a través de este instrumento se identificarán los tipos de alimentos que ofrece el kiosco escolar en la escuela Tenderí.

Guía de entrevista a los estudiantes y director: aplicada con el fin de describir los hábitos alimenticios que trascienden en el proceso de enseñanza aprendizaje e identificar los tipos de alimentos que ofrece el kiosco escolar en la escuela Tenderí.

Encuesta a los padres de familias y la docente: para describir los hábitos alimenticios de los niños y niñas que trasciende en el proceso de enseñanza aprendizaje.

7.8 Criterios regulativos

Concluyendo la aplicación de los instrumentos se completó la tabla de consolidación. El análisis de los resultados se realizó mediante una triangulación de la información recopilada a través de la guía de observación, entrevista y encuesta y de las teorías donde se confronta la información de cada uno de los instrumentos aplicados en el centro.



7.9 Confiabilidad y validez

En el trabajo investigativo se aplicó la entrevista a los estudiantes como fuente de información sometido al estudio. Los datos que se recaudaron a través de la entrevista a los estudiantes están en función de las variables y las cuestiones de investigación.

Los instrumentos de recolección de datos cumplen con los requisitos de confiabilidad y fueron validos por la Lic. Johanna López López, la cual revisó varias veces los instrumentos brindando sugerencias para mejorar en la redacción de los instrumentos.

Para realizar este trabajo investigativo se obtuvo el apoyo de la tutora, Lic. Meyling Melania Ruiz Martínez, la cual fue guiando paso a paso para la realización de este trabajo investigativo.

Se aplicó los instrumentos a una muestra de 15 estudiantes una población de 36 estudiantes de primer grado C, se procesó y se analizó la información obtenida a través de la entrevista con el director, docente y una muestra de 15 padres de familia de una población de 36.

7.10 Estrategias que se usaron para el acceso y retirada del escenario

Para realizar el presente trabajo investigativo, el equipo se presentó a la escuela pública Tenderí el día jueves 10 de agosto del 2017 en el turno de la mañana para hablar con el director del centro el Lic. Luis Ramírez para solicitar el permiso para realizar observaciones sobre el contexto de la escuela, lo cual identificamos y consultamos con las docentes de las problemáticas que han presentado en el aula, pues en ese momento determinamos el tema del trabajo de investigación, luego informamos al director cual fue el tema de definimos que realizaríamos en el centro de estudio y dio el visto bueno para que realizamos el trabajo, afirmando su apoyo con el trabajo.

A partir del mes septiembre se inicia el trabajo de investigación, visitando al colegio consecutivamente para conocer el área de estudio, características del colegio y las fuentes de información creando un vínculo de amistad para crear confianza con los investigadores y así obtener una información eficaz.

Después del proceso de revisión y validación de los instrumentos se procedió a aplicar instrumentos de investigación como la entrevista al director, docente y estudiantes, encuesta a los padres de familia y una guía de observación para los investigadores, aplicando los instrumentos el día martes 7 de noviembre del 2017 primero a los estudiantes, luego la docente y padres de familia y por ultimo al director ya que el director estaba participando de una capacitación; todo este proceso duro aproximadamente una semana finalizando el día miércoles 15 de noviembre del 2017.

Todas las fuentes de información fueron muy amables y estaban dispuestos a ayudar brindando información para que el trabajo de información fuese un éxito. Al finalizar la aplicación de instrumentos agradecemos al director por todo su apoyo y el tiempo que nos brindó al permitir que lleváramos a cabo la investigación de igual manera, a la docente, padres de familia y estudiantes por apoyarnos brindando la información necesaria para la investigación.

7.11 Técnicas de análisis

Por consiguiente se detallan las técnicas que se utilizaron en la recolección de la información y el análisis: guía de observación, entrevista al director, a los estudiantes y padres de familia, y también una guía de encuesta a la docente. Para el análisis e interpretación de los datos recopilados en la escuela pública Tenderí se utilizaron los siguientes métodos:

El método de inducción el cual sirvió para inducir procesos que ayudaron a razonar acerca de los hechos y resultados obtenidos a través de la investigación partiendo de lo general

También se hizo uso de método de deducción permitiendo inducir, derivar las consecuencias de la información recopilada partiendo de lo general a lo particular, ya que hizo un estudio minucioso sobre influencia de la alimentación en el proceso de enseñanza aprendizaje en niños y niñas de primer grado C, del turno matutino de la escuela pública Tenderí, además se hizo uso de método de síntesis para redactar las conclusiones o los principales recomendaciones de la investigación por medio de la exposición resumida y metódica.

Método bibliográfico lo cual permitió recopilar la teoría necesaria que respalda el análisis en estudio, además se realizó una exploración bibliográfica en la que se indago e un primer momento los aportes de investigaciones realizadas anteriormente acerca del tema de esta investigación.

Para recopilar la información se realizó una entrevista al director, a los estudiantes, padres de familia, y también se realizó una encuesta a la docente llevando a cabo un esquema de orientación a los informantes, la que después se definió para su aplicación definitiva.

VIII. Análisis de resultados

Propósito 1: Identificar los hábitos de alimentación de los niños y niñas que trascienden en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Al realizar la entrevista a los estudiantes ellos nos manifestaban que les gustan mucho las frutas porque son deliciosas, de igual manera los padres de familia afirman que a los niños y niñas les gusta las frutas sin embargo muy poco de los niños les gusta consumir las frutas lo cual se les presenta una dificultad para que los niños tengan buenos hábitos alimenticios.

En la entrevista con el director nos decía que no conoce los alimentos que consumen los niños y niñas; en cambio la docente manifestaba que a lo largo de todo este año electivo los niños prefieren consumir chiverías y bebidas carbonatadas que ofrecen en el kiosco. De igual manera comentaba que habían casos que los estudiantes están muy desanimados incluso han presentado náuseas.

Al consultar a los padres de familia si les alistan loncheras a los niños y ello nos comentaban que prefieren darles el desayuno en casa; los niños comentaban, que sus padres no les dan loncheras y les dan dinero entre 10 y 15 córdobas para que compren en el kiosco.

Al aplicar la guía de observación se logró constatar que los niños prefieren comida chatarras o dulces (caramelos, meneítos, etc.) y bebidas carbonatadas (glu glu, gaseosas, etc.) lo cual no contribuye a buenos hábitos alimenticios en ellos, ni les da las proteínas necesarias para que los niños se concentren las clases y así obtengan un buen proceso de enseñanza aprendizaje en ellos; por lo tanto esto desencadena muchas dificultades tanto académicas como en la salud de cada estudiante.

Según, haire-joshu, elliot, caito, et.al, 2008; la alimentación juega un papel muy importante en el desempeño escolar de los niños, ya que un niño mal alimentado no rinde en las tareas escolares, como tampoco en su calidad de vida. Es por ello

que cada niño debe de tener una buena alimentación para un buen desempeño escolar y una mejor calidad de vida.

La escuela, es decir, el sistema de educación formal, es uno de los agentes de socialización más poderosos a que están expuestas las personas. Ejerce una influencia benéfica sobre el desarrollo psicosocial, la adquisición y utilización del conocimiento y el progreso económico y social de los individuos y de la sociedad.

Propósito 2: Describir y valorar la calidad de los tipos de alimentos que se ofrecen a los niños y niñas que consumen en el colegio Tenderi

En la entrevista que se realizó a los niños y niñas de primer grado C, comentaban que les gusta comprar en el kiosco frutas, chiverías, refrescos y gaseosas, lo por cual se consultó a los padres de familia si conocen cuales son los productos que consumen sus hijos en el kiosco escolar, y la mayoría de ellos conocen que los niños consumen en el kiosco comida chatarras (chiverías) y bebidas carbonatas, sin embargo una minoría no conocen que productos consumen sus hijos.

Al preguntarle al director del centro si regulan los alimentos que consumen los niños y él decía que si los regula con el reglamento que el Ministerio de Educación ha otorga para regular los kiosco, sin embargo existen kioscos o ventas fuera de la escuela las cuales no puede regular.

También se indagó con la docente, la cual ella nos dice que en kiosco escolar vende comida chatarra y bebidas carbonatadas las cuales no contribuyen a los hábitos alimenticios de los niños; se pudo verificar con la observación que los niños consumen mucho dulces y bebidas carbonatadas las cuales no hacen bien a su salud.

Según Cortez R. los kioscos escolares son el espacio físico adecuado para el consumo de alimentos nutricionalmente saludable, en cual se brinda la oferta de alimentos sanos e inocuos, se implementa normas sanitarias de control y calidad

de alimentos y además tiene el objeto de promover estilos de vida saludables en la población escolar.

También el director y la docente expresaban que el Ministerio de Educación Cultura y Deporte con apoyo del gobierno central de Nicaragua les proporciona a los niños y niñas del centro una merienda escolar el cual proporciona maíz, cereal, arroz, frijoles y aceite.

Se les preguntó a los estudiantes si les gustan los alimentos que les brinda la escuela y éstos dijeron que dice que sí, que les gusta mucho y también los padres de familia están muy contentos con este beneficio que tienen los niños en la escuela.

En las observaciones que se realizaron es que los padres de familia están confiados con los alimentos que le dan en el centro, y según lo que expresaba la docente mucho de los niños llegan al centro sin desayunar, es por eso que los niños llegan desanimados al aula de clases.

Según la red Iberoamérica de comunicación y divulgación científica IBERDIBULGA dice que la merienda escolar es un programa que pretende restituir unos de los derechos de los niños y niñas de nuestro país.

Desde el 2007 se comenzó con este trabajo que en la actualidad beneficia a todos los centros escolares ubicados en los 153 municipios del territorio nicaragüense. El ministerio de educación (MINED), junto al programa mundial de alimentos (PMA) pretende maximizar la retención escolar ya que los niños al recibir este beneficio tienen una razón más y muy poderosa para asistir a los colegios y puntuales.

La merienda escolar si tiene que ver con los aspectos relacionados con la educación, por que un niño con el estómago vacío no puede estudiar, tiene hambre, se desmaya, sino esta nutrido tiene problemas de aprendizaje, o no va la escuela porque los padres no tienen alimentos seguros en su hogar, por esto la

merienda escolar es un gran beneficio no solo para los estudiantes sino también a los padres de familia.

De igual manera en la entrevista realizada al director de la escuela decía que el kiosco cumple con la normativa que el Ministerio de Educación ha implementado para mejorar los productos de los kioscos, de igual manera los alimentos del merienda escolar está bien resguardado en la bodega donde el director del centro ha destinado para almacenar los alimentos, incluso el director decía que la bodega donde almacena los alimentos se limpia tres veces a la semana. Sin embargo la docente comentaba que los alimentos que vende en la escuela están en mal estado, comida descompuesta las cuales pueden perjudicar a los niños en futuro muy cercano; también nos comentaba que los alimentos de la merienda escolar si cuenta con todas las normas de higiene, los padres de familia preparan los alimentos con mucho aseo.

En la entrevista de los padres de familia están muy satisfechos con la merienda escolar, pero ellos no saben cómo son los alimentos que consumen los niños en el kiosco, y los niños nos manifestaba que les gusta los alimentos de la merienda escolar y también con los alimentos del kiosco.

Según las normas técnicas obligatorias nicaragüenses de los kioscos escolares y cafetines de los centros educativos dice que deben cumplir con las siguientes condiciones: el kiosco debe estar en una zona que permita fácil acceso, los alrededores del kiosco deben estar libres de basura, las dimensiones del establecimiento se dispondrán al volumen de los estudiante, la higiene debe ser permanente, mantener el control de las fechas de vencimiento y comprar con registro sanitario, si no ha de cumplirse con lo establecido deberá ser sancionado con la legislación vigente.

Propósito 3: Proponer medidas que mejoren la alimentación de los niños y niñas para obtener un buen aprendizaje.

En la entrevista que se realizó al director y respondió que aunque no puede regular los kioscos o ventas que están fuera del centro él siempre está atento a los

alimentos que venden el kiosco que están dentro de la escuela, la docente expresaba que ella aprovecha en las reuniones de padres de familia o encuentro a padres para concientizarlo a que los niños deben de tener buenos hábitos alimenticios para tener un buen proceso de enseñanza aprendizaje, de igual manera la docente habla con sus superiores para concientizar al padre de familia, también para que colabore en la preparación de la merienda escolar de igual manera con el complemento del mismo.

Las medidas que el director y el personal docente ponen en práctica es realizar limpieza a la bodega tres veces por semana para mantener la bodega siempre limpia, también organizan roles para organizar a los padres de familia para la elaboración de la comida en el centro aunque nos decía el director que son muy pocos padres de familia que participan en la elaboración de la comida, de igual manera para reunir el complemento de la comida por ejemplo: queso, crema, etc; esto con el fin de variar el menú de cada día pero de igual manera son muy pocos padres lo que colaborar e incluso los docentes aportan para el complemento de forma voluntaria.

Nosotros recomendamos al director seguir concientizando al padre de familia para que colabore en la merienda escolar para garantizarles a los niños la comida todos los días.

IX. Conclusiones

Después de haber elaborado el presente trabajo investigativo, de una forma sistemática con el fin de analizar la influencia de los hábitos alimenticios de los niños y niñas de primer grado C, del turno matutino de la escuela pública Tenderí, se ha llegado a las siguientes conclusiones:

- ✓ Los alimentos que los niños consumen en casa y en la merienda escolar son adecuados y nutritivos, sin embargo los alimentos que ofrecen en el kiosco no son adecuados por lo que los niños están adquiriendo malos hábitos alimenticios los cuales van a repercutir en futuro muy cercano de forma negativa en su formación académica.
- ✓ Los alimentos que prefieren los niños y niñas son comidas chatarras tales como bebidas carbonatadas (glu-glu, gaseosas) y chiverías los cual son dañino para su organismo por que obtienen los nutrientes necesarios para obtener un buen desempeño.
- ✓ No todos los padres de familia no se involucra en las actividades del centro.
- ✓ Las medidas que toma el director y el personal docente son muy pocas para concientizar al padre de familia para apoyar al centro en mejor la educación alimentaria en los niños.

X. Recomendaciones

Al director

- Crear una comisión la cual vele que los productos que venden en los kioscos escolares sean nutritivos y estén en buen estado.
- Concientizar constantemente al padre de familia que debe de cooperar en la preparación de los alimentos de la merienda escolar.
- Cada aula aporte para el complemento de la merienda escolar, delegar responsabilidades.
- Realizar capacitaciones a los docentes en conjunto con el ministerio de salud para promover buenos hábitos alimenticios.
- Aplicar correctamente la norma técnica obligatoria nicaragüense de los kioscos y cafetines, en el kiosco del centro.
- Realizar campañas educativas con los docente y estudiantes para fomentar buenos hábitos alimenticios en los niños.

A la docente:

- Crear rincones de aprendizaje donde concientice al niño y niña que debe tener buenos hábitos alimenticios.
- Concientizar a los niños diariamente para que poco a poco deje el hábito de consumir muchos dulces
- Involucrar al padre de familia en la cooperación del completo de la comida de la merienda escolar.
- Crear con los niños rótulos donde promovamos buenos hábitos alimenticios.
- Aprovechar la oportunidad en las reuniones o encuentro a padres la lonchera escolar saludables.
- Elaborar cuentos, cantos, poemas alusivos a la buena alimentación, para inculcar a los niños buenos hábitos alimenticios.

A los padres de familia:

- Siempre brindarles los niños el ejemplo de no consumir comida chatarra
- Mandar a los niños y niñas desayunados de casa y no esperar que le brinden la merienda escolar
- Alistar a los niños una lonchera saludable
- Colaborar en la merienda escolar y kiosco escolar.

XI. Bibliografía

- (//alimentación de los niños en edad preescolar, escolar y adolescente pediátrica integral, 2005)
- Colectivo de autores, 2005
- CEDOC, centro de documentación de la universidad nacional autónoma de Nicaragua
- Cortez R. la nutrición de los niños en edad infantil. Centro de investigación universidad del pacifico, 2002
- (//derechosalosalimentosfao.org)
- Enfoque científico y legal, monde selection, 2012
- (//ecured.com)
- (haire-joshu; elliot, caito, et.al, 2008)
- IESN. Curso nutrición pediátrica, la mejor lonchera escolar, lima 2006
- Norma técnica obligatoria nicaragüense de los kioscos y cafetines de los centros educativos.
- red iberoamericana de comunicación y divulgación científica IBERDIVULGA
- (//revista ABC)
- Torres Ribera, 1999; 6

XII

Anexos

Triangulación de la información.

Identificar los hábitos de alimentación de los niños y niñas que trascienden en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Preguntas	Director	Docente	Estudiantes	Padres de familia	comentarios
¿Cómo son los hábitos alimenticios de los niños y niñas que trascienden en el proceso de enseñanza aprendizaje ?	El director nos comenta que no conoce cuales son los hábitos alimenticio que tiene los niños	Los niños no presentan buenos hábitos alimenticios ya a lo largo de este año ha observado que los niños prefieren dulce y bebidas carbonatadas que alimentos sanos.	Los estudiantes afirman que prefieren las frutas ya que son deliciosas y tienen vitaminas.	Los padres de familia comenta n que les gustan las frutas sin embargo muy pocos niños les gusta las verduras.	No existe concordancia con la información brindada por los informantes sin embargo pudimos constatar que al momento de comprar los niños consumen muchos comida chatarra

		<p>La docente nos dijo que en algunos casos los niños han tenido náuseas o llegan desanimados por que no desayunan.</p>	<p>Los niños nos comentaron que no llevan lonchera al colegio sin embargo sus padres de dan dinero para que compren en el kiosco, ellos afirman que les dan en el promedio de 10 al 15 córdobas</p>	<p>Los padres no dicen que les dan desayuno o antes de ir a la escuela es por eso que no le alistan lonchera.</p>	<p>La información brindada por los informantes es contradictoria ya que hay dificultades en los hábitos alimenticios que tienen los niños</p>
	<p>La merienda escolar que proporciona el MINED es excelente ya que es muy bueno para los niños, han no todos los</p>	<p>La merienda escolar que brinda el MINED es un programa que viene a restituir uno de los derechos de</p>	<p>Los estudiantes nos comentan les gusta la comida que dan en la escuela, pero</p>		

	padres colaboran con el complemento s y la preparación de los alimentos.	los niños y niñas de nuestro país, los cual beneficia a todos los niños y niñas para tener una alimentación saludable.	también le gusta comprar en el kiosco		
--	--	--	---------------------------------------	--	--

Describir y valorar los tipos de alimentos que se ofrecen en los kioscos escolares

Preguntas	Director	Docente	Estudiantes	Padres de familia	comentarios
¿Cuáles son los tipos de alimentos que ofrecen en los kioscos escolares ?	El director del centro nos dice que regulan los productos que venden en el kiosco del centro	La docente nos afirma que en el kiosco del centro ofrecen chiverías, helados gelatinas, a veces refrescos en mal estado, tajadas rancias, ensaladas descompuestas .	Los niños comentaron que les gusta comprar en el kiosco frutas, chiverías, refrescos, gaseosa	La mayoría de los padres de familia conocen cuales son los alimentos que venden el kiosco de la escuela	Las fuentes consultadas se contradicen ya que la mayoría de las fuentes afirman que los niños no tienen buenos hábitos alimenticios

				afirmand o que venden chiverías, sin embargo hay una minoría no saben que venden el kiosco	
	El PINE escolar proporcion a la escuela, aceite, arroz, cereal, frijoles y maíz	Los alimentos que brinda el PINE escolar son arroz, aceite, cereal, frijoles y maíz los cuales son excelentes y contribuyen a que los niños tiene una buena alimentación en la escuela		Los padres de familia conocen cuales son los alimentos que brindan en el centro escolar	Hay coherencias con la información con las fuentes consultadas ya que tienen conocimient o sobre los alimentos que brinda el PINE escolar.

<p>¿Cómo es la calidad de los tipos de alimentos que consumen los niños y niñas del colegio Tenderí?</p>	<p>En los kioscos que están dentro del colegio si se aplica la normativa, pero en los kioscos que están fuera no los regula</p>	<p>La docente nos comentaba que los alimentos que venden en el kiosco está en mal estado y también no son saludables; de igual manera ella no tiene conocimiento si el kiosco escolar está certificado</p>	<p>A los niños les gusta comprar chiverías, tales como chicharrones, dulces, galletas, gaseosas, etc.</p>	<p>La mayoría de los padres de familia conocen los productos que venden el centro lo cual predominan las chiverías y bebidas carbonatadas</p>	<p>La información brindada por las fuentes afirman que los alimentos que consumen los niños en el centro no contribuyen en los hábitos alimenticios, ni hay buenas practica de higiene en los alimentos ofertan.</p>
	<p>En los kioscos que están dentro del colegio si se aplica la normativa,</p>	<p>La docente nos dice que no tiene conocimiento si está certificado el kiosco</p>	<p>Los niños dicen que les gustan todos los productos que ofrecen en el kiosco.</p>		

	pero en los kioscos que están fuera no los regula	escolar.			
	Los alimentos que consumen los niños del PINE escolar son de muy buena calidad y contribuyen a una buena alimentación.	La docente nos comenta que los alimentos del PINE escolar son muy nutritivos y saludables.	Los niños nos dicen que la comida que dan en la escuela son muy ricos.	Los padres de familia califican que son excelentes los alimentos que brinda el gobierno para los niños.	Hay coherencia con la información brindada por los alimentos que brinda el PINE escolar y también están consientes que este programa contribuye a una buena alimentación en los niños

Proponer medidas que mejoren la alimentación de los niños y niñas para obtener un buen aprendizaje.

pregunta	director	Docente	Estudiantes	Padre de familia	comentario
¿Qué medidas podemos sugerir para que mejore la alimentación de los niños y niñas y obtener un buen aprendizaje?	Se regula los alimentos que vende en el kiosco escolar que están dentro del centro escolar, sin embargo no puede regular los que están fuera del centro o los que venden los vendedores ambulantes	La docente nos dice que las medidas que ha tomado es concientizar a los padres de familia en la reuniones o encuentro a padres hablar con los superiores del centro (director).			
	Los alimentos que brinda el PINE escolar los almacenan en bodega donde cumple con todas las medidas de higiene en las que se debe ser almacenada, además se da limpieza a la bodega 3 veces a la semana.	La docente nos dice que concientiza al padre de familia en colaborar en la preparación de la merienda escolar de igual manera que colaboren con el complemento de los alimentos			

Entrevista a los estudiantes de primer grado

Objetivo: Estimados niños y niñas somos estudiantes de la carrera de pedagogía con mención en educación primaria y estamos realizando esta entrevista con el objetivo de conocer sus hábitos alimenticios.

Nombre del centro: _____

Turno: _____

Grado: _____

Edad: _____

Sexo: _____

Guía de entrevista a los niños y niñas.

1. ¿Cuáles frutas te gustan?



Otras: _____

2. ¿Cuántas veces al día comes dulces y tomas gaseosas?



3. ¿qué te gusta más las chiverías o las frutas?, ¿Por qué?



4. ¿Cuántas veces tomas agua en el día?

5. ¿Llevas lonchera a la escuela? ¿Qué llevas?

6. ¿Qué productos compras en el kiosco?

7. ¿Cuál es tu comida favorita?

8. ¿Cuánto dinero te dan tus padres para comprar en el kiosco?

9. ¿Compras todos los días en el kiosco?

10. ¿Cuál es tu alimento favorito?

¡Gracias por tu ayuda!!!!

Objetivo: Estimados padres de familia somos estudiantes de la carrera de pedagogía con mención en educación primaria y estamos realizando una encuesta para conocer los alimentos que consumen sus hijos. Muchas gracias por su colaboración.

Guía de encuesta a los padres de familia

1. ¿Cuánto pesa el niño actualmente?
2. ¿Qué tipo de alimentos le daba al niño en sus primeros años de vida?
3. ¿hasta qué edad dejo de darle leche materna al niño?
4. ¿Qué alimentos le proporciona al niño diariamente?
5. ¿Existe algún miembro de la familia que padezca de alguna enfermedad crónica? ¿Cuál?
6. ¿Cuáles son las actividades de recreación que el niño realiza en casa?
7. ¿Cuántas veces come el niño en casa?
8. ¿Al niño le gusta comer fruta y verduras?
9. ¿Qué tipos de frutas y verduras le gustan al niño?
10. ¿Qué tipo de merienda le proporciona al niño cuando va a la escuela?
11. ¿Usted sabe los alimentos que venden en el kiosco escolar?
12. ¿Qué tipo de merienda le proporciona al niño cuando va a la escuela?

Entrevista al director

Objetivo: Recopilar información para el trabajo investigativo.

1. ¿Por qué cree usted que es importante una buena alimentación en los niños y niñas del centro?
2. ¿Cómo ayuda el centro educativo para que los niños adquieran hábitos para una sana alimentación?
3. ¿conoce usted de la normativa que tiene el Ministerio de Educación que tiene para los kioscos escolares? ¿aplica estas normas?
4. ¿ha aplicado esta normativa en los Kioscos escolares?
5. ¿Qué alimentos le proporciona a los niños en la merienda escolar PINE?
6. ¿Alguna vez le ha dado a conocer esta normativa a los docentes, padres de familia y encargado del kiosco escolar?
7. ¿Recibe el colegio alguna ayuda monetaria del kiosco?
8. ¿Cómo califica la calidad de los alimentos que distribuye el gobierno a través del pine?
9. ¿Quiénes preparan los alimentos del pine? ¿siguen normas de higiene alimentaria?
10. ¿En qué lugar guardan los alimentos del pine? ¿Cuentan con alguna bodega?
11. ¿Cumple la bodega con las normas de Bioseguridad alimentaria?
12. ¿Han recibido alguna capacitación sobre el pine y las normas de higiene y bioseguridad por parte del Ministerio de Educación?
13. ¿Qué cantidad de alimentos reciben, puede detallarlo?
14. ¿En que se basan para distribuir la cantidad de alimentos según la edad del niño?
15. ¿Los padres de familia colaboran con el complemento de la merienda escolar (queso, tortilla, azúcar, otro)?

Objetivo: Conocer los hábitos alimenticios que tienen los niños y niñas del colegio Tenderi.

Guía de observación por alumnas de la UNAN-MANAGUA

Ficha de observación			
Nombre del centro:			
Grado y sección:			
Docente:		nombre del observador:	
Fecha:		hora:	
Categorías:	Grado de desarrollo alcanzado	Observaciones	
<ul style="list-style-type: none"> • Si • No 			
Hábitos alimenticios de los niños y niñas de la escuela Tenderi			
	Si	No	
1. Los niños llevan sus botellas con agua al aula de clases			
2. Los niños llevan lonchera			
3. En el kiosco escolar venden frutas.			
4. Los niños consumen los alimentos de la merienda escolar que proporciona el MINED.			
5. Practican estilos de vida saludables en el centro.			
6. Los alimentos que preparan en el centro cuenta con todas las normas de seguridad.			
7. Con que frecuencia los niños consumen bebidas carbonatadas.			
8. La lonchera del niño contiene alimentos saludables			
9. Compra alimentos saludables en el centro.			
10. La docente fomenta en la clase la buena alimentación			
11. Elabora rincones de aprendizaje donde fomente la buena alimentación.			

Entrevista a docentes

Objetivo: obtener información para conocer los hábitos alimenticios de los niños y niñas del colegio Tenderi.

Nombre de la docente: _____

Nivel académico: _____

Experiencia laboral: _____

1. ¿Ha recibido alguna capacitación sobre seguridad alimentaria?
2. ¿Elabora rincones de aprendizaje para fomentar buenos hábitos alimenticios en los niños?
3. ¿Tiene conocimiento sobre los alimentos que consumen los niños en el kiosco escolar?
4. ¿qué tipos de alimentos ofrecen en el kiosco escolar?
5. ¿tiene conocimiento si está certificado el kiosco escolar con el control sanitario?
6. ¿Sabe qué ocurre si un niño no desayuna correctamente?
7. ¿Se le han presentado casos donde los niños (as) se han desmayado, bajado la presión, otros por no comer saludablemente?
8. ¿Qué medidas ha tomado la institución y usted particularmente como docente?
9. ¿Orientan a los padres de familia para contribuir a una alimentación saludable?
10. ¿Usted como docente brinda el ejemplo a sus escolares comiendo alimentos saludables?
11. ¿Qué tipos de alimentos normalmente consume?
12. ¿Cómo califica la merienda escolar que distribuye el gobierno con el Pine ¿Se le da buen uso en la institución en la que labora?
13. ¿Según sus observaciones les gusta a los niños (as) los alimentos que proporciona el Pine?
14. ¿Contribuye el padre de familia con el complemento de la merienda escolar (queso, tortilla, otros)?
15. ¿Qué dificultades se le han presentado con la preparación de los alimentos que brinda el Pine?

Foto # 1



Fuente: kiosco de la Escuela Pública Tenderí

Foto # 2



Fuente: alumnos de primer grado C de la Escuela Publica Tenderi

Foto # 3



Fuente: alumnos de primer grado C de la Escuela Publica Tenderi

Dedicatoria

Dedicamos este trabajo de investigación de investigación primeramente a Dios por ser nuestro padre y creador por habernos permitido llegar a esta etapa tan importante en nuestra vida.

A nuestro padres por apoyarnos incondicionalmente en todas las decisiones que tomamos y por siempre guiarnos en por el buen camino para que seamos personas de bien.

A nuestra tutora Lic. Meyling Ruiz que nos estuvo apoyando y guiando con mucha paciencia en la realización del presente trabajo.

A todas las demás personas que de una u otra manera nos apoyaron y nos dieron fortaleza para que logremos salir adelante en nuestras vidas; familia, amigos, amigas y docentes.

Agradecimiento

Agradecemos primeramente a Dios por ayudarnos a culminar este trabajo de investigación.

A todo el personal docente, administrativo y niños del 1^{er} C de la Escuela Pública Tenderí, les agradecemos por todo el apoyo y disposición que tuvieron en el proceso de la realización de este trabajo investigativo.



Resumen

La presente investigación se realizó en la Escuela Pública Tenderí, ubicado en el municipio de Nindirí, departamento de Masaya con el fin de analizar la influencia de la alimentación en el proceso de enseñanza aprendizaje en los niños y niñas de primer grado C.

Este trabajo investigativo es de enfoque cualitativo, porque se realiza un análisis de los factores alimenticios que inciden en el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños tanto en la escuela como en sus casas y es de corte transversal ya que se realiza en un tiempo determinado, durante el segundo semestre del año 2017.

Uno de los propósitos que tiene este estudio es analizar los factores alimenticios que inciden en el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños, esto con el fin de que los niños poco a poco replazasen hábitos alimenticios saludables que contribuyan a su proceso de enseñanza aprendizaje.

La metodología del trabajo incluye análisis documental en páginas web de diferentes bibliografías tales como: Norma técnica obligatoria nicaragüense de los kioscos y cafetines de los centros educativos y documentos del centro de documentación de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, entre otros. Se aplicaron diversas técnicas para recopilar información con el fin de conocer los tipos de alimentos que consumen los niños y niñas.

Con la aplicación de los instrumentos se obtuvo que los niños y niñas están teniendo malos hábitos alimenticios al momento de seleccionar los productos en el kiosco escolar.

Una de la principales recomendaciones que se le da al director del centro es que aplique correctamente la norma que brinda el Ministerio de Educación al kiosco de la escuela; a los padres de familia que procuren alistar a los niños loncheras escolares saludable y a la docente que implemente rincones de aprendizaje donde reflejen buenos hábitos alimenticios.

Índice

I.	Introducción	5
1.1	Planteamiento del problema.....	6
1.2	Justificación	7
1.3.	Antecedentes.....	8
II.	Foco de Investigación	11
III.	Cuestiones de investigación	12
IV.	Propósitos dela investigación	13
V.	Perspectiva teórica	14
I.	Conceptos básicos.....	14
II.	Alimentación y nutrición	17
III.	Consecuencias de una mala alimentación	18
IV.	Factores que inciden en la mala alimentación.....	24
V.	Medidas para obtener una adecuada alimentación.	30
VI.	Matriz de descriptores	40
VII.	Perspectivas de la investigación.....	42
VIII.	Análisis de resultados	50
IX.	Conclusiones.....	55
X.	Recomendaciones.....	56
XI.	Bibliografía.....	58
XII	Anexos.....	59

I. Introducción

La alimentación humana es un acto biológico que está condicionado social, cultural y económicamente. En todo el mundo coexisten cada vez más problemas relativos a la desnutrición, la deficiencia de vitaminas y minerales, la obesidad y las enfermedades crónicas relacionadas con el régimen alimentario, por lo tanto esto indica que existe una falencia en las instituciones educativas ya que no enseñan educación alimentaria ni hacen hincapié en una alimentación saludable.

La alimentación inadecuada afecta radicalmente el proceso de enseñanza-aprendizaje de los niños. El haber nacido con bajo peso, haber padecido anemia por deficiencia de hierro o deficiencia de zinc, pueden significar un costo de hasta 15 puntos en el Coeficiente Intelectual (CI) teórico.

Cuando un niño está mal alimentado es indiferente, apático, desatento, con una capacidad limitada para comprender y retener hechos, con frecuencia se ausenta de la escuela. Todo ello se refleja en el proceso de enseñanza- aprendizaje y en el rendimiento escolar.

Con esta investigación se pretende analizar los factores alimenticios que inciden en el aprendizaje de los estudiantes de primer grado C del turno matutino de la escuela pública Tenderí y de esta manera determinar medidas de seguridad alimentaria que ayude a mejorar el aprendizaje de los niños y niñas.

1.1 Planteamiento del problema

En la actualidad la educación de niños y niñas es un elemento muy importante para el desarrollo de un país; es por ello que una buena nutrición en los pequeños es necesaria en la adquisición del desarrollo cognitivo adecuado para que exista un aprendizaje escolar favorable, debemos tener en cuenta que la mala alimentación se acompaña frecuentemente por la deficiencia de vitaminas y minerales que trae como consecuencias: un aprendizaje deficiente, problemas en el aprendizaje, disminución en la retención y memoria, escaso desarrollo muscular, una disminución severa de peso, talla, y altura.

Es necesario reconocer el estado nutricional de los individuos ya que de una u otra forma influyen factores entre los más destacados los socioeconómicos que afectan al estado nutricional de los mismos (bajo ingreso familiar, el tamaño de la familia, hábitos alimenticios inadecuados y una producción insuficiente de alimentos).

Por lo expuesto anteriormente se pretende saber lo siguiente:

¿Cómo influyen los Hábitos Alimenticios que poseen los estudiantes de primer grado C del turno matutino del colegio público Tenderi del municipio de Nindiri en el proceso de enseñanza-aprendizaje?

1.2 Justificación

Es preocupante la asimilación de los aprendizajes durante el proceso de enseñanza-aprendizaje de igual manera el desarrollo de la capacidad en las edades infantiles. Siendo estos los momentos más trascendente en la vida del ser humano por lo que mantener hábitos alimenticios para obtener un buen estilo de vida saludable es la prioridad.

Para lograr lo anterior es necesario alcanza un mayor conocimiento de cotidianidad de los escolares desde lo alimentario y nutricional, para ello se requiere indagar sobre los factores alimenticios y la percepción de la alimentación, cultura alimentaria que tienen las madres, docentes, los mismo niños y de esta manera alcanzar una mayor comprensión de la realidad alimentaria de la población infantil así mismo proponer medidas de seguridad para darle respuesta a nuestra problemática y así disminuir los factores negativos que inciden en el proceso enseñanza aprendizaje de los escolares.

Esta investigación tiene como objetivo analizar los factores de la alimentación en el proceso de enseñanza aprendizaje en niños y niñas de primer grado C del turno matutino de la escuela pública Tenderi, en el municipio de Nindirí en el segundo semestre del año lectivo 2017.

1.3. Antecedentes

En el colegio público Tenderí, en la ciudad de Nindiri, en la actualidad no cuenta con un estudio sobre influencia de los alimentos que incidan en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los niños y niñas del primer grado, siendo esta la primera vez que se tiene un acercamiento con ellos, y brindan a esta investigación las pautas de poder resarcir sus hábitos alimenticios mediante este trabajo que será de utilidad para los presentes y futuros estudiantes de este centro.

En la búsqueda de fuentes que se asemejen a la temática abordada hemos encontrado que en la UNAN-MANAGUA se han elaborado otros estudios similares, que en su esencia contienen una visión de los hábitos alimenticios y su influencia en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los escolares, entre los estudios que más se destacan por su contenido se encuentran lo siguiente:

1. Hábitos de una alimentación y su influencia en el proceso de aprendizaje del niño Kenneth de primer nivel del centro educativo Alfonso Cortes del distrito VI de Managua, durante el segundo semestre del año 2015, realizado por Bra. Denia Hernández Hernández y Bra. Patricia López Girón, la cual pretende explicar cómo afecta la alimentación en el proceso de aprendizaje del niño Kenneth de primer nivel. Con este fin se propone mejorar los hábitos alimenticios del escolar que incidan de forma positiva en su salud, desarrollo y educación.
Llegaron a la conclusión que el entorno familiar no favorece en la alimentación del niño ya que no se le proporciona alimentos saludables para su desarrollo y el niño carece de atención medica por que la mama no lleva un control en el peso del niño y solo lo lleva al médico en casos de emergencia, al igual la mama no llevo un control prenatal que esto favorecía al crecimiento y desarrollo del niño.
2. También se encontró un segundo trabajo: Formación de hábitos de alimentación saludable en los niños y niñas de la segunda etapa del segundo ciclo de educación infantil, en el centro educativo San Martin de

Porres en el barrio nueva vida de ciudad Sandino, durante el año 2016, elaborado por Bra. Ana Ramírez Mendoza y Bra. María Ramos Saavedra, las que abordaron en ese estudio el consumo de exceso de comida chatarra, convirtiendo el enfoque de este trabajo en investigación-acción teniendo como propósito fomentar en los niños, padres y maestro el consumo de alimentos adecuados y una alimentación balanceada en el cual llegaron a la conclusión que los padres de familia tiene conocimiento sobre la nutrición y salud que deben de tener los niños, también en concientizar que los niños no deben llevar en la lonchera comida chatarra para que no tenga consecuencias negativas los niños.

3. Importancia de hábitos alimentarios y estilo de vida saludable en niños de 0 a 6 años en el centro de aplicación Arlen Siu y el centro pre-escolar Claudia Chamorro, del departamento de Managua, Nicaragua en el II semestre del año 2016, elaborado por Bra. Lesbia Karina Bermúdez Narváez y Bra. María Elizabeth Espinoza, la finalidad de este estudio es comparar los hábitos alimenticios de ambas instituciones educativas y demostrar la importancia de los hábitos alimentarios, estilos de vida saludable de los escolares y la manera en que este influye en la calidad educativa y en la salud en favor del desarrollo integral del niño y del aprendizaje significativo, y así contribuir al desarrollo cognitivo, en el cual llegaron la conclusión que los tipos de alimentos y llevar un buen estilo de vida saludable son importantes para el desarrollo de los niños sobre todo en la etapa preescolar, ya que ayuda a su desarrollo físico y mental entre otros.

A través de estos antecedentes, nos podemos dar cuenta que la alimentación es un factor muy importante a tener en cuenta durante el proceso del desarrollo de los aprendizajes, tomando en cuenta el trabajo que aporta a esta investigación la institución educativa, la familia y la sociedad, para el desarrollo óptimo de los escolares ya que en esta edad se puede implementar hábitos alimenticios

favorables porque es donde ellos se apropian de un cumulo de conocimientos que regirán su vida futura.

De allí la importancia que reviste el estudio de estos temas, que permitirán continuar la búsqueda de la calidad en la educación y la salud, y así brindar a los individuos, a la sociedad y al país un desarrollo futuro.

II. Foco de Investigación

Factores alimenticios que inciden en el proceso de enseñanza aprendizaje en niños y niñas de primer grado C del turno matutino de la escuela pública Tenderí, en el municipio de Nindiri, departamento de Masaya; en el segundo semestre del año lectivo 2017.

III. Cuestiones de investigación

- ¿Cómo son los hábitos alimenticios de los niños y niñas de primer grado que trascienden en el proceso de enseñanza aprendizaje?
- ¿Cuáles son los tipos de alimentos que ofrecen en los kioscos escolares?
- ¿Cómo es la calidad de los tipos de alimentos que consumen los niños y niñas del colegio Tenderí?
- ¿Qué medidas podemos sugerir para que mejore la alimentación de los niños y niñas y obtener un buen aprendizaje?

“A mejores hábitos alimenticios, mayor aprendizaje escolar “

IV. Propósitos de la investigación

Propósito General:

1. Identificar los factores alimenticios que inciden en el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños y niñas de primer grado de la escuela Tenderi.

Propósitos Específicos:

1. Identificar los factores alimenticios de los niños y niñas que trascienden en el proceso de enseñanza aprendizaje.
2. Describir y valorar la calidad de los tipos de alimentos que se ofrecen a los niños y niñas que consumen en el colegio Tenderi
3. Proponer medidas que mejoren la alimentación de los niños y niñas para obtener un buen aprendizaje.

V. Perspectiva teórica

I. Conceptos básicos

1.1. Alimentación

Es la ingesta de alimentos por parte de los organismos para conseguir los nutrientes necesarios y así con esto obtener las energías y lograr un desarrollo equilibrado (//revistaABC).

1.2. Hábitos alimenticios

El mejor momento para formar hábitos para la vida es la infancia y esta formación comienza incluso desde el vientre materno (haire-joshu, elliot, caito, et.al, 2008).

Se pueden definir como los hábitos adquiridos a lo largo de la vida que influyen en nuestra alimentación.

1.3. Aprendizaje

Adquisición del conocimiento como proceso en cual se modifican y adquieren habilidades, destrezas, conocimientos, conductas o valores como resultado del estudio, la experiencia, la instrucción, el razonamiento y la observación. Este proceso puede ser analizado desde distintas perspectivas por lo que existen diferentes teorías del aprendizaje; es una de las funciones mentales más importantes en humanos, animales y sistemas artificiales (//ecured.cu).

1.4. Calidad de alimentos

Conjunto de cualidades que hacen aceptables los alimentos a los consumidores. Estas cualidades incluyen tanto las percibidas por los individuos (cualidades sensoriales): sabor, olor, textura, forma y apariencia, tanto como las higiénicas y químicas. La calidad de los alimentos es una de las cualidades exigidas en los procesos de manufactura alimentaria, debido a que el destino final de los productos es la alimentación humana y los alimentos son susceptibles en todo de sufrir cualquier forma de contaminación. Su objetivo no son solamente las cualidades sensoriales y sanitarias, sino también la trazabilidad de los alimentos durante los

procesos industriales que van desde su recolección, hasta su llegada al consumidor final (enfoque científico y legal, monde selection, 2012).

1.5. Kioscos escolares

Espacio físico adecuado para el consumo de alimentos nutricionalmente saludable, en cual se brinda la oferta de alimentos sanos e inocuos, se implementa normas sanitarias de control y calidad de alimentos y además tiene el objeto de promover estilos de vida saludables en la población escolar.

1.5.1. Tipos de kiosco escolares

- **Kiosco básico:** considerado el espacio físico que posee una estructura sencilla, sólida y segura para el expendio de alimentos sin poseer servicios básicos completos.
- **Kiosco tipo cafetín:** este tipo de kiosco se considera como aquel establecimiento que cumple con poseer estructura compleja, sólida y segura, posee servicios básicos completos y se rige bajo del tratamiento de las normas sanitarias de restaurante (Cortez R. la nutrición de los niños en edad infantil. Centro de investigación universidad del pacifico, 2002).

1.6. Lonchera escolar

Es un conjunto de alimentos que tienen por finalidad proveer a los alumnos de la energía y nutrientes necesarios para cubrir sus recomendaciones nutricionales y desarrollar sus potencialidades en la etapa de desarrollo y crecimiento correspondiente. Constituye una comida adicional a las tres comidas principales por lo consiguiente no es un remplazo de las mismas. Contiene del 10% al 15% del valor calórico total de los alimentos ingeridos en el día y puede suministrarse a media mañana o media tarde dependiendo de la jornada escolar (manos unidad. La lonchera escolar. Suplemento parlante 2010).

1.6.1. Beneficios de una lonchera saludable

- Establece adecuados hábitos alimenticios.
- Fomenta la toma de conciencia de una alimentación saludable.
- Proporciona nutrientes necesarios para un adecuado crecimiento.
- Promueve el consumo de alimentos saludables y nutritivos desde la niñez. (IESN.curso nutrición pediátrica.la mejor lonchera escolar.lima 2006).

1.7. Merienda escolar

La nutrición y la salud hoy en día son considera inversiones que conducen a la formación de capital humano. La merienda escolar es una inversión en la salud, la nutrición y la educación de los niños, y por ende en el futuro de una nación. La merienda escolar es sumamente importante dentro de la dieta, este debe de ser equilibrada, variada y completa; no obstante es preciso adaptarla e individualizarla ajustándola a las necesidades y estilos de cada infante.

1.7.1. Merienda escolar en Nicaragua

Es un programa que pretende restituir unos de los derechos de los niños y niñas de nuestro país. Desde el 2007 se comenzó con este trabajo que en la actualidad beneficia a todos los centros escolares ubicados en los 153 municipios del territorio nicaragüense. El ministerio de educación (MINED), junto al programa mundial de alimentos (PMA) pretende maximizar la retención escolar ya que los niños al recibir este beneficio tienen una razón más y muy poderosa para asistir a los colegios y puntuales. Si bien la merienda escolar puede que no acabe con la mal nutrición pero ayuda que le estudiante tenga satisfacción en su estómago y pueda prestar más atención a las clases impartidas por los docentes.

La merienda escolar si tiene que ver con los aspectos relacionados con la educación, por que un niño con el estómago vacío no puede estudiar, tiene hambre, se desmaya, sino esta nutrido tiene problemas de aprendizaje, o no va la escuela porque los padres no tienen alimentos seguros en su hogar, por esto la merienda escolar es un gran beneficio no solo para los estudiantes sino también

para las familias (red iberoamericana de comunicación y divulgación científica-IBERDIVULGA).

II. Alimentación y nutrición

2.1. Alimentación como derecho universal

La declaración universal de derechos humanos de 1948 proclamo que " toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar y en especial la alimentación. En la declaración de Roma sobre la seguridad alimentaria mundial dice " el derecho de toda persona de tener acceso a alimentos sanos y nutritivos, en consonancia con el derecho a una alimentación apropiada y con el derecho fundamental a toda persona a no padecer de hambre.

Erradicar el hambre no es un mero ideal adecuado elevado asegurar el derecho a disponer de alimentos adecuados y no padecer hambre es un asunto derecho internacional, específicamente contenido en diversos instrumentos de los derechos humanos donde están comprometidos países de todo el mundo ([//derechosalosalimentos,fao.org](http://derechosalosalimentos,fao.org)).

2.2. Diversidad y proporción (6-8 años)

La diversidad alimentaria es una medida cualitativa del consumo de alimentos que reflejan el acceso de los hogares a una variedad de alimentos, si como una medida indirecta de la adecuación de nutrientes de la dieta individual, varía según varios factores entre los cuales, económicos, sociales y religiosos; lo más importante de tener diversidad en la alimentación es intentar comer todos los alimentos necesarios para tener una buena salud.

La alimentación en la etapa de 6 a 8 años es muy estable a nivel de crecimiento, en esta etapa la ingesta de alimentos debe ser variada en cantidades adecuadas. Las necesidades energéticas de un niño entre 6 a 8 años oscilan en las 2000-2200 kcal/día y varían en función de la actividad física del niño.

2.3. Seguridad alimentaria y nutricional

El hambre, la desnutrición y la pobreza prevalecen el mundo contemporáneo, donde existen 800 millones de personas desnutridas y varios millones más que padecen de enfermedades relacionadas con carencia de micronutrientes, contaminación de los alimentos y el agua.

Según los documentos de la cumbre mundial de la alimentación la seguridad alimentaria se puede definir como:

- Disponibilidad de los alimentos.
- Su estabilidad.
- Acceso de los mismos.

Este es uno de los conceptos más actuales de seguridad alimentaria, la cual se ha visto afectada por diferentes causas: pobreza, desempleo, desastres naturales y los provocados por los hombres (guerras). (Torres ribero, 1999; 6).

La seguridad alimentaria y nutricional es un proceso de carácter multisectorial, interinstitucional y transdisciplinaria, pues tiene que ser abordado desde las diferentes disciplinas del conocimiento y deben estar implicados los diversos sectores e instituciones que de forma integrada deben promover el desarrollo local, concretamente en el universo de la comunidad.

III. Consecuencias de una mala alimentación

3.1. Enfermedades producidas por alimentos insuficientes

Enfermedades producidas por una ingesta insuficiente de energía o nutrientes específicos, causa desnutrición, anemia nutricional, osteoporosis y bocio endémico.

Desnutrición

Es una enfermedad producida por un consumo insuficiente de energía y nutrientes. Las personas tienen un bajo peso corporal y en los niños produce un retraso del crecimiento y desarrollo psicomotor. Produce una disminución de la

capacidad de defenderse de las enfermedades infecciosas y aumenta el riesgo de mortalidad, además hay una disminución en el rendimiento escolar.

Los factores que influyen en la desnutrición

- Bajo ingreso.
- Falta de conocimientos alimentarios.
- Insuficiente disponibilidad de alimentos.
- Malas condiciones de saneamiento ambiental.
- Hábitos alimentarios inadecuados.

Principales causas de la desnutrición

- Una alimentación insuficiente en proteínas y calorías debido a la falta de recursos económicos o falta de conocimientos alimentarios o de nutrición.
- Falta de agua potable, alcantarillado y la inadecuada eliminación de basuras.
- Malos hábitos de higiene personal y manipulación de los alimentos.

Anemia nutricional

Es una condición caracterizada por un bajo contenido de glóbulos rojos (hemoglobina) en la sangre. Esta produce decaimiento, irritabilidad, cansancio, disminuye las defensas del organismo, el rendimiento escolar y reduce la capacidad de trabajo.

Causas de la anemia por falta de hierro

- Bajo consumo de alimentos ricos en hierro.
- Mala utilización del hierro de los alimentos.
- Baja ingesta de vitamina B12, ácido fólico y vitamina C.

Como prevenir la anemia por falta de hierro

- Comiendo tres o cuatro veces por semana carne, pescado, pollo, pavo o hígado, por su alto contenido en hierro.

- Combinando los alimentos ricos en hierro vegetal con alimentos ricos en vitamina C.
- Evitando el consumo de alimentos que disminuyen la absorción de hierro.

Osteoporosis

Es una enfermedad en la que lenta y progresivamente los huesos se van haciendo frágiles y propensos a fracturas.

Causas de la osteoporosis

- Antecedentes de familiares de fracturas o deformación de la columna durante la ancianidad.
- Falta de actividad física.
- Bajo consumo de calcio.

Como prevenir la osteoporosis

- Comiendo alimentos ricos en calcio y vitamina D.
- Aumentando la actividad física.

Bocio endémico

Es una enfermedad crónica que se caracteriza por un aumento del tamaño de la glándula tiroides, debido principalmente a un insuficiente consumo de yodo.

La deficiencia de yodo produce, además del bocio, dificultades de aprendizaje en los niños.

Como prevenir el bocio endémico

- Consumiendo sal yodada.
- Aumentando el consumo de yodo, mediante el constante consumo de pescado y otros alimentos de origen marino.

3.2. Enfermedades producido por exceso de alimentos

Las enfermedades producidas por la ingesta excesiva de energía son:

Obesidad

Es una enfermedad producida por la cantidad excesiva de grasa corporal o tejido adiposo en relación a la masa corporal. La OMS considera la obesidad como una enfermedad, ya que es un factor de riesgo tener altos niveles de lípidos sanguíneos.

Las personas obesas pueden verse rechazadas socialmente, todo esto contribuye a bajar su autoestima y deteriorar su calidad de vida.

Causas de la obesidad

- Causada por un consumo de energía (calorías) superior al gasto energético.
- Falta de actividad física que caracteriza la vida actual.
- En escolares el consumo frecuente de comidas rápidas, concentran una gran cantidad de calorías y grasas que aumenta el sobrepeso y la obesidad.

Factores que causan obesidad

- Herencia.
- Moda alimentaria.
- Malos hábitos alimentarios.
- Bajo costo de alimentos poco saludables.
- Consumo excesivo de energía y grasas.
- Poca actividad física.

Enfermedades cardiovasculares

Son enfermedades que afectan el corazón y los vasos sanguíneos. Estas pueden producir discapacidad y muerte en personas jóvenes.

Causas de la enfermedad cardiovascular

- Consumo frecuente de alimentos ricos en grasas.
- Falta de ejercicio físico.
- Obesidad.
- Hipertensión.
- Diabetes.
- Antecedentes de familias con esta enfermedad.

Hipertensión arterial

Es el aumento crónico (mantenido en el tiempo) de la presión sanguínea, y aumenta el riesgo de tener una enfermedad cardiovascular.

Causas de la hipertensión arterial

- Excesivo consumo de alimentos salados y ricos en grasas.
- Bajo consumo de calcio y vitaminas.
- Obesidad.
- Falta de actividad física.

Diabetes

Es una enfermedad crónica, es decir para toda la vida, caracterizada por una alta concentración de glucosa o azúcar en la sangre. Se debe a que no se produce o no se puede utilizar la insulina, hormona producida por el páncreas.

Causas de la diabetes

- En la diabetes del adulto existe una predisposición hereditaria, y al asociarse con la obesidad, provoca resistencia de las células a la acción de la insulina.
- En la diabetes infantil o juvenil también existen factores hereditarios o deberse a enfermedades producidas por virus que destruyen las células del páncreas.

3.3. Déficit en el desempeño escolar y personal

La alimentación juega un papel muy importante en el desempeño escolar de los niños, ya que un niño mal alimentado no rinde en las tareas escolares, como tampoco en su calidad de vida. Es por ello que cada niño debe de tener una buena alimentación para un buen desempeño escolar y una mejor calidad de vida. La escuela, es decir, el sistema de educación formal, es uno de los agentes de socialización más poderosos a que están expuestas las personas. Ejerce una influencia benéfica sobre el desarrollo psicosocial, la adquisición y utilización del conocimiento y el progreso económico y social de los individuos y de la sociedad.

Las aptitudes y actitudes básicas se forjan en la primera infancia; además, en ese periodo del desarrollo hay una gran demanda de energía para satisfacer las necesidades biológicas y sociales de crecimiento y maduración. La educación formal es un proceso largo y complejo sometido a múltiples determinantes. La matrícula, la asistencia y el rendimiento escolares están determinados por una serie de factores tanto internos como externos con respecto al niño y al sistema familiar. Esos factores que intervienen desde la primera infancia y durante todo el periodo escolar facilitan u obstaculizan el desarrollo de las capacidades y habilidades naturales. Además, los factores que inciden en el mismo sentido en el proceso educativo tienden a asociarse. Así, la pobreza de la familia se asociará con escuelas pobres rara vez capaces de proporcionar al niño las experiencias de aprendizaje que le permitan adquirir las capacidades intelectuales y las habilidades Cognitivas necesarias en la sociedad.

IV. Factores que inciden en la mala alimentación

4.1. Educación alimentaria

La educación alimentaria no solo se limita a realizar acciones educativas y brindar información para elevar el conocimiento; en cuanto educación y nutrición, esta debe tener como finalidad el mejoramiento de la conducta alimentaria. La adquisición de conocimientos y la adopción de actitudes positivas.

Definiremos educación alimentaria como lo promueve la escuela de nutrición de la facultad de ciencias médicas la universidad nacional de córdoba, el cual plantea que: " la educación alimentaria y nutricional se definirá como un proceso educativo de enseñanza-aprendizaje permanente, dinámico, participativo, integral, bidireccional que tiene por finalidad, promover acciones educativas tendientes a mejorar la disponibilidad, consumo y utilización de los alimentos, con un perfil epidemiológico de potenciar y reafirmar los hábitos alimentarios saludables y neutralizar o reducir los erróneos, respetando las tradiciones costumbres e idiosincrasia de las comunidades contribuyendo al mejoramiento del estado nutricional y por ende a la calidad de vida de una región o país. (colectivo de autores,2005)

4.2. Hábitos familiares

El proceso de formación de hábitos en los niños y las niñas se basa en la construcción de rutinas en las cuales es importante que los adultos tengan en cuenta los siguientes aspectos:

- Definir cuáles son los hábitos que serán objeto del proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Estructurar los pasos o secuencias a seguir para su adecuada implementación y practica constante en la vida diaria.

- Dar a conocer la importancia y las ventajas de su práctica oportuna y constante, por parte de los niños, niñas y la familia.

Los hábitos conforman las costumbres, actitudes, formas de comportamientos que asumen las personas ante situaciones concretas de la vida diaria, las cuales conllevan a formar y consolidar pautas de conducta y aprendizajes que se mantienen en el tiempo y repercuten (favorable o desfavorablemente) en el estado de salud, nutrición y el bienestar.

La formación de hábitos alimentarios y estilos de vida saludables es un proceso interactivo en el que es importante tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Acciones dirigidas a la formación de hábitos saludables.
- Rol de los adultos como mediadores y agentes modeladores.
- El ambiente humano y físico que rodea el momento de las comidas y la práctica de los hábitos saludables.

Es más fácil inculcar los hábitos saludables de manera temprana, para que los niños sigan esos hábitos antes que adquieran comportamientos negativos, ya que cambiar los conocimientos, las actitudes, valores y patrones de comportamientos inadecuados toma mucho tiempo.

Es importante que los padres de familia les enseñen a los niños mediante el modelaje permanente, información gráfica en forma de láminas para explicar los buenos hábitos.

En el caso de niños y niñas de menor edad, es importante mantener cierta flexibilidad en el proceso de adquisición de estos hábitos. Conviene que se respeten sus preferencias personales, pero sin consentir caprichos continuos. En algunas épocas se tiene menos apetito. Durante la infancia esto suele coincidir

con etapas en que el crecimiento es algo más lento y, por lo tanto, la necesidad de nutrientes es menor.

Es importante que cada familia tome conciencia de cuáles son los hábitos de alimentación y procurar mejorarlos, para que así los niños tengan una vida saludable.

4.2.1. Bajo ingreso familiar

Los malos hábitos alimenticios son frecuentes entre la población que no son conscientes de lo perjudicial que pueden ser, no sólo afectan nuestra salud, sino también nuestra apariencia física y nuestro estado de ánimo.

El consumo inadecuado de alimentos no proporcionan los nutrientes necesarios y esto no ayuda al crecimiento y desarrollo óptimo de los niños es por ello que no tienen una vida sana, ya que esto también genera enfermedades crónico-degenerativas, por ejemplo diabetes mellitas, presión arterial, obesidad y cáncer debido tanto a carencias nutricionales como a exceso de consumo de alimentos que conocemos como chatarra, por ejemplo, refrescos, papas fritas, pizza, hamburguesas.

Algunos hábitos inadecuados son:

- Comer deprisa, desde siempre nos han inculcado comer despacio y masticar bien los alimentos, por lo que esto no debe dejarse de lado y optar por comer más deprisa para terminar antes.
- Comer de pie, suele ser una opción a la hora de hacer la digestión para algunos que piensan que los alimentos se digieren antes si nos mantenemos de pie. Esto es un error, hay que comer sentados y en buena posición.
- Comer al mismo tiempo que trabajamos o realizamos cualquier otra actividad. Este es uno de los fallos más frecuentes, ya que el tiempo suele ser bastante limitado y preferimos comer y trabajar o hacer otras cosas a la par. Hay

que implicarse a la hora de comer, mostrando interés y no despistándonos con otra serie de cosas.

- Comer en horarios diferentes, esto perjudica mucho el proceso de digestión y altera el organismo ya que notará que la comida entrará en el estómago de manera aleatoria y no cada ciertas horas. Es indispensable comer siempre dentro de las mismas horas.
- Picar entre horas, esta costumbre es habitual entre las personas que no tienen un horario fijo o incluso suelen comer en sitios diferentes. Es mejor cada 3 o 4 horas y realizar de 4 a 5 comidas para no llenar el estómago al mismo tiempo que no nos quedamos con sensación de vacío.
- Comer siempre lo mismo, comer siempre los mismos alimentos provoca la reducción de vitaminas, minerales y otros elementos indispensables para el organismo que contienen otros alimentos que dejamos de lado para alimentarnos siempre de aquello que consideramos más fáciles de preparar o más rápidos de llevar.

3.2.2 Hábitos alimenticios inadecuados

En la adopción de los hábitos alimentarios interviene principalmente tres agentes: la familia, los medios de comunicación y la escuela. En el caso de la familia, es el primer contacto con los hábitos alimentario y a que sus integrantes ejercen una fuerte influencia en la dieta de los niños y en sus conductas relacionadas con la alimentación y cuyos hábitos son el resultado de una construcción social y cultural acordada implícitamente por sus integrantes.

Sin embargo, los hábitos alimentarios se han ido modificando por diferentes factores que alteran la dinámica e interacción familiar ; uno de ellos corresponde a la situación económica que afecta los patrones de consumo tanto de los niños como de los adultos, la menor dedicación y falta de tiempo para cocinar, lo que provoca que las familia adopten nuevas formas de cocina y de organización y la

pérdida de autoridad de los padres en la autoridad a ocasionado que muchos niños coman cuando, como, y lo que quieran.

Por su parte la publicidad televisiva forma parte del ambiente social humano, y ha influenciado de manera negativa en los hábitos alimentarios de los niños y ha ido desplazando a instancia como la familia y la escuela; promoviendo un consumo alimentario no saludable, ya que los niños son más susceptible de influenciar, debido a que se encuentran en una etapa de construcción de su identidad y por lo tanto son fácilmente manipulables por los anuncios publicitarios que promocionan nuevos alimentos sobre todo alimentos chatarra.

En el caso de la escuela, dicha institución de permite al niños enfrentar se a nuevos hábitos alimentarios que en muchas ocasiones no son saludables; aunque también asumen un rol fundamental en la promoción de factores protectores en cuestión de hábitos alimentarios. En este sentido las acciones de promoción y prevención escolar están a cargo de los profesores a través de los contenidos temáticos en materias como ciencias naturales.

3.3 Alimentación como hecho sociocultural

La alimentación no son solo procesos digestivos, si no entorno a ellos encontramos una serie de valores y expresiones culturales que tienen que ver con el hombre en diferentes contextos: lo social, psicológico, económico, simbólico, religioso. Esta lleva implícitas cuestiones morales, de prestigio, de poder, estatus y es considerado y apreciado como un arte.

La alimentación está relacionada con la vida cotidiana, con la realidad sociocultural con la que se desenvuelve el hombre, la cual incluye tanto aspecto objetivos como subjetivos. Además se hace extensiva a las diferentes esferas de vida como la economía y política, que si se usan adecuadamente pueden tributar a garantiza la seguridad alimentaria y nutrición de cada región, pueblo o país, garantizando el acceso a los alimentos de forma segura y estable y tomando medidas o dictando leyes que favorezcan la disponibilidad acceso y consumo de los mismo. También está estrechamente vinculada a la cultura y la sociedad pues

incluye toda una serie de tradiciones, hábitos, tabúes que se van transmitiendo de generación en generación.

Basándonos en los estudios realizado por moreno García y Guerrero Rivera sobre la alimentación como parte de la cultura podemos decir que la cultura alimentaria desde el aprovisionamiento, producción, distribución, conservación y preparación de los alimentos hasta su consumo. Posee una carga de significado espirituales que están estrechamente vinculados a las creencias, costumbres, tradición. Además, la cultura alimentaria implica la promoción de práctica alimentaria saludable que sea fuente de placer y satisfacción.

Las ocasiones o motivos por los cuales las personas se reúnen para comer, los métodos de preparación y conservación de los alimentos, los hábitos de consumo y de horario, las normas de conducta y el orden al sentarse alrededor de la mesa y los utensilios empleados son elementos que conforman parte de nuestra identidad

3.4 Aporte nutritivo

Las necesidades energéticas van variando a lo largo de las diferentes etapas de la vida, y esto implica la necesidad de adaptar la ingesta para hacer frente a estas variaciones. Las recomendaciones para los niños entre 4 y 8 años, son: 1.200-1.800 kcal/día y para los de 9 a 13 años, 1.600-2.000 kcal.

En la ingesta energética intervienen principalmente 2 factores: el volumen alimentario y la densidad energética de la dieta. La capacidad de acomodar la dieta a las necesidades energéticas mediante cambios en el volumen alimentario y, sobre todo, en la densidad energética, es ya constatable en el niño desde edades tempranas.

Tabla I. Ingestas recomendadas de energía, proteínas, grasa, hierro, calcio y zinc						
Edad	Energía (Kcal/día)	Proteínas (g/día)	Grasa total (g/día)	Hierro (mg/día)	Calcio (mg/día)	Zinc (mg/día)
4-8 años						
Niños	1.400-1.700	19	25-35	10	1.000	5
Niñas	1.300-1.600	19	25-35	10	1.000	5
9-13 años						
Niños	1.800-2.300	34	25-35	8	1.300	8
Niñas	1.700-2.000	34	25-35	8	1.300	8

(Fuente: //alimentación de niños en edad preescolar, escolar y adolescente, pediatría integral, 2015)

V. Medidas para obtener una adecuada alimentación.

5.1. Norma técnica obligatoria nicaragüense de los kioscos y cafetines de los centros educativos.

Norma jurídica de Nicaragua

Materia: Salud

Rango: Normas técnicas

NORMAS TECNICAS OBLIGATORIA NICARAGUENSE KIOSCOS Y CAFETINES DE LOS CENTROS EDUCATIVOS

REQUISITOS HIGIENICOS-SANITARIOS

NTON 03085-09. Aprobada el 22 de abril del 2010

Publicada en la Gaceta No. 199 del 19 de octubre del 2010

La norma técnica obligatoria denominada NTON 03085-09 norma técnica obligatoria nicaragüense kiosco y cafetines de los centros educativos. Requisitos higiénicos-sanitarios. Ha sido preparada por el grupo de trabajo de cafetines y kiosco escolares y en su elaboración participación las siguientes personas:

Ganet Mercedes Ríos	Instituto Nacional Modesto Armijo
Jose Alfredo Rojas	Instituto Nacional Modesto Armijo
Patricia Rojas	Instituto Gaspar García Liviana
Carmen Machado	Instituto Gaspar García Liviana
Juana Castellón	MINSA
Flavio Alonso C.	MINSA
Belfia Gutiérrez	Instituto 14 de septiembre
Esperanza Corea	Instituto 14 de septiembre

Amelia Tiffer A.	PINE-MINED
Claribel Vega L.	PINE-MINED
Oscar López C.	MIFIC

Esta norma fue aprobada por el Comité Técnico en su última sesión de trabajo el día 25 de marzo del 2009.

1. OBJETO

Establecer los requisitos higiénico-sanitarios que deben cumplir los kioscos, cafetines y puestos de ventas ubicados dentro de las instituciones educativas.

2. CAMPO DE APLICACIÓN

Es de aplicación obligatoria a todos los establecimientos que expendan alimentos ubicados dentro de las instituciones educativas tales como kioscos, cafetines y puestos de ventas.

3. DEFINICIONES Y TERMINOLOGÍA

3.1 Alimento. Es toda sustancia procesada, semiprocada y no procesada que se destina para la ingesta humana, incluidas bebidas, goma de mascar y cualquier otra sustancia que se utilice en la preparación o tratamiento del mismo pero no incluye cosméticos, tabaco ni medicamentos.

3.2 Alimento contaminado. Aquel que contiene gérmenes causantes de enfermedades, parásitos, sustancias químicas o contaminantes físicos en concentraciones perjudiciales para la salud, toxinas u otros agentes nocivos al organismo.

3.3 Higiene. Sistemas de principios y reglas que ayudan a conservar la salud y prevenir las enfermedades.

3.4 Limpieza. Eliminación de tierra, residuos de alimentos, suciedad, grasa u otras materias objetables.

3.5 Manipulación de alimentos. Todas las operaciones de preparación, elaboración, cocción, envasado, almacenamiento, transporte, distribución y venta de alimentos.

3.6 Manipulador de alimentos. Toda persona que manipule directamente materia prima e insumos, alimentos envasados o no envasados y utensilios para los alimentos o superficies que entren en contacto con los alimentos.

3.7 Puesto de venta. Toda estructura fija o móvil destinada a la venta de alimentos y bebidas de consumo directo que han recibido autorización sanitaria para su funcionamiento.

3.8 Utensilios. Conjunto de ollas, cucharones, sartenes, pinzas, etc. que se destinan para cocinar o preparar alimentos.

3.9 Kiosco escolar: Establecimiento o punto de venta que expende alimentos y se encuentra dentro del centro educativo.

3.10 Cafetines escolares. Establecimientos donde se prepara y se sirve todo tipo de alimentos y bebidas saludables, frías o calientes.

3.11 Inocuidad de alimentos. Garantía de que los alimentos no causarán daño al consumidor cuando se consuman de acuerdo con el uso a que se destinan.

3.12 Contaminación Cruzada: Es la transferencia de microorganismos causantes de enfermedades, de un alimento a otro, por medio de un vector como las manos de los empleados, superficies de contacto contaminadas o por contacto con un alimento crudo o un alimento listo para comer .

4. CONDICIONES DE LOS ESTABLECIMIENTOS

Los locales destinados al expendio de alimentos ubicados dentro de los centros educativos deben reunir las siguientes condiciones:

4.1 Ubicación. Los kioscos y cafetines se encontrarán ubicados en zonas que permitan el acceso fácil y seguro de los alimentos y usuarios, así como la libre circulación a los mismos, lejos de los servicios sanitarios, depósitos de basura o cualquier otro foco de contaminación.

4.2 Alrededores. Los alrededores de los kioscos y cafetines escolares deben permanecer libres de basuras, estancamiento de agua, u otro tipo de desechos, se debe garantizar el mantenimiento y la limpieza diaria.

4.3 Locales.

4.3.1 Las dimensiones de los establecimientos se dispondrán de acuerdo al volumen de los estudiantes atendidos, el número de trabajadores y la cantidad de equipos y materiales usados, garantizando el libre tránsito en el interior del mismo.

4.3.2 Los materiales de construcción deben ser de naturaleza tal que no transmitan ninguna sustancia no deseada al alimento o que presenten riesgo de contaminación a los mismos.

4.3.3 Los pisos deben ser lisos, no porosos, impermeables, fácilmente lavables y no deben presentar grietas ni irregularidades.

4.3.4 La iluminación debe ser adecuada, preferiblemente natural, los bombillos y lámparas deben estar protegidas para evitar la caída de vidrios en caso de rompimiento accidental de los mismos.

4.3.5 La ventilación natural debe permitir una correcta circulación de aire que garantice una temperatura estable y cómoda para el personal y los usuarios (as).

4.3.6 Las puertas deben abrir hacia fuera, se ajustarán completamente a los marcos y deben ser de material que facilite su limpieza, cuando el local cuente con una estructura cerrada provista de ventanas se debe colocar malla milimétrica que garantice la protección contra vectores.

4.3.7 Los alimentos se exhibirán en estantes y vitrinas dispuestas de tal forma que se garantice la protección de los mismos, estos se mantendrán limpios y en buen estado.

4.3.8 La higiene de las manos debe realizarse antes de consumir alimentos y los propietarios deben garantizar de forma permanente un lavamanos con agua y desinfectantes (jabón, jabón líquido, etc.) para contribuir a la prevención de enfermedades.

5. ABASTECIMIENTO DE AGUA

Se debe de disponer de agua potable en cantidad suficiente para la elaboración de alimentos así como para operaciones de limpieza y desinfección. Garantizar reserva en caso de intermitencias en el abastecimiento de agua

El agua en los lugares de venta se conservará por medio de depósitos o recipientes de material sanitario, debidamente protegidos (tapados) y con un sistema de grifos, ubicados en lugares donde no se contaminen.

6. MANEJO DE DESECHOS

6.1 Desechos Líquidos. Los kioscos y cafetines deben contar con sistemas adecuados de desagüe, en buen estado, ser subterráneos, ir directamente al sistema interno de la red de drenaje de aguas servidas. La disposición final de las mismas se conectará a la red de alcantarillado sanitario existente o tratamiento de las aguas mediante fosas sépticas o estanque de captación de aguas servidas. No se podrá drenar o descargar las aguas grises, alrededor o en el interior de los establecimientos.

6.2 Desechos Sólidos. Se utilizarán recipientes cerrados para la acumulación de residuos los cuales estarán provistos de tapas, se les debe colocar una bolsa para facilitar su limpieza e higiene y se mantendrán cerrados. No se permite la acumulación de desechos en las áreas de manipulación y almacenamiento de alimentos. Debe de mantenerse en condiciones higiénicas para evitar la proliferación de insectos, roedores y otros transmisores de enfermedades.

6.2.1 Los depósitos de basura deben ser vaciados, lavados y desinfectados diariamente.

6.2.2 Se debe asegurar la segregación de basura orgánica e inorgánica y el reciclaje, como parte de la educación ambiental de los propietarios, dueños y /o administradores de establecimientos. Los depósitos con residuos deben ser dispuestos en los sitios establecidos en la ruta de recolección de la municipalidad o el vertedero municipal.

6.2.3 Donde no exista el servicio de recolección de basura, esta deberá ser enterrada, no se acepta la quema de residuos. Se prohíbe botar basura en predios abandonados, basureros ilegales, ríos y calle.

7. HIGIENE DE LOS MANIPULADORES

El personal encargado de la preparación y distribución de alimentos en kioscos y cafetines escolares debe cumplir con la NTON Norma Técnica Obligatoria Nicaragüense de Manipulación de Alimentos. Requisitos para Manipuladores. En su versión vigente.

8. EQUIPOS Y UTENSILIOS

8.1 Todos los equipos y utensilios deben estar diseñados y construidos con materiales de fácil limpieza y mantenimiento.

8.2 Las superficies de contacto con los alimentos deben ser de material anticorrosivo, no tóxico y liso, que no represente riesgo de contaminación a los alimentos.

8.3 Los equipos y utensilios se mantendrán limpios e higienizados, el lavado se realizará con agua potable las veces que sea necesario, utilizando agentes químicos (cloro, yodo) y la desinfección por calor.

9. ALMACENAMIENTO DE ALIMENTOS

El área destinada a almacenar los alimentos cumplirá con los siguientes requisitos:

9.1 La bodega donde se almacenan los alimentos debe estar en buenas condiciones higiénicas sanitarias, ordenada e identificada (rotulada).

9.2 Mantener control de la fecha de vencimiento y comprar productos con registro sanitario, procedentes de establecimientos autorizados por el MINSA.

9.2 Contar con protección contra insectos y roedores.

9.3 Mantener programas de fumigación para el control de vectores utilizando productos registrados y aprobados por el MINSA.

9.4 Colocar los alimentos sobre tarimas o estantes por ninguna razón directamente en el piso.

9.5 Los alimentos que expulsan o absorben olores, colocarlos en recipientes o empaques herméticos.

9.6 En el caso de usar mantenedoras y freezer para almacenamiento de productos perecederos deben limpiarse y descongelarse una vez cada semana para evitar contaminación.

9.7 El almacenamiento de productos químicos y de limpieza (detergente, cloro, entre otros) se realizará en envases debidamente rotulados en un

área destinada para tal fin y alejado del lugar donde se manipulan y/o almacenan alimentos.

9.8 Las áreas de almacenamiento deben cumplir con los requisitos establecidos en la Norma Técnica Obligatoria Nicaragüense de Almacenamiento de Alimentos. En su versión vigente.

10. REQUISITOS RELATIVOS A LA PROTECCIÓN DE LOS ALIMENTOS

10.1 Los kioscos o cafetines deberán utilizar como referencia la Guía de Nutrición e Higiene para Kioscos Escolares, considerando el aporte nutricional de los mismos, excluyendo la venta de bebidas alcohólicas, cigarrillos o cualquier alimento que menoscabe la salud de los estudiantes.

10.2 La adquisición de los productos se efectuará en puestos de venta seguros que garanticen su inocuidad. En el caso de tratarse de alimentos envasados estos deben cumplir con la Norma Técnica Obligatoria Nicaragüense de Etiquetado de Alimentos Pre envasados. En su versión vigente.

10.3 Los alimentos preparados deben estar protegidos de la contaminación antes de servirse.

10.4 En el transporte, recepción y conservación de los alimentos e insumos, se debe garantizar la protección de los mismos ante contaminación y/o descomposición.

10.5 Para conservar los alimentos se aplicarán criterios de acuerdo al tipo de alimento:

10.5.1 Los alimentos no perecederos se almacenarán en recipientes limpios y cerrados correctamente, evitando de este modo el peligro de contaminarse.

10.5.2 Los alimentos perecederos (productos lácteos, cárnicos, etc.) se mantendrán refrigerados y separados para evitar contaminación y transferencias de olores.

10.6 En el caso de vender alimentos elaborados fuera del local, el lugar de origen será sometido a inspección y debe cumplir con las normas establecidas en materia de inocuidad.

10.7 La limpieza de mesas, sillas, manteles debe realizarse diariamente igual que los pisos.

11. CONTROL DE VECTORES

11.1 El área destinada a la preparación y venta de alimentos se mantendrá limpia y ordenada para evitar la proliferación de insectos y roedores.

11.2 No se permitirá la presencia de animales en los kioscos escolares especialmente en el área de manipulación de alimentos para evitar la contaminación de los productos.

11.3 Se garantizará la limpieza frecuente y minuciosa de los alrededores.

11.4 El uso de productos químicos para el control de vectores se realizará dentro de las normas de seguridad haciendo uso de productos aprobados por la autoridad competente.

12. REFERENCIAS

a) Reglamento Técnico Centroamericano. Buenas Prácticas de Manufactura. Principios Generales. RTCA 67.01.33:06

b) Acuerdo Ministerial No. 225-2007. “Normativa para el funcionamiento y administración de cafetines o refresquerías, fotocopias y librerías en los Centros de Educación Públicos”. Ministerio de Educación MINED, Nicaragua.

c) Guía de Nutrición e Higiene para Kioscos Escolares PINE – MINED 2008

d) Manual para el funcionamiento de Sodas escolares y colegiales. Costa Rica. 2002.

e) NTON 03 026-99 para manipulación de los alimentos. Requisitos sanitarios.

f) NTON 03 059-05 para la elaboración y expendio de alimentos en la vía pública.

g) NTON 03 041-03 Norma Técnica Obligatoria de Almacenamiento de Alimentos.

h) NTON 03 021 - 08 Primera Revisión Norma Técnica Obligatoria Nicaragüense de Almacenamiento de Productos Alimenticios

13. OBSERVANCIA DE LA NORMA

La verificación y certificación de esta norma estará a cargo del Ministerio de Salud a través de la Dirección de Regulación de Alimentos y el SILAIS correspondientes de acuerdo a su ubicación geográfica, y el Ministerio de Fomento, Industria y Comercio a través de la Dirección de Defensa del Consumidor.

14. ENTRADA EN VIGENCIA

La presente norma técnica obligatoria nicaragüense entrará en vigencia con carácter obligatorio de forma inmediata después de su publicación en la gaceta diario oficial.

15. SANCIONES

El incumplimiento a las disposiciones establecidas en la presente norma, debe ser sancionado conforme a la legislación vigente.

VI. Matriz de descriptores

Propósitos específicos	Cuestiones de investigación	descriptores	técnicas	Fuentes
Identificar los hábitos de alimentación de los niños y niñas que trascienden en el proceso de enseñanza aprendizaje.	¿Cuáles hábitos alimenticios tienen los niños que trasciende en el proceso de enseñanza aprendizaje?	¿Qué son hábitos alimenticios? ¿Qué es nutrición? ¿Qué es proceso de enseñan-aprendizaje?	Entrevista Encuesta Encuesta	Estudiantes Docentes padres de familia
2. Describir y valorar la calidad de los tipos de alimentos que se ofrecen a los niños y niñas que consumen en el colegio Tenderi	¿Cuáles son los alimentos que ofrecen en los kioscos escolares? ¿Cómo valoramos la calidad de los alimentos que consumen los niños y niñas del colegio Tenderi?	¿Qué alimentos ofrecen en los kioscos? ¿Qué normativa implementa el centro para el control de alimentos que venden en los kioscos? ¿Cuál es la proporción de nutrientes de un niño de 6-9 años? ¿Qué diversidad de alimentos	Entrevista observación	Director y docente Estudiantes

		<p>consumen los niños?</p> <p>¿Qué hábitos alimenticios practican según su cultura alimentaria?</p>		
<p>Proponer medidas que mejoren la alimentación de los niños y niñas para obtener un buen aprendizaje.</p>	<p>¿Qué medidas deben tomar para mejorar la alimentación de los niños y niñas y así obtener un buen aprendizaje?</p>	<p>¿Conocen y ponen en prácticas las normas de seguridad alimentaria y nutricional?</p> <p>¿Cómo el centro promueve la alimentación saludable en los padres de familia?</p> <p>¿Cómo refuerza el docente la alimentación saludable en los niños y niñas?</p>	<p>Entrevista</p>	<p>Director</p>

VII. Perspectivas de la investigación

7.1. Enfoque de la investigación

El presente estudio tiene un enfoque cualitativo porque se hace un análisis de la influencia que tiene los alimentos en proceso de aprendizaje de los niños tanto en la escuela como en su hogar, según Blasco y Pérez (2007:25) posee un enfoque cualitativo ya que parte del estudio de métodos de recolección de datos de tipo descriptivo y de observaciones para descubrir de manera discursiva categorías conceptuales.

7.2. Tipo de estudio

Esta investigación de acuerdo al fin que persigue es de tipo descriptivo; ya que está orientada a lograr un nuevo conocimiento de la alimentación de los niños describiendo sus hábitos alimentarios tomando en cuenta que la alimentación influye en el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños por ende es importante que el niño tenga un régimen de vida saludable que permita un desarrollo óptimo.

Este estudio refleja las características que los niños han presentado al momento de seleccionar su alimento en los kioscos escolares. se describen los fenómenos trascurrido en el centro, durante el estudio realizado. Se plantea el comportamiento, cualidades y manifestaciones de los participantes incluidos en el estudio.

Este trabajo investigativo es de corte transversal porque se recolectaron los datos en un momento único y un periodo determinado que fue en el segundo semestre del año 2017.

7.3. Escenario

El centro escolar público Tenderí, donde se está realizando el presente estudio se encuentra ubicado donde fue la agencia de esquimo 2 cuadras al norte, en la zona urbana de la ciudad de Nindirí, departamento de Masaya.

La escuela está ubicada en una zona muy accesible de la ciudad donde los estudiantes pueden llegar caminando, en bicicleta, moto taxi y en el autobús que tiene como ruta Masaya-Nindirí, lo cual los estudiantes aledaños tales como zona 3, 4, el cocal tiene acceso a la escuela.

La escuela pública Tenderí atiende en el turno matutino un total de 530 y el vespertino con 512; con un total de 1042 estudiante en las modalidades de educación inicial y educación primaria regular. El personal administrativo está estructurado de la siguiente manera: el director Lic. Luis Ramírez, dos subdirectoradas, una secretaria, dos guardas de seguridad y tres conserjes; el total de docente que laboran en la escuela es de 30, 17 atienden el turno matutino y 13 en el turno vespertino.

La escuela cuenta con cinco pabellones, pero las ubicaciones de las aulas están desordenadas ni rotuladas por lo que no podemos identificar con facilidad la ubicación de cada una de ellas.

La infraestructura del centro está en muy buenas condiciones, cada aula de clases tienen muy buena iluminación, todos los niños tienen su pupitre y cada docente cuenta con su escritorio.

El apoyo de los padres de familia según la dirección es muy poca ya que la mayoría trabaja y no dedica el tiempo necesario para apoyar en las actividades que requiere la escuela.

7.4. Selección de los informantes.

Para alcanzar los objetivos del presente estudio se tomó en cuenta la población estudiantil de primer grado C del turno matutino de la escuela Tenderí; en la modalidad de primaria regular, tomando como muestra al aula de primer grado C ya que en la visitas que realizamos la mayoría de los estudiantes son muy delgados, unos estaban decaídos es por esta razón seleccionamos esta sección: los sujetos activos de este estudio son: el director, una docente, 15 estudiantes y 15 padres de familia del seleccionado, de una población de 36 estudiantes de

primer grado, 36 padres de familia de los estudiantes de primer grado y 1 docentes.

Los criterios que tomamos en cuenta para llevar a cabo los instrumentos para recaudar la información son los siguientes: actitudes que presentaron los niños el día que se realizaron los instrumentos, tales como niños decaídos, delgados y niños con mucho peso, también se tomó en cuenta a los padres de familia de los niños que se seleccionaron para realizar la entrevista, para aplicarles la encuesta para que la información que se brinda sea eficaz.

Se seleccionó al director al director porque es uno de los elementos del estudio ya que se quiere comprobar la influencia los alimentos que consumen los niños en el kiosco escolar de la escuela.

A la docente porque ella dirige al grupo e interviene en los hábitos alimenticios de sus estudiantes, al padre de familia porque son el modelo y formadores de los hábitos alimenticios de sus hijos e hijas y a los estudiantes los principales protagonistas de esta investigación.

Cabe señalar que la docente seleccionada estuvo dispuesta a colaborar con la información solicitada de igual manera el director los padres de familia. En caso de los estudiantes fueron seleccionados de forma al azar tomando en cuenta la asistencia del día que se aplicaron instrumentos.

El hecho de tomar en cuenta al padre de familia fue con el propósito de fundamentar este estudio, ya que son los protagonistas en la formación de los hábitos alimenticios de los niños y niñas.

7.5. Contexto en que se ejecuta el estudio

El lugar donde se llevó a cabo dicho estudio es una escuela pública ubicada en la ciudad de Nindirí, departamento de Masaya, donde imparten las modalidades de educación inicial y primaria regular, que es el turno que se eligió para la realización la investigación, hay un total de 17 docentes con mucha experiencia en el ramo de la docencia, el director tiene 9 meses en su cargo y se presenta

diariamente al centro de estudio con mucho ánimo para dirigir a su equipo de trabajo, los estudiante de esta escuela son procedentes a lugares aledaños de la zona 3, 4 y el barrio el cocal, y son de clase baja; la mayoría de los padres de los estudiantes laboran en zonas francas aledañas al municipio de Nindirí y alcaldía de Nindirí.

En las visitas realizadas por el equipo de investigación se logró observar que la escuela estaba limpia ya que el director se coordina con los conserjes de la escuela.

La participación de los padres de familia en el centro es muy poca, no se involucran en las actividades extracurriculares que organiza el centro, según nos comentaba la subdirectora la tercera parte de los padres de familia participan en reuniones ya que mucho de ellos trabajan en zonas francas y nos le dan permisos para participar en las actividades.

7.6. Rol del investigador

Los conocimientos adquiridos en la asignatura de metodología de investigación, prácticas de familiarización y profesionalización, han servido de base para llevar a cabo el presente estudio.

Estos conocimientos se manifiestan en las técnicas aplicadas en la escuela para recaudar la información necesaria por ende valorar y analizar la influencia de los alimentos que ofrecen en el kiosco en la escuela pública Tenderí, que afecta la nutrición de los niños del primer grado en el II semestre del año electivo 2017.

El rol asumido por las investigadoras fue realizar visitas para indagar sobre el estudio que realizaría en la escuela teniendo siempre una postura neutral para no afectar los resultados que obtendríamos en la investigación.

7.7. Estrategia para recopilar información

Las estrategias que se utilizaron para recopilar la información necesaria son: entrevista, guía de observación, encuesta. Para aplicar estos instrumentos hubo un acercamiento con las fuentes de información y dándoles a conocer la importancia de los datos que ellos podrían proporcionar al estudio para darle la veracidad que requería y dar respuestas a las necesidades encontradas. Una de las estrategias observadas es la observación la cual ayudo con el reconocimiento del entorno en el que se desarrollaría el estudio.

Instrumentos

A continuación se describe los instrumentos con sus respectivos objetivos que se utilizaron para recaudar la información.

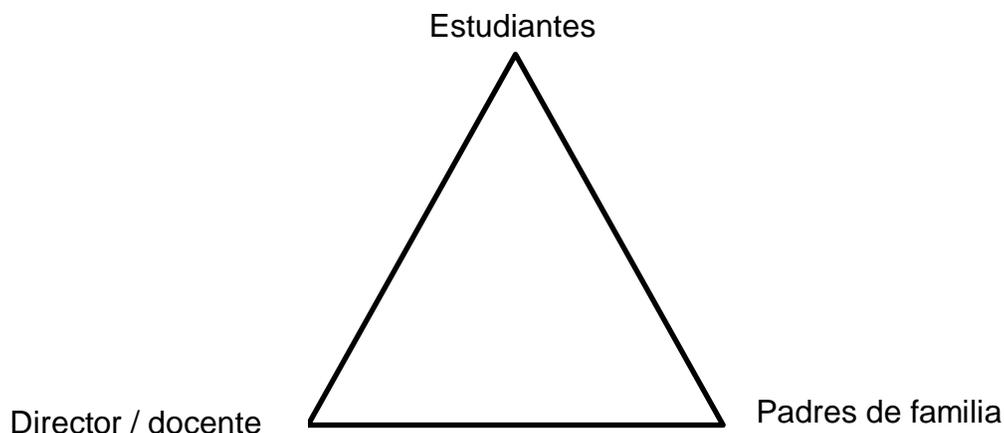
Guía de observación: a través de este instrumento se identificarán los tipos de alimentos que ofrece el kiosco escolar en la escuela Tenderí.

Guía de entrevista a los estudiantes y director: aplicada con el fin de describir los hábitos alimenticios que trascienden en el proceso de enseñanza aprendizaje e identificar los tipos de alimentos que ofrece el kiosco escolar en la escuela Tenderí.

Encuesta a los padres de familias y la docente: para describir los hábitos alimenticios de los niños y niñas que trasciende en el proceso de enseñanza aprendizaje.

7.8 Criterios regulativos

Concluyendo la aplicación de los instrumentos se completó la tabla de consolidación. El análisis de los resultados se realizó mediante una triangulación de la información recopilada a través de la guía de observación, entrevista y encuesta y de las teorías donde se confronta la información de cada uno de los instrumentos aplicados en el centro.



7.9 Confiabilidad y validez

En el trabajo investigativo se aplicó la entrevista a los estudiantes como fuente de información sometido al estudio. Los datos que se recaudaron a través de la entrevista a los estudiantes están en función de las variables y las cuestiones de investigación.

Los instrumentos de recolección de datos cumplen con los requisitos de confiabilidad y fueron validos por la Lic. Johanna López López, la cual revisó varias veces los instrumentos brindando sugerencias para mejorar en la redacción de los instrumentos.

Para realizar este trabajo investigativo se obtuvo el apoyo de la tutora, Lic. Meyling Melania Ruiz Martínez, la cual fue guiando paso a paso para la realización de este trabajo investigativo.

Se aplicó los instrumentos a una muestra de 15 estudiantes una población de 36 estudiantes de primer grado C, se procesó y se analizó la información obtenida a través de la entrevista con el director, docente y una muestra de 15 padres de familia de una población de 36.

7.10 Estrategias que se usaron para el acceso y retirada del escenario

Para realizar el presente trabajo investigativo, el equipo se presentó a la escuela pública Tenderí el día jueves 10 de agosto del 2017 en el turno de la mañana para hablar con el director del centro el Lic. Luis Ramírez para solicitar el permiso para realizar observaciones sobre el contexto de la escuela, lo cual identificamos y consultamos con las docentes de las problemáticas que han presentado en el aula, pues en ese momento determinamos el tema del trabajo de investigación, luego informamos al director cual fue el tema de definimos que realizaríamos en el centro de estudio y dio el visto bueno para que realizamos el trabajo, afirmando su apoyo con el trabajo.

A partir del mes septiembre se inicia el trabajo de investigación, visitando al colegio consecutivamente para conocer el área de estudio, características del colegio y las fuentes de información creando un vínculo de amistad para crear confianza con los investigadores y así obtener una información eficaz.

Después del proceso de revisión y validación de los instrumentos se procedió a aplicar instrumentos de investigación como la entrevista al director, docente y estudiantes, encuesta a los padres de familia y una guía de observación para los investigadores, aplicando los instrumentos el día martes 7 de noviembre del 2017 primero a los estudiantes, luego la docente y padres de familia y por ultimo al director ya que el director estaba participando de una capacitación; todo este proceso duro aproximadamente una semana finalizando el día miércoles 15 de noviembre del 2017.

Todas las fuentes de información fueron muy amables y estaban dispuestos a ayudar brindando información para que el trabajo de información fuese un éxito. Al finalizar la aplicación de instrumentos agradecemos al director por todo su apoyo y el tiempo que nos brindó al permitir que lleváramos a cabo la investigación de igual manera, a la docente, padres de familia y estudiantes por apoyarnos brindando la información necesaria para la investigación.

7.11 Técnicas de análisis

Por consiguiente se detallan las técnicas que se utilizaron en la recolección de la información y el análisis: guía de observación, entrevista al director, a los estudiantes y padres de familia, y también una guía de encuesta a la docente. Para el análisis e interpretación de los datos recopilados en la escuela pública Tenderí se utilizaron los siguientes métodos:

El método de inducción el cual sirvió para inducir procesos que ayudaron a razonar acerca de los hechos y resultados obtenidos a través de la investigación partiendo de lo general

También se hizo uso de método de deducción permitiendo inducir, derivar las consecuencias de la información recopilada partiendo de lo general a lo particular, ya que hizo un estudio minucioso sobre influencia de la alimentación en el proceso de enseñanza aprendizaje en niños y niñas de primer grado C, del turno matutino de la escuela pública Tenderí, además se hizo uso de método de síntesis para redactar las conclusiones o los principales recomendaciones de la investigación por medio de la exposición resumida y metódica.

Método bibliográfico lo cual permitió recopilar la teoría necesaria que respalda el análisis en estudio, además se realizó una exploración bibliográfica en la que se indago e un primer momento los aportes de investigaciones realizadas anteriormente acerca del tema de esta investigación.

Para recopilar la información se realizó una entrevista al director, a los estudiantes, padres de familia, y también se realizó una encuesta a la docente llevando a cabo un esquema de orientación a los informantes, la que después se definió para su aplicación definitiva.

VIII. Análisis de resultados

Propósito 1: Identificar los hábitos de alimentación de los niños y niñas que trascienden en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Al realizar la entrevista a los estudiantes ellos nos manifestaban que les gustan mucho las frutas porque son deliciosas, de igual manera los padres de familia afirman que a los niños y niñas les gusta las frutas sin embargo muy poco de los niños les gusta consumir las frutas lo cual se les presenta una dificultad para que los niños tengan buenos hábitos alimenticios.

En la entrevista con el director nos decía que no conoce los alimentos que consumen los niños y niñas; en cambio la docente manifestaba que a lo largo de todo este año electivo los niños prefieren consumir chiverías y bebidas carbonatadas que ofrecen en el kiosco. De igual manera comentaba que habían casos que los estudiantes están muy desanimados incluso han presentado náuseas.

Al consultar a los padres de familia si les alistan loncheras a los niños y ello nos comentaban que prefieren darles el desayuno en casa; los niños comentaban, que sus padres no les dan loncheras y les dan dinero entre 10 y 15 córdobas para que compren en el kiosco.

Al aplicar la guía de observación se logró constatar que los niños prefieren comida chatarras o dulces (caramelos, meneítos, etc.) y bebidas carbonatadas (glu glu, gaseosas, etc.) lo cual no contribuye a buenos hábitos alimenticios en ellos, ni les da las proteínas necesarias para que los niños se concentren las clases y así obtengan un buen proceso de enseñanza aprendizaje en ellos; por lo tanto esto desencadena muchas dificultades tanto académicas como en la salud de cada estudiante.

Según, haire-joshu, elliot, caito, et.al, 2008; la alimentación juega un papel muy importante en el desempeño escolar de los niños, ya que un niño mal alimentado no rinde en las tareas escolares, como tampoco en su calidad de vida. Es por ello

que cada niño debe de tener una buena alimentación para un buen desempeño escolar y una mejor calidad de vida.

La escuela, es decir, el sistema de educación formal, es uno de los agentes de socialización más poderosos a que están expuestas las personas. Ejerce una influencia benéfica sobre el desarrollo psicosocial, la adquisición y utilización del conocimiento y el progreso económico y social de los individuos y de la sociedad.

Propósito 2: Describir y valorar la calidad de los tipos de alimentos que se ofrecen a los niños y niñas que consumen en el colegio Tenderi

En la entrevista que se realizó a los niños y niñas de primer grado C, comentaban que les gusta comprar en el kiosco frutas, chiverías, refrescos y gaseosas, lo por cual se consultó a los padres de familia si conocen cuales son los productos que consumen sus hijos en el kiosco escolar, y la mayoría de ellos conocen que los niños consumen en el kiosco comida chatarras (chiverías) y bebidas carbonatas, sin embargo una minoría no conocen que productos consumen sus hijos.

Al preguntarle al director del centro si regulan los alimentos que consumen los niños y él decía que si los regula con el reglamento que el Ministerio de Educación ha otorga para regular los kiosco, sin embargo existen kioscos o ventas fuera de la escuela las cuales no puede regular.

También se indagó con la docente, la cual ella nos dice que en kiosco escolar vende comida chatarra y bebidas carbonatadas las cuales no contribuyen a los hábitos alimenticios de los niños; se pudo verificar con la observación que los niños consumen mucho dulces y bebidas carbonatadas las cuales no hacen bien a su salud.

Según Cortez R. los kioscos escolares son el espacio físico adecuado para el consumo de alimentos nutricionalmente saludable, en cual se brinda la oferta de alimentos sanos e inocuos, se implementa normas sanitarias de control y calidad

de alimentos y además tiene el objeto de promover estilos de vida saludables en la población escolar.

También el director y la docente expresaban que el Ministerio de Educación Cultura y Deporte con apoyo del gobierno central de Nicaragua les proporciona a los niños y niñas del centro una merienda escolar el cual proporciona maíz, cereal, arroz, frijoles y aceite.

Se les preguntó a los estudiantes si les gustan los alimentos que les brinda la escuela y éstos dijeron que dice que sí, que les gusta mucho y también los padres de familia están muy contentos con este beneficio que tienen los niños en la escuela.

En las observaciones que se realizaron es que los padres de familia están confiados con los alimentos que le dan en el centro, y según lo que expresaba la docente mucho de los niños llegan al centro sin desayunar, es por eso que los niños llegan desanimados al aula de clases.

Según la red Iberoamérica de comunicación y divulgación científica IBERDIBULGA dice que la merienda escolar es un programa que pretende restituir unos de los derechos de los niños y niñas de nuestro país.

Desde el 2007 se comenzó con este trabajo que en la actualidad beneficia a todos los centros escolares ubicados en los 153 municipios del territorio nicaragüense. El ministerio de educación (MINED), junto al programa mundial de alimentos (PMA) pretende maximizar la retención escolar ya que los niños al recibir este beneficio tienen una razón más y muy poderosa para asistir a los colegios y puntuales.

La merienda escolar si tiene que ver con los aspectos relacionados con la educación, por que un niño con el estómago vacío no puede estudiar, tiene hambre, se desmaya, sino esta nutrido tiene problemas de aprendizaje, o no va la escuela porque los padres no tienen alimentos seguros en su hogar, por esto la

merienda escolar es un gran beneficio no solo para los estudiantes sino también a los padres de familia.

De igual manera en la entrevista realizada al director de la escuela decía que el kiosco cumple con la normativa que el Ministerio de Educación ha implementado para mejorar los productos de los kioscos, de igual manera los alimentos del merienda escolar está bien resguardado en la bodega donde el director del centro ha destinado para almacenar los alimentos, incluso el director decía que la bodega donde almacena los alimentos se limpia tres veces a la semana. Sin embargo la docente comentaba que los alimentos que vende en la escuela están en mal estado, comida descompuesta las cuales pueden perjudicar a los niños en futuro muy cercano; también nos comentaba que los alimentos de la merienda escolar si cuenta con todas las normas de higiene, los padres de familia preparan los alimentos con mucho aseo.

En la entrevista de los padres de familia están muy satisfechos con la merienda escolar, pero ellos no saben cómo son los alimentos que consumen los niños en el kiosco, y los niños nos manifestaba que les gusta los alimentos de la merienda escolar y también con los alimentos del kiosco.

Según las normas técnicas obligatorias nicaragüenses de los kioscos escolares y cafetines de los centros educativos dice que deben cumplir con las siguientes condiciones: el kiosco debe estar en una zona que permita fácil acceso, los alrededores del kiosco deben estar libres de basura, las dimensiones del establecimiento se dispondrán al volumen de los estudiante, la higiene debe ser permanente, mantener el control de las fechas de vencimiento y comprar con registro sanitario, si no ha de cumplirse con lo establecido deberá ser sancionado con la legislación vigente.

Propósito 3: Proponer medidas que mejoren la alimentación de los niños y niñas para obtener un buen aprendizaje.

En la entrevista que se realizó al director y respondió que aunque no puede regular los kioscos o ventas que están fuera del centro él siempre está atento a los

alimentos que venden el kiosco que están dentro de la escuela, la docente expresaba que ella aprovecha en las reuniones de padres de familia o encuentro a padres para concientizarlo a que los niños deben de tener buenos hábitos alimenticios para tener un buen proceso de enseñanza aprendizaje, de igual manera la docente habla con sus superiores para concientizar al padre de familia, también para que colabore en la preparación de la merienda escolar de igual manera con el complemento del mismo.

Las medidas que el director y el personal docente ponen en práctica es realizar limpieza a la bodega tres veces por semana para mantener la bodega siempre limpia, también organizan roles para organizar a los padres de familia para la elaboración de la comida en el centro aunque nos decía el director que son muy pocos padres de familia que participan en la elaboración de la comida, de igual manera para reunir el complemento de la comida por ejemplo: queso, crema, etc; esto con el fin de variar el menú de cada día pero de igual manera son muy pocos padres lo que colaborar e incluso los docentes aportan para el complemento de forma voluntaria.

Nosotros recomendamos al director seguir concientizando al padre de familia para que colabore en la merienda escolar para garantizarles a los niños la comida todos los días.

IX. Conclusiones

Después de haber elaborado el presente trabajo investigativo, de una forma sistemática con el fin de analizar la influencia de los hábitos alimenticios de los niños y niñas de primer grado C, del turno matutino de la escuela pública Tenderí, se ha llegado a las siguientes conclusiones:

- ✓ Los alimentos que los niños consumen en casa y en la merienda escolar son adecuados y nutritivos, sin embargo los alimentos que ofrecen en el kiosco no son adecuados por lo que los niños están adquiriendo malos hábitos alimenticios los cuales van a repercutir en futuro muy cercano de forma negativa en su formación académica.
- ✓ Los alimentos que prefieren los niños y niñas son comidas chatarras tales como bebidas carbonatadas (glu-glu, gaseosas) y chiverías los cual son dañino para su organismo por que obtienen los nutrientes necesarios para obtener un buen desempeño.
- ✓ No todos los padres de familia no se involucra en las actividades del centro.
- ✓ Las medidas que toma el director y el personal docente son muy pocas para concientizar al padre de familia para apoyar al centro en mejor la educación alimentaria en los niños.

X. Recomendaciones

Al director

- Crear una comisión la cual vele que los productos que venden en los kioscos escolares sean nutritivos y estén en buen estado.
- Concientizar constantemente al padre de familia que debe de cooperar en la preparación de los alimentos de la merienda escolar.
- Cada aula aporte para el complemento de la merienda escolar, delegar responsabilidades.
- Realizar capacitaciones a los docentes en conjunto con el ministerio de salud para promover buenos hábitos alimenticios.
- Aplicar correctamente la norma técnica obligatoria nicaragüense de los kioscos y cafetines, en el kiosco del centro.
- Realizar campañas educativas con los docente y estudiantes para fomentar buenos hábitos alimenticios en los niños.

A la docente:

- Crear rincones de aprendizaje donde concientice al niño y niña que debe tener buenos hábitos alimenticios.
- Concientizar a los niños diariamente para que poco a poco deje el hábito de consumir muchos dulces
- Involucrar al padre de familia en la cooperación del completo de la comida de la merienda escolar.
- Crear con los niños rótulos donde promovamos buenos hábitos alimenticios.
- Aprovechar la oportunidad en las reuniones o encuentro a padres la lonchera escolar saludables.
- Elaborar cuentos, cantos, poemas alusivos a la buena alimentación, para inculcar a los niños buenos hábitos alimenticios.

A los padres de familia:

- Siempre brindarles los niños el ejemplo de no consumir comida chatarra
- Mandar a los niños y niñas desayunados de casa y no esperar que le brinden la merienda escolar
- Alistar a los niños una lonchera saludable
- Colaborar en la merienda escolar y kiosco escolar.

XI. Bibliografía

- (//alimentación de los niños en edad preescolar, escolar y adolescente pediátrica integral, 2005)
- Colectivo de autores, 2005
- CEDOC, centro de documentación de la universidad nacional autónoma de Nicaragua
- Cortez R. la nutrición de los niños en edad infantil. Centro de investigación universidad del pacifico, 2002
- (//derechosalosalimentosfao.org)
- Enfoque científico y legal, monde selection, 2012
- (//ecured.com)
- (haire-joshu; elliot, caito, et.al, 2008)
- IESN. Curso nutrición pediátrica, la mejor lonchera escolar, lima 2006
- Norma técnica obligatoria nicaragüense de los kioscos y cafetines de los centros educativos.
- red iberoamericana de comunicación y divulgación científica IBERDIVULGA
- (//revista ABC)
- Torres Ribera, 1999; 6

XII

Anexos

Triangulación de la información.

Identificar los hábitos de alimentación de los niños y niñas que trascienden en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Preguntas	Director	Docente	Estudiantes	Padres de familia	comentarios
¿Cómo son los hábitos alimenticios de los niños y niñas que trascienden en el proceso de enseñanza aprendizaje ?	El director nos comenta que no conoce cuales son los hábitos alimenticio que tiene los niños	Los niños no presentan buenos hábitos alimenticios ya a lo largo de este año ha observado que los niños prefieren dulce y bebidas carbonatadas que alimentos sanos.	Los estudiantes afirman que prefieren las frutas ya que son deliciosas y tienen vitaminas.	Los padres de familia comenta n que les gustan las frutas sin embargo muy pocos niños les gusta las verduras.	No existe concordancia con la información brindada por los informantes sin embargo pudimos constatar que al momento de comprar los niños consumen muchos comida chatarra

		<p>La docente nos dijo que en algunos casos los niños han tenido náuseas o llegan desanimados por que no desayunan.</p>	<p>Los niños nos comentaron que no llevan lonchera al colegio sin embargo sus padres de dan dinero para que compren en el kiosco, ellos afirman que les dan en el promedio de 10 al 15 córdobas</p>	<p>Los padres no dicen que les dan desayuno o antes de ir a la escuela es por eso que no le alistan lonchera.</p>	<p>La información brindada por los informantes es contradictoria ya que hay dificultades en los hábitos alimenticios que tienen los niños</p>
	<p>La merienda escolar que proporciona el MINED es excelente ya que es muy bueno para los niños, han no todos los</p>	<p>La merienda escolar que brinda el MINED es un programa que viene a restituir uno de los derechos de</p>	<p>Los estudiantes nos comentan les gusta la comida que dan en la escuela, pero</p>		

	padres colaboran con el complemento s y la preparación de los alimentos.	los niños y niñas de nuestro país, los cual beneficia a todos los niños y niñas para tener una alimentación saludable.	también le gusta comprar en el kiosco		
--	--	--	---------------------------------------	--	--

Describir y valorar los tipos de alimentos que se ofrecen en los kioscos escolares

Preguntas	Director	Docente	Estudiantes	Padres de familia	comentarios
¿Cuáles son los tipos de alimentos que ofrecen en los kioscos escolares ?	El director del centro nos dice que regulan los productos que venden en el kiosco del centro	La docente nos afirma que en el kiosco del centro ofrecen chiverías, helados gelatinas, a veces refrescos en mal estado, tajadas rancias, ensaladas descompuestas .	Los niños comentaron que les gusta comprar en el kiosco frutas, chiverías, refrescos, gaseosa	La mayoría de los padres de familia conocen cuales son los alimentos que venden el kiosco de la escuela	Las fuentes consultadas se contradicen ya que la mayoría de las fuentes afirman que los niños no tienen buenos hábitos alimenticios

				afirmand o que venden chiverías, sin embargo hay una minoría no saben que venden el kiosco	
	El PINE escolar proporcion a la escuela, aceite, arroz, cereal, frijoles y maíz	Los alimentos que brinda el PINE escolar son arroz, aceite, cereal, frijoles y maíz los cuales son excelentes y contribuyen a que los niños tiene una buena alimentación en la escuela		Los padres de familia conocen cuales son los alimentos que brindan en el centro escolar	Hay coherencias con la información con las fuentes consultadas ya que tienen conocimient o sobre los alimentos que brinda el PINE escolar.

<p>¿Cómo es la calidad de los tipos de alimentos que consumen los niños y niñas del colegio Tenderí?</p>	<p>En los kioscos que están dentro del colegio si se aplica la normativa, pero en los kioscos que están fuera no los regula</p>	<p>La docente nos comentaba que los alimentos que venden en el kiosco está en mal estado y también no son saludables; de igual manera ella no tiene conocimiento si el kiosco escolar está certificado</p>	<p>A los niños les gusta comprar chiverías, tales como chicharrones, dulces, galletas, gaseosas, etc.</p>	<p>La mayoría de los padres de familia conocen los productos que venden el centro lo cual predominan las chiverías y bebidas carbonatadas</p>	<p>La información brindada por las fuentes afirman que los alimentos que consumen los niños en el centro no contribuyen en los hábitos alimenticios, ni hay buenas practica de higiene en los alimentos ofertan.</p>
	<p>En los kioscos que están dentro del colegio si se aplica la normativa,</p>	<p>La docente nos dice que no tiene conocimiento si está certificado el kiosco</p>	<p>Los niños dicen que les gustan todos los productos que ofrecen en el kiosco.</p>		

	pero en los kioscos que están fuera no los regula	escolar.			
	Los alimentos que consumen los niños del PINE escolar son de muy buena calidad y contribuyen a una buena alimentación.	La docente nos comenta que los alimentos del PINE escolar son muy nutritivos y saludables.	Los niños nos dicen que la comida que dan en la escuela son muy ricos.	Los padres de familia califican que son excelentes los alimentos que brinda el gobierno para los niños.	Hay coherencia con la información brindada por los alimentos que brinda el PINE escolar y también están consientes que este programa contribuye a una buena alimentación en los niños

Proponer medidas que mejoren la alimentación de los niños y niñas para obtener un buen aprendizaje.

pregunta	director	Docente	Estudiantes	Padre de familia	comentario
¿Qué medidas podemos sugerir para que mejore la alimentación de los niños y niñas y obtener un buen aprendizaje?	Se regula los alimentos que vende en el kiosco escolar que están dentro del centro escolar, sin embargo no puede regular los que están fuera del centro o los que venden los vendedores ambulantes	La docente nos dice que las medidas que ha tomado es concientizar a los padres de familia en la reuniones o encuentro a padres hablar con los superiores del centro (director).			
	Los alimentos que brinda el PINE escolar los almacenan en bodega donde cumple con todas las medidas de higiene en las que se debe ser almacenada, además se da limpieza a la bodega 3 veces a la semana.	La docente nos dice que concientiza al padre de familia en colaborar en la preparación de la merienda escolar de igual manera que colaboren con el complemento de los alimentos			

Entrevista a los estudiantes de primer grado

Objetivo: Estimados niños y niñas somos estudiantes de la carrera de pedagogía con mención en educación primaria y estamos realizando esta entrevista con el objetivo de conocer sus hábitos alimenticios.

Nombre del centro: _____

Turno: _____

Grado: _____

Edad: _____

Sexo: _____

Guía de entrevista a los niños y niñas.

1. ¿Cuáles frutas te gustan?



Otras: _____

2. ¿Cuántas veces al día comes dulces y tomas gaseosas?



3. ¿qué te gusta más las chiverías o las frutas?, ¿Por qué?



4. ¿Cuántas veces tomas agua en el día?

5. ¿Llevas lonchera a la escuela? ¿Qué llevas?

6. ¿Qué productos compras en el kiosco?

7. ¿Cuál es tu comida favorita?

8. ¿Cuánto dinero de dan tus padres para comprar en el kiosco?

9. ¿Compras todos los días en el kiosco?

10. ¿Cuál es tu alimento favorito?

¡Gracias por tu ayuda!!!!

Objetivo: Estimados padres de familia somos estudiantes de la carrera de pedagogía con mención en educación primaria y estamos realizando una encuesta para conocer los alimentos que consumen sus hijos. Muchas gracias por su colaboración.

Guía de encuesta a los padres de familia

1. ¿Cuánto pesa el niño actualmente?
2. ¿Qué tipo de alimentos le daba al niño en sus primeros años de vida?
3. ¿hasta qué edad dejo de darle leche materna al niño?
4. ¿Qué alimentos le proporciona al niño diariamente?
5. ¿Existe algún miembro de la familia que padezca de alguna enfermedad crónica? ¿Cuál?
6. ¿Cuáles son las actividades de recreación que el niño realiza en casa?
7. ¿Cuántas veces come el niño en casa?
8. ¿Al niño le gusta comer fruta y verduras?
9. ¿Qué tipos de frutas y verduras le gustan al niño?
10. ¿Qué tipo de merienda le proporciona al niño cuando va a la escuela?
11. ¿Usted sabe los alimentos que venden en el kiosco escolar?
12. ¿Qué tipo de merienda le proporciona al niño cuando va a la escuela?

Entrevista al director

Objetivo: Recopilar información para el trabajo investigativo.

1. ¿Por qué cree usted que es importante una buena alimentación en los niños y niñas del centro?
2. ¿Cómo ayuda el centro educativo para que los niños adquieran hábitos para una sana alimentación?
3. ¿conoce usted de la normativa que tiene el Ministerio de Educación que tiene para los kioscos escolares? ¿aplica estas normas?
4. ¿ha aplicado esta normativa en los Kioscos escolares?
5. ¿Qué alimentos le proporciona a los niños en la merienda escolar PINE?
6. ¿Alguna vez le ha dado a conocer esta normativa a los docentes, padres de familia y encargado del kiosco escolar?
7. ¿Recibe el colegio alguna ayuda monetaria del kiosco?
8. ¿Cómo califica la calidad de los alimentos que distribuye el gobierno a través del pine?
9. ¿Quiénes preparan los alimentos del pine? ¿siguen normas de higiene alimentaria?
10. ¿En qué lugar guardan los alimentos del pine? ¿Cuentan con alguna bodega?
11. ¿Cumple la bodega con las normas de Bioseguridad alimentaria?
12. ¿Han recibido alguna capacitación sobre el pine y las normas de higiene y bioseguridad por parte del Ministerio de Educación?
13. ¿Qué cantidad de alimentos reciben, puede detallarlo?
14. ¿En que se basan para distribuir la cantidad de alimentos según la edad del niño?
15. ¿Los padres de familia colaboran con el complemento de la merienda escolar (queso, tortilla, azúcar, otro)?

Objetivo: Conocer los hábitos alimenticios que tienen los niños y niñas del colegio Tenderi.

Guía de observación por alumnas de la UNAN-MANAGUA

Ficha de observación			
Nombre del centro:			
Grado y sección:			
Docente:		nombre del observador:	
Fecha:		hora:	
Categorías:	Grado de desarrollo alcanzado	Observaciones	
<ul style="list-style-type: none"> • Si • No 			
Hábitos alimenticios de los niños y niñas de la escuela Tenderi			
	Si	No	
1. Los niños llevan sus botellas con agua al aula de clases			
2. Los niños llevan lonchera			
3. En el kiosco escolar venden frutas.			
4. Los niños consumen los alimentos de la merienda escolar que proporciona el MINED.			
5. Practican estilos de vida saludables en el centro.			
6. Los alimentos que preparan en el centro cuenta con todas las normas de seguridad.			
7. Con que frecuencia los niños consumen bebidas carbonatadas.			
8. La lonchera del niño contiene alimentos saludables			
9. Compra alimentos saludables en el centro.			
10. La docente fomenta en la clase la buena alimentación			
11. Elabora rincones de aprendizaje donde fomente la buena alimentación.			

Entrevista a docentes

Objetivo: obtener información para conocer los hábitos alimenticios de los niños y niñas del colegio Tenderi.

Nombre de la docente: _____

Nivel académico: _____

Experiencia laboral: _____

1. ¿Ha recibido alguna capacitación sobre seguridad alimentaria?
2. ¿Elabora rincones de aprendizaje para fomentar buenos hábitos alimenticios en los niños?
3. ¿Tiene conocimiento sobre los alimentos que consumen los niños en el kiosco escolar?
4. ¿qué tipos de alimentos ofrecen en el kiosco escolar?
5. ¿tiene conocimiento si está certificado el kiosco escolar con el control sanitario?
6. ¿Sabe qué ocurre si un niño no desayuna correctamente?
7. ¿Se le han presentado casos donde los niños (as) se han desmayado, bajado la presión, otros por no comer saludablemente?
8. ¿Qué medidas ha tomado la institución y usted particularmente como docente?
9. ¿Orientan a los padres de familia para contribuir a una alimentación saludable?
10. ¿Usted como docente brinda el ejemplo a sus escolares comiendo alimentos saludables?
11. ¿Qué tipos de alimentos normalmente consume?
12. ¿Cómo califica la merienda escolar que distribuye el gobierno con el Pine ¿Se le da buen uso en la institución en la que labora?
13. ¿Según sus observaciones les gusta a los niños (as) los alimentos que proporciona el Pine?
14. ¿Contribuye el padre de familia con el complemento de la merienda escolar (queso, tortilla, otros)?
15. ¿Qué dificultades se le han presentado con la preparación de los alimentos que brinda el Pine?

Foto # 1



Fuente: kiosco de la Escuela Pública Tenderí

Foto # 2



Fuente: alumnos de primer grado C de la Escuela Publica Tenderi

Foto # 3



Fuente: alumnos de primer grado C de la Escuela Publica Tenderi