

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE EDUCACIÓN



TRABAJO DE GRADO:

“LA INFLUENCIA DE LA NUTRICIÓN EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE EN LA DISCIPLINA DE LENGUAJE Y LITERATURA EN LOS Y LAS APRENDIENTES DEL PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL TURNO VESPERTINO DEL CENTRO ESCOLAR PABLO J. AGUIRRE, DEL DISTRITO 12-08 DEL MUNICIPIO DE SAN MIGUEL, DEPARTAMENTO DE SAN MIGUEL, DURANTE EL PERÍODO DE FEBRERO A JULIO DEL AÑO 2016”

PRESENTADO POR:

GUZMÁN ANDRADE, YASMÍN SARAÍ
MOREJÓN VILLALOBOS, FLOR DEL CARMEN
RIVAS ALVARENGA, CINDY JHOANNA

PARA OPTAR AL GRADO DE:

“LICENCIADA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN EN LA ESPECIALIDAD DE PRIMERO Y SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN BÁSICA”

DOCENTE Y ASESORA:

LIC. ANA CECILIA CAÑAS ZELAYA

SAN MIGUEL, EL SALVADOR, CENTRO AMÉRICA, AGOSTO 2016.

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

AUTORIDADES

LIC. JOSE LUIS ARGUETA ANTILLON

RECTOR INTERINO

LIC. ROGER ARMANDO ARIAS

VICE-RECTOR ACADÉMICO INTERINO

ING. CARLOS ARMANDO VILLALTA

VICE-RECTOR ADMINISTRATIVO

DRA. LETICIA ZA VALETA DE AMAYA

SECRETARIA GENERAL

LICDA. BEATRIZ MELÉNDEZ

FISCAL GENERAL

FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL

AUTORIDADES

ING. JOAQUÍN ORLANDO MACHUCA GÓMEZ

DECANO

LIC. CARLOS ALEXANDER DÍAZ

VICE-DECANO

LIC. JORGE ALBERTO ORTEZ HERNÁNDEZ

SECRETARIO GENERAL

DRA. NORMA AZUCENA FLORES RETANA

JEFA DE DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES

LIC. ELADIO FABIÁN MELGAR

**COORDINADOR GENERAL DE PROCESO DE GRADUACIÓN DE LA CARRERA DE
LICENCIATURA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN.**

AGRADECIMIENTOS

Mira que te mando que te esfuerces y seas valiente; no temas ni desmayes, porque Jehová tu Dios estará contigo en dondequiera que vayas. (Josué 1:9)

AGRADESCO PRIMERAMENTE A DIOS TODOPODEROSO: quien me ha dado la fortaleza y sabiduría durante toda mi carrera para poder vencer cada obstáculo que se me presentaba y culminar mi estudio universitario con éxito.

A MI MADRE Y MI PADRE: Zoila Andrade de Guzmán y Rigoberto Guzmán, por su esfuerzo que han realizado, por su empeño y dedicación y especialmente a mi madre quien me brindó su apoyo a seguir adelante y estuvo conmigo en todo momento.

A MIS HERMANOS Y HERMANA: Josué Guzmán A., Abner Guzmán A., y Vasti Guzmán A. Por darme su apoyo incondicional y ayudarme siempre.

A MI ABUELA: Irene Andrade (Q.E.P.D) por darme sus sabios consejos y su apoyo.

A MIS COMPAÑERAS DE TESIS: Cindy Rivas y Flor Morejón por apoyarnos mutuamente en toda la carrera y en el trabajo de investigación hasta terminarlo satisfactoriamente.

A MI DOCENTE ASESORA: Lic. Ana Cecilia Cañas, por aceptar ser nuestra guía y asesora a lo largo de todo el proceso de investigación.

A MIS AMIGAS: Sugedydi Gonzáles, Mirian Benítez, Lilian Acosta, por orientarme, brindarme su amistad y motivarme a seguir adelante para lograr mis metas y así también a todos/as mis compañeros/as de la carrera con quienes viví y compartí muchas experiencias y que de una u otra forma nos apoyamos para poder terminar nuestra carrera.

A UNA PERSONA ESPECIAL: J. Martínez. Por apoyarme siempre en momentos de tristeza y alegría, por inspirarme a culminar mi carrera exitosamente.

Yasmín Saraí Guzmán Andrade.

AGRADECIMIENTOS

A DIOS TODO PODEROSO: por haberme acompañado y guiado a lo largo de mi carrera, por ser mi fortaleza y mi luz, en los momentos de debilidad, y por brindarme una vida llena de aprendizajes y experiencias.

A MI PADRE Y MADRE: José Virgilio Morejón y Teresa de Jesús Villalobos por apoyarme en todo momento, por los valores que me han inculcado, y por haberme dado la oportunidad de tener una excelente educación en el transcurso de mi vida y sobre todo por ser un excelente ejemplo de vida a seguir.

A MI HERMANO Y MIS HERMANAS: Herbert Mauricio, María del Socorro, Dora Nelly, Yesenia Melany, Yanira Elizabeth, que siempre están ahí apoyándome y brindándome su confianza amor y amistad.

A MI ABUELA: Berta lidia Villalobos por su apoyo moral en todo momento.

AMIS SOBRINOS/AS Y DEMAS FAMIARES Y AMIGOS: que de una u otra manera se sumaron a mi esfuerzo.

A MI ASESORA: Lic. Ana Cecilia Cañas Zelaya por estar dispuesta siempre a guiarnos y orientarnos con cariño y dedicación en todo el proceso de investigación.

A MIS COMPAÑERAS DE TESIS: Cindy Rivas y Yasmín Guzmán, por haber demostrado siempre dedicación al trabajo y sobre todo por la amistad y el cariño que siempre me brindaron.

A LAS LICENCIADAS Y LICENCIADOS DE LA SECCION DE EDUCACION:

Por haber compartido maravillosos conocimientos, que nos servirán de guía en nuestro desempeño laboral.

Flor del Carmen Morejón Villalobos.

AGRADECIMIENTOS

A DIOS: por la oportunidad que me ha regalado de continuar y culminar mis estudios superiores, quien me ha brindado la sabiduría, la paciencia, la fortaleza y sobre todo la bendición y la protección durante todo el tiempo de mi vida y por poner en mí camino a personas que me han brindado su apoyo y cariño.

A MI PADRE Y MADRE: José Alberto Rivas Ayala y Josefina del Carmen Alvarenga de Rivas; que a pesar de la distancia siempre me han brindado el esfuerzo, el apoyo y el cariño necesario para seguir adelante, por la dedicación y la lucha que han tenido día con día para darme todo lo indispensable y para que finalizará mis estudios, por preocuparse siempre por mí y por ser los mejores padres que pudo regalarme Dios; los amo y les agradeceré siempre.

A MI ABUELA: Zoila Berta Gómez, por darme su apoyo, cariño, confianza y el amor que solo ella podría brindar; por haber sido mi abuela y mi madre durante todo el tiempo de su vida. Lamentablemente no se encuentra conmigo, pero me encantaría que estuviera a mi lado para poder compartir con ella este triunfo, pero sé que desde el cielo ella se encuentra muy contenta y feliz por mi logro. La extraño y la amo mucho.

A MI TIA, HERMANOS/A, PRIMOS/AS, SOBRINOS/AS: por sumarse a mi esfuerzo y por el cariño mostrado.

A PERSONAS ESPECIALES: quiero darles las gracias, porque siempre me han ayudado en lo emocional y personal, me han brindado su apoyo, ánimo, cariño, comprensión y amor. Muchas gracias: Maricela de Flores, Dariana Flores, Lea Osegueda, especialmente y con un inmenso amor a Josué flores, no hay palabras para explicar toda la ayuda y animo que me has brindado y el cariño que te tengo. ¡Los quiero y aprecio mucho!

A MIS COMPAÑEROS/AS DE ESTUDIO: porque a pesar de las circunstancias logramos salir adelante de una o de otra forma, pasamos momentos de tristeza, pero muchos más de alegría las cuales nos permitieron generar lazos de compañerismo, amistad y sobre todo de cariño. Sigamos adelante y recordemos siempre las aventuras que vivimos y sobretodo ejerciendo de la

mejor manera nuestra labor. Gracias a ustedes: compañeros/as de Lic. En Educación y especialmente a Melissa Romero, Blanca Hernández, Gilma Gámez.

A NUESTRA ASESORA: Licda. Ana Cecilia Cañas Zelaya, por la disposición y la voluntad que nos mostró durante todo el proceso de investigación y al mismo tiempo por la dedicación, empeño, amistad y conocimientos brindados para culminar de forma satisfactoria nuestra investigación.

A LOS/AS LICENCIADOS/AS DE LA SECCIÓN DE EDUCACIÓN: por el compromiso, profesionalismo y la dedicación con que compartieron los conocimientos que nos ayudarán de gran manera en nuestra vida laboral.

A MIS COMPAÑERAS DE TESIS: Yasmín Guzmán y Flor Morejón, por la amistad generada durante todo el trabajo, por compartir juntas esta experiencia y al mismo tiempo momentos felices y difíciles en nuestro proceso de investigación, que con el esmero, el esfuerzo y la dedicación que se demostró de cada una de nosotras logramos salir adelante y culminar nuestro proceso de investigación.

Cindy Jhoanna Rivas Alvarenga

ÍNDICE.

Número de página.

Introducción.....	1
Capítulo I	
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	3
1.1 Situación del Problema.....	4
1.2 Justificación.....	8
1.3 Objetivos.....	10
1.3.1 Objetivo general.....	10
1.3.2 Objetivos específicos.....	10
1.4. Preguntas de investigación.....	11
1.5. Alcances y limitaciones.....	12
1.5.1. Alcances.....	12
1.5.2. Limitaciones.....	12
Capítulo II	
2. MARCO REFERENCIAL.....	13
2.1 Antecedentes históricos.....	14
2.1.1 Surgimiento y evolución de los programas de alimentación que han sido Implementados en El Salvador.....	14
2.1.2 Programa de alimentación en la actualidad.....	21
2.1.3 Programa presidencial “vaso de leche”.....	22

2.2 BASE TEÓRICA.....	23
2.2.1 Generalidades de alimentación y nutrición.....	23
2.2.2 Grupos básicos de la alimentación.....	26
2.2.3 Principios de una alimentación saludable.....	27
2.2.4 Alimentación saludable en la primera infancia.....	28
2.2.5 Alimentación y nutrición de niños y niñas en edad escolar.....	29
2.2.6 Nutrición y aprendizaje.....	32
2.2.7 Factores que influyen en las necesidades diarias de los alimentos.....	33
2.2.8 Factores que afectan el estado nutricional.....	35
2.2.9 Relación entre salud, nutrición y rendimiento escolar.....	36
2.2.10 Principales recomendaciones para una buena alimentación y nutrición.....	40
2.2.11 ¿Por qué contribuir a mejorar la alimentación y nutrición?.....	41
2.2.12 Descripción del Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE).....	43
2.2.13 Alimentos del refrigerio escolar.....	44
2.2.14 Almacenamiento y conservación de los alimentos.....	46
2.3 BASE JURÍDICA.....	52
2.3.1 El derecho a la alimentación de niños y niñas en El Salvador.....	52
2.3.2 Derecho a la alimentación.....	52
2.3.3 El vínculo entre el derecho a la alimentación y otros derechos humanos.....	52
2.3.4 El derecho a la alimentación en derecho internacional.....	54
2.3.5 La FAO y el derecho a la alimentación.....	55
2.3.6 Derechos del niño y niña.....	56

2.4 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS.....	58
--	-----------

Capítulo III

3. METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN.....	61
---	-----------

3.1 Naturaleza del estudio.....	63
---------------------------------	----

3.2 Método de investigación.....	64
----------------------------------	----

3.3 Técnicas de investigación.....	64
------------------------------------	----

3.3.1 La observación directa.....	65
-----------------------------------	----

3.3.2 Estudio de campo: La entrevista.....	65
--	----

3.3.3 Estudio de campo: la encuesta.....	66
--	----

3.4 Población y muestra.....	66
------------------------------	----

3.4.1 Población.....	66
----------------------	----

3.4.2 Muestra.....	67
--------------------	----

3.5 Instrumentos de investigación.....	69
--	----

3.5.1 Instrumentos.....	69
-------------------------	----

3.5.2 Guía de entrevista.....	69
-------------------------------	----

3.5.3 Guía de Encuesta.....	70
-----------------------------	----

3.5.4 Guía de observación.....	70
--------------------------------	----

3.6 Categorías y análisis de los resultados.....	71
--	----

Capítulo IV

4. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS Y REFLEXIONES POR

CATEGORIAS.....	72
Categoría 1.....	74
Categoría 2.....	84
Categoría 3.....	94

Capítulo V

5. REFLEXIONES FINALES.....102

Capítulo VI

6. PROPUESTA NUTRICIONAL PARA QUE SEA UTILIZADA EN LA ELABORACIÓN DE ALIMENTOS POR PARTE DE MADRES DE FAMILIA Y EL CAFETÍN ESCOLAR.....111

1. Introducción.....	112
2. Objetivos.....	113
3. Descripción.....	114
4. Referencial teórico.....	115
4.1.1 La educación alimentaria nutricional contribuye a la formación de nuevos hábitos alimentarios.....	115
4.1.2. Alimentos que debemos evitar consumir.....	117
4.1.3. Ejemplos de menús que se pueden preparar.....	117
4.1.4 Normas básicas de nutrición.....	118

4.1.5 Seguridad, higiene, manipulación y conservación de los alimentos y la persona que prepara los alimentos.....	119
4.2 Seguimiento metodológico de propuesta nutricional para desarrollarse en el Centro Escolar Pablo J. Aguirre.....	121
4.2.1 Concienticémonos para una buena nutrición.....	122
4.2.2 Elaboremos alimentos saludables.....	143
4.2.3 Una buena nutrición conlleva a un buen aprendizaje.....	153
4.3 Reflexión.....	155
4.4 Cronograma de actividades para desarrollar propuesta nutricional en el Centro Escolar Pablo J. Aguirre.....	156
ANEXOS.....	157
BIBLIOGRAFÍA.....	212

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo plantea la investigación sobre “La influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino de Centro Escolar Pablo J. Aguirre, del Distrito 12-08 del Municipio de San Miguel, Departamento de San Miguel, en el período de febrero a julio del año 2016; con el fin de conocer la forma en que se está trabajando el Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE) y los beneficios que le aporta al niño y niña en el proceso de aprendizaje especialmente en la disciplina de Lenguaje y Literatura.

Esta investigación fue desarrollada bajo el enfoque cualitativo, obteniendo información precisa y veraz, a través del contacto directo con la directora, maestra, aprendientes, madres de familia, Asesor Técnico Pedagógico, nutricionista y encargadas del cafetín, sobre la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura.

Cabe mencionar que la nutrición desempeña un papel muy importante en el proceso de aprendizaje y en el desarrollo de los niños y niñas en etapa escolar, siendo de vital importancia nutrirse adecuadamente y disminuyendo el consumo y venta de comidas rápidas en la escuela. Así mismo los alimentos que son elaborados y preparados por las madres y personal de cafetín escolar, deben ser ricos en nutrientes y vitaminas que el organismo del niño y niña necesita en la etapa escolar y en su vida cotidiana.

Esta investigación se ha estructurado de la siguiente manera:

Capítulo I: Comprende el planteamiento del problema en el cual contiene la situación problemática, justificación, los objetivos de la investigación, las preguntas de investigación y los alcances y limitaciones.

Capítulo II: Plantea el marco referencial teórico, que constituye los antecedentes históricos, la base teórica, la base jurídica y la definición de términos básicos.

Capítulo III: Presenta la metodología de investigación, que contempla la naturaleza del estudio, el método de investigación, las técnicas de investigación, la observación directa, el estudio de

campo, la población, la muestra, los instrumentos de investigación, las categorías y análisis de la investigación.

Capítulo IV: Establece la presentación de resultados y reflexiones por categorías de la investigación.

Capítulo V: Incluye las reflexiones finales de la investigación.

Capítulo VI: Propuesta nutricional para mejorar los alimentos que son elaborados por las madres de familia y personal del cafetín escolar.

Finalmente se plasma la bibliografía y los anexos del proceso de investigación.

Esperamos que esta investigación sea de beneficio y brinde un aporte en el ámbito educativo y nutricional y a la vez pueda ser utilizada de manera significativa para la adquisición y modificación de hábitos alimenticios; así mismo contribuya a mejoramiento de los procesos de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura, así como en las demás disciplinas.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En este capítulo se dan a conocer aspectos relevantes que dan origen a la investigación del tema; como lo es el planteamiento del problema, en donde se menciona el origen de la situación problemática y de cómo se ha venido desarrollando el tema de la nutrición en los Centros Escolares y a la vez como influyen en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes de Primer Ciclo de Educación Básica.

La justificación da respuesta a las interrogantes ¿Por qué? y ¿Para qué? de esta investigación, desde la década de los 60 ya había indicios a cerca de la alimentación escolar como solución del nivel nutricional en que se encontraban los educandos en ese entonces y sucesivamente se fueron dando cambios significativos en el surgimiento de diversos programas de alimentación de acuerdo a las necesidades que se presentaban en los Centros Escolares y su contexto.

Así mismo se presentan los objetivos que guían el proceso de investigación; por otra parte, se dan a conocer las preguntas claves de la investigación, con el motivo de conocer y concientizar sobre la importancia de la nutrición de los niños y niñas del Centro Escolar.

El capítulo I culmina con los alcances y limitaciones que se tendrán durante el proceso de la investigación.

1.1 SITUACIÓN PROBLEMÁTICA.

El Salvador ha sido y continua siendo un país pobre y con muchas condiciones vulnerables que repercuten grandemente en las necesidades de la población, una de las más evidentes es la falta de una buena nutrición de la población, pero con más relevancia en los niños y niñas ya que esta no solo se refleja en el estado físico, mental y en algunos casos financieros; sino también que incide grandemente en el ámbito educativo de manera que si un niño o niña en edad escolar tiene una mala nutrición, esto se verá reflejado en su proceso de aprendizaje, en su estado de salud y en su estado anímico.

Una mala alimentación afecta gravemente al niño/a en el rendimiento de su vida escolar, en el ámbito educativo existen múltiples factores que influyen en el proceso de aprendizaje, tales como: la manera en que se imparte la clase, el estado de ánimo y salud del estudiante, pero al mismo tiempo la nutrición ayuda a mantener en buen estado al organismo.

De esta manera el tema de la nutrición ha venido desempeñando un papel fundamental en los programas y reformas de gobierno, con el fin de llegar a los Centros Escolares más vulnerables del país y poder brindar soluciones a las necesidades que surgían en su determinado contexto y posteriormente al actual.

Es así como respuesta a esta problemática que en la década de los años 60 con ayuda del Gobierno de los Estados Unidos, se implementó el Programa “Alianza para el Progreso” para obtener un mejoramiento del nivel nutricional de los y las educandos, pero a causa del fallecimiento del presidente John F. Kennedy el cual gobernaba en ese entonces, el programa desapareció totalmente, seguidamente en los años 80 se registran muchos acontecimientos, en esta década bajo el apoyo del PMA se implementan proyectos de “Alimentación en Escuelas Primarias” de las zonas rurales y urbanas marginales del país.

Posteriormente en la década de los noventa el Ministerio de Educación ejecuta el “Programa de Alimentación Escolar” en las escuelas ubicadas en la zona rural del país, con la finalidad de minimizar la deserción escolar, el ausentismo y con especial énfasis en mejorar la nutrición de las y los estudiantes. Debido a este problema se tomó en consideración implementar el proyecto

de “Galleta Escolar Nutricionalmente Mejorada”, con la cual se buscaba elevar los niveles nutricionales de los educandos.

De este mismo modo, durante el período de Gobierno del Dr. Armando Calderón Sol (1994 – 1999); nace “Escuela Saludable”, para convertirse en una estrategia de atención efectiva a la niñez, para brindar servicios de salud, educación y nutrición en el área rural y combatir la pobreza y marginación.

Es así que a la problemática que presentan los y las aprendientes de los Centros Escolares en cuanto a la nutrición, inasistencia, bajo rendimiento escolar; el Gobierno Central a través del Ministerio de Educación; actualmente como programa insignia del Plan Social Educativo “Vamos a la escuela” se implementa el Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE) el cual se desarrolla haciendo entregas periódicas de alimentos en crudo a los Centros Escolares de todo el País, y con el apoyo de la comunidad educativa, principalmente las madres de familia, ya que son las encargadas de preparar los alimentos, los cuales son entregados en las primeras horas de cada jornada de clase, de esta manera se espera que los y las aprendientes tengan un mejor rendimiento escolar, y no solo eso, sino también la asistencia a la escuela diariamente, la no deserción escolar, la participación en clase y la verdadera comprensión en las diversas disciplinas.

Como parte de este Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE) se entrega frijoles, arroz, azúcar, aceite, bebida fortificada y leche en polvo, ésta última para aquellos Centros Escolares que aún no reciben leche líquida. Se les hace una entrega de alimentos tres veces al año a la mayoría de Centros Escolares y este alimento es distribuido todos los días a los y las estudiantes de acuerdo a su número de lista.

En tal sentido cabe mencionar que los Programas de Alimentación y Salud Escolar se basan en mejorar el estado nutricional del estudiantado a fin de propiciar mejores condiciones de aprendizajes, para el mejoramiento de los índices de asistencia a clases y permanencia en el sistema escolar, convirtiéndose en un incentivo para que las madres de familia envíen a los niños y niñas a la escuela.

Asimismo, el involucramiento de docentes, padres y madres de familia en las acciones complementarias del Programa favorece la interacción de los actores de la comunidad educativa, creando conciencia sobre la importancia de una buena nutrición y de hábitos alimenticios saludables.

A partir de este planteamiento se considera primordial que el Ministerio de Educación siga considerando y avanzando en mejores programas de alimentación escolar, y promoviendo en los Centros Escolares una buena selección de los alimentos que se consumen. Sí bien la educación en materia alimentaria y nutricional no es la respuesta total a los problemas que se presentan por carencias o excesos en el consumo, pero sí constituyen un aspecto sustantivo en los procesos de aprendizaje.

Por ello, la educación en la alimentación debe propiciar un sistema de actividades y de comunicación donde el pensamiento reflexivo y el creativo se desarrollen a la par de una actitud coherente, con el devenir actual y la función fundamental de la educación como formadora del ser humano.

A partir de lo antes planteado se considera importante realizar esta investigación por el motivo de conocer y analizar la influencia que tiene la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre del Distrito 12-08 del Municipio de San Miguel, Departamento de San Miguel.

En este sentido, se indagará cómo influye la nutrición en los procesos de aprendizaje del niño y la niña, y se propondrá a través de la directora, la planta docente y conjuntamente con un profesional en nutrición, orientar y concientizar a las madres de familia y el personal del cafetín escolar sobre la importancia del consumo de alimentos nutritivos en niños/as en la etapa escolar; para que de ésta manera puedan ofrecer y preparar diferentes menús saludables, disminuyendo así el consumo de comidas rápidas y bebidas con cantidades de azúcar y colorantes que atentan contra la salud de la población estudiantil.

Desde esta nueva mirada educativa el proceso de aprendizaje de los y las aprendientes tiene una visión relevante ya que se pretende transformar la educación dándole lugar a un tema primordial como es la nutrición, ya que para fortalecer los aprendizajes conceptuales, procedimentales y actitudinales es indispensable que se mantenga una nutrición saludable tanto en el hogar como en el Centro Escolar permitiendo así al niño y la niña obtener un aprendizaje más significativo y a la vez que los/as docentes, padres y madres de familia se integren y al mismo tiempo estén atentos a lo que se consume en el Centro Escolar.

A partir del contexto antes planteado, es de gran importancia e interés investigar sobre: **La influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre del Distrito 12-08 del Municipio de San Miguel, Departamento de San Miguel, durante el período de febrero a julio del año 2016.**

1.2 JUSTIFICACIÓN

El derecho a la alimentación es un derecho humano universal que permite que las personas tengan acceso a una vida saludable, teniendo en consideración que la alimentación va sujeta de una adecuada nutrición y a los recursos necesarios para tener en forma sostenible seguridad alimentaria. Este derecho representa no sólo un compromiso moral o una opción de políticas, sino que en la mayoría de los países constituye un deber de derechos humanos jurídicamente obligatorio de acuerdo a las normas internacionales de derechos humanos que han ratificado.

A través de los años el tema de la nutrición en El Salvador ha venido desempeñando un papel muy importante ya que es un elemento necesario para tener una vida sana y activa que todo ser humano merece y que comienza desde su concepción conformando un pilar fundamental para que el niño y la niña tengan un completo desarrollo en todo su proceso nutricional, de aprendizaje y al mismo tiempo en su área conceptual, procedimental y actitudinal.

Es por ello que el Ministerio de Educación desde los años 60 y 80 ha venido desarrollando y fortaleciendo programas alimenticios buscando así la mejora del estado nutricional del estudiantado, ya que se espera que una nutrición adecuada favorezca al desarrollo físico e intelectual de los niños y niñas.

Para que una sociedad sea próspera y productiva es necesario modificaciones en cuanto a una buena nutrición de los niños y las niñas en los Centros Escolares, es por ello que, la nutrición debe orientarse a potenciar o modificar los hábitos alimentarios, involucrando a todos los miembros de la comunidad educativa; niños/as, padres, madres, maestros/as, directivos y sociedad en general; considerando así las necesidades nutricionales de los niños y niñas para que de esta manera la educación sea de calidad y a la vez los/as aprendientes obtengan una nutrición saludable.

La importancia de esta investigación radica en la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro escolar Pablo J. Aguirre, Con el fin de

poder conocer la influencia nutricional que se da en los niños y las niñas en el Centro Escolar conforme al programa que ha venido desarrollando el Gobierno Central a través del Ministerio de Educación, e identificar el protagonismo que desempeñan los actores educativos en relación a este programa que es de gran beneficio para que los y las aprendientes tengan una adecuada nutrición y en base a ello obtengan aprendizajes significativos, que le permita tener un desarrollo integral en las diversas disciplinas y especialmente en la disciplina de Lenguaje y literatura.

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 General.

- Conocer la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre del Distrito 12-08 del Municipio de San Miguel.

1.3.2 Específicos.

- Analizar la importancia y los beneficios de una adecuada nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica.
- Identificar si el Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE) destinado por el Gobierno Central es de calidad nutricional en el proceso de aprendizaje de los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica.
- Elaborar una propuesta nutricional tomando en cuenta la opinión de un/a nutricionista del Ministerio de Salud para orientar y capacitar a director/a, maestras/os, aprendientes, madres de familia y personal del cafetín sobre la importancia que tiene la nutrición en los procesos de aprendizaje y al mismo tiempo ofrezcan y preparen alimentos que sean de valor nutricional para el estudiantado.

1.4. PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

- 1- ¿De qué manera influye la nutrición en el proceso de aprendizaje de los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del Centro Escolar Pablo J. Aguirre en la disciplina de Lenguaje y Literatura?
- 2- ¿Qué alimentos preparan las madres de familia o encargadas del cafetín escolar para ser consumidos por los/as niños y niñas de Primer Ciclo de Educación Básica?
- 3- ¿Qué aprendizajes se observan en los y las aprendientes de Primer Ciclo de Educación Básica al consumir los alimentos del Programa de Alimentación y Salud Escolar que proporciona el Ministerio de Educación?

1.5. ALCANCES Y LIMITACIONES

1.5.1 Alcances

- Realizar la investigación durante el período comprendido desde el mes de febrero a julio del 2016, para poder analizar la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre, del Distrito 12-08 del Municipio de San Miguel, Departamento de San Miguel.
- Acceso a la información por parte de la Cede Regional de Educación y Cede Regional de Salud.
- Se entrevistó y se encuestó a toda la población con la que se tomó en cuenta para realizar la investigación.
- Cooperación por parte de los/as encuestados/as y entrevistados/as.
- Se elaboró una propuesta nutricional teniendo en cuenta el resultado de la investigación.

1.5.2 Limitaciones

- Poca colaboración por parte de una maestra para brindar información.
- Poca asistencia al Centro Escolar por parte de las madres del Primer Ciclo del turno vespertino.
- Escases de recursos económicos por parte del grupo investigador.

CAPÍTULO II

MARCO REFERENCIAL.

Este capítulo presenta cuatro aspectos esenciales como lo son: antecedentes históricos, base teórica, base jurídica y definición de términos básicos, siendo esta una base que sirve para clarificar mejor el problema de investigación.

En los antecedentes históricos se da un bosquejo histórico de cómo han surgido y se han ido dando seguimiento y cambios en los programas de alimentación según su contexto abordado y según sus necesidades.

En la base teórica se plantean la fundamentación de alimentación y nutrición, la relación que tiene la nutrición en el rendimiento escolar, los diferentes programas que han venido surgiendo como respuesta a sus necesidades y su contexto, el seguimiento que estos han tenido y como han sido elaborados; esto ayudará a sustentar teóricamente y a profundizar el tema de la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica.

En la base jurídica se plantea las políticas de seguridad alimentaria y nutricional, los derechos a la alimentación adecuada y otros apartados que darán sustento a las distintas declaraciones jurídicas que velan por los derechos que tienen los niños y niñas en El Salvador y del mundo para que de esta manera puedan tener una alimentación adecuada y una buena nutrición para obtener un mejor proceso de aprendizaje en sus diferentes disciplinas.

En la definición de términos básicos se mencionan el significado de algunas palabras que se mencionan en el trabajo de investigación.

2.1. ANTECEDENTES HISTÓRICOS.

En nuestro país el problema de la pobreza ha jugado un papel fundamental en las familias salvadoreñas, debido a diversos factores políticos, económicos, culturales y sociales que limitan el acceso a las posibilidades de sustentar las necesidades básicas (alimentación, vivienda, vestuario, salud, etc.). En El Salvador hay un cierto porcentaje de desnutrición ya que existen zonas en pobreza extrema y es notoria la desnutrición. Muchos niños y niñas mueren a causa de la desnutrición, provocada por la falta de ingresos económico. Una buena alimentación es lo mínimo que un ser humano necesita para poder sobrevivir.

En El Salvador el tema de la nutrición en los Centros Escolares ha venido evolucionando dependiendo de los contextos que han venido surgiendo en consecuencia a diferentes indicadores que se han presentado según su época, uno de los cuales ha tenido realce a lo largo del tiempo ha sido la mala nutrición de los niños/as en etapa escolar, es así como el Gobierno Central a través del Ministerio de Educación ha impulsado programas de fortalecimiento a la educación, que favorecen los procesos de aprendizaje de la población estudiantil y al mismo tiempo han dado respuestas a las necesidades que acontecían en sus contextos.

Sin embargo, se conoce que los indicios de estos programas o la idea de estos han surgido durante la década de los 60 y 80 que a continuación se destacan.

2.1.1 SURGIMIENTO Y EVOLUCIÓN DE LOS PROGRAMAS DE ALIMENTACIÓN QUE HAN SIDO IMPLEMENTADOS EN EL SALVADOR

Los indicios encontrados acerca de la atención que en El Salvador le presta a la educación y a la salud como un factor clave para el desarrollo de los procesos de aprendizaje, se remonta a la década de los sesenta, “en esa década se implementó el “Programa Alianza para el Progreso”, patrocinado por el Gobierno de los Estados Unidos, como una forma de asistir a la población de los países de la región el cual aportó un amplio sistema de alimentación que consistía en una galleta salada (tortileche), un vaso de leche, trigo, avena, azúcar y aceite integral con el propósito de mejorar el nivel nutricional de la población estudiantil en general.

En la década de los setenta prácticamente desaparecía el “Programa Alianza para El Progreso” y debido a la ocurrencia de desastres naturales y en razón de que persistían los problemas nutricionales surgieron programas como el de Educación Nutricional y Alimentación Suplementaria a Grupos Vulnerables, siendo ejecutado por el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, implementaron el programa de Educación nutricional y alimentación suplementaria a grupos vulnerables”. (*UES, FMO, percepción de los alumnos, padres de familia y maestros entorno al programa de alimentación y salud escolar. Tesis, 2013 pág. 25*)

¿Qué es el programa mundial de alimentos de las naciones unidas (PMA)?

“El Programa Mundial de Alimentos (PMA) que es la agencia especializada del sistema de naciones unidas para la ayuda humanitaria”. (*Programa Mundial de Alimentos de las Naciones unidas, El Salvador, pág. 3*)

“Dicho programa tiene sus inicios desde 1969 cuando el PMA aprobó el primer proyecto para El Salvador, la organización ha brindado ayuda por más de 210 millones de dólares para la ejecución de proyectos y programas de desarrollo, emergencia y reconstrucción del país. Durante estos años el PMA ha contribuido a importantes logros nacionales, tanto en la lucha contra la pobreza la sub-alimentación, como en el gradual fortalecimiento de las instituciones nacionales y en el desarrollo de políticas públicas sostenibles (educación, salud, alimentación, emergencias). El apoyo a la institucionalización como Programa Nacional del Programa Escuela Saludable que hoy asegura una sana alimentación para cerca de 800,000 niñas y niños es emblemático por los resultados logrados.

Por otro lado, el PMA siempre ha jugado un papel muy importante en las varias situaciones de emergencias humanitarias que han afectado al país (Conflicto armado y las catástrofes naturales).

En el año 2005, el PMA benefició directamente a unas 394 mil personas de las comunidades más vulnerables y afectadas por la desnutrición e impactadas por desastres naturales, una cifra que bajó aproximadamente 187 mil personas en el 2006 debido al traslado de la responsabilidad del Programa de Alimentación Escolar al Ministerio de Educación y a la ausencia de mayores

desastres naturales afectando a la población”. (*Programa Mundial de Alimentos de las Naciones unidas, El Salvador, pág. 5*)

A partir de “la década de los ochenta, la situación sociopolítica del país ocasionó el desplazamiento de grandes grupos sociales y un amplio número de población marginada, por lo que se produjo un incremento de ayuda alimentaria externa, en esta década también se implementa el proyecto de alimentación en escuela primaria”. (*UES, FMO, percepción de los alumnos, padres de familia y maestros entorno al programa de alimentación y salud escolar. Tesis, 2013, pág. 25 y 26*)

Siendo esto de especial importancia para el Ministerio de Educación es “la ejecución de programa de alimentación en Escuelas Primarias, ya que la mayor parte de la población estudiantil de Educación Básica acusa deficiente alimentación, fenómeno que incide en el bajo rendimiento y deserción escolar. En 1986 se atendieron 386 escuelas de primero y segundo ciclo, en el sector rural, favoreciendo a una población de 80.000 estudiantes. Estos participan también en actividades relacionadas con la producción de alimentos y sus se involucran en esas actividades. Los alimentos básicos son proporcionados por el Programa Mundial de Alimentos (PMA)” (*Ministerio de Educación, Memoria de Labores 1986-1987, pág. 14*)

A través del cual se “efectuaban dotaciones de arroz, carne (res, cerdo y pescado), aceite y leche; al cual tenían acceso las escuelas primarias en las zonas rurales y urbanas marginales del país, con la firme finalidad de mejorar las condiciones nutricionales de los estudiantes y con la proyección de incrementar los índices de asistencia y rendimiento escolar para de esta forma disminuir los niveles de repitencia”. Todo ello con el firme propósito de elevar los niveles nutricionales de los niños y niñas salvadoreñas en su educación inicial y sobre todo en dirección de incrementar la asistencia estudiantil y el mejoramiento de la educación escolar de los infantes. (*UES, FMO, percepción de los alumnos, padres de familia y maestros entorno al programa al programa de alimentación y salud escolar. Tesis, 2013, pág. 26*)

Posteriormente “en la década de los 90 el sustancial incremento (14%) de la matrícula entre los años 91/93 en la zona rural es consecuencia del impacto que tiene la implementación de programas de ampliación de cobertura. En 1991 la proporción de la matrícula correspondiente a

la zona rural significó el 19 % comparada con la de 1993 que alcanzó un 29 %, lo cual muestra la significación de las acciones desarrolladas para el logro de la misma. Para alcanzar tales proporciones se diseñaron e implementaron Programas y Proyectos de atención a la población demandante del servicio educativo, tales como: el Programa EDUCO, el Programa de Alimentación Escolar, el Programa de Educación de Adultos, el Programa de Juventud, el Programa de Educación Media, el Programas dentro del Plan de Reconstrucción Nacional (PRN), el Programa de Dotación de Mobiliario, el Programa de Rehabilitación de Escuelas y el Programa de Construcción de Escuelas”. (OEI - *Sistemas Educativos Nacionales - El Salvador* pág. 6)

En esta misma época se estaba generando un problema causal de la repetición (como factor de deserción) y acceso al Sistema Educativo establece que, entre otros, la desnutrición y mala alimentación repercute directamente en este fenómeno; por tanto, “se ha implementado el **Programa de Alimentación Escolar** con participación de los padres de familia y la comunidad educativa. El Ministerio de Educación en coordinación con la Secretaría Nacional de la Familia, entrega en las Escuelas Rurales alimentos en especie. A la vez coordinó esfuerzos con la comunidad para la construcción de cocinas, Centros de acopio, huertos escolares y cocción de los alimentos. La participación activa de la comunidad ha permitido que el niño en edad escolar acceda la educación, se mantenga en el sistema y mejore su alimentación redundando en mejoría de la capacidad de aprendizaje.

Dentro de este campo se ha ejecutado también el **Proyecto de Galleta Escolar Nutricionalmente Mejorada**, brindando al educando un refuerzo alimentario que le permita mejorar las condiciones mínimas alimentarias para el aprendizaje. El financiamiento de estos proyectos ha sido apoyado por el Programa Mundial de Alimentos (PMA), Comunidad Económica Europea (CEE), Fondo de Inversión Social (FIS) y el apoyo logístico del MINED”. (OEI - *Sistemas Educativos Nacionales - El Salvador*, pág. 7 y 8).

En otro aspecto, el Ministerio de Educación para enfrentar el problema de desnutrición que la gran mayoría de niños padece, especialmente aquellos que viven en zonas rurales, urbano-marginales y los golpeados por el conflicto armado, ha desarrollado con el apoyo de diferentes fuentes de cooperación externa “Programas de Asistencia Alimentaria como son: el “Programa de Alimentación Escolar” que es ejecutado conjuntamente con los Programas de Desarrollo de la

Educación y Cuidados Preventivos de Salud con participación de la comunidad PMA/ELS/3886; **“Galleta Nutricionalmente Mejorada”** y el Programa de “Desayunos Nutritivos del FIS”.

El Programa de Alimentación Escolar conocido como PMA, se ejecuta con los criterios de: llevar alimentos a niños escolares de zonas rurales pobres en donde la comunidad participe directamente en su elaboración.

Con este programa se atendió en el período informado, un total de 468,000 niños, de 2,933 centros educativos, que en términos cuantitativos significaron la distribución de 8, 874,475 toneladas métricas de alimentos, con un costo de 2, 258,205.00 colones.

Este programa ha permitido integrar efectivamente a la comunidad con el centro educativo.

El Programa GALLETA ESCOLAR NUTRICIONALMENTE MEJORADA ha focalizado su atención en la población estudiantil beneficiaria del Programa EDUCO, ubicada en 81 Municipios, así; en 1991 se proporcionó la galleta escolar a 4,690 niños de las Asociaciones Comunitarias Educativas (ACE) y en el año 1992 se están atendiendo a 11,200 niños de estas mismas asociaciones.

Para la ejecución de este programa, se han habilitado 173 espacios para el almacenamiento de la galleta en los Centros Educativos y desde mayo de 1992, la producción ascenderá a un total de 1, 127,900 galletas”. (*MINED, Memoria de labores 1991-1992* pág. 67).

Posteriormente durante el período de Gobierno del Dr. Armando Calderón Sol (1994-1999), “se diseñó un plan para afrontar los retos de la paz, el progreso en libertad y el aprovechamiento a las oportunidades. Para lograr este desafío, era necesario procurar oportunidades a la sociedad salvadoreña construyendo un proceso de desarrollo integral, sostenible y sustentable. Para cumplir este cometido, se enfocó el desarrollo humano como centro de interés, abarcando una acción integral e integradoras de las políticas, medidas y acciones para adoptarlas en los campos económicos, social, medio ambiente, jurídico, seguridad pública y el político.

En el marco de este planteamiento nace Escuela Saludable, para convertirse en una estrategia de atención efectiva a la niñez, para brindar servicios de salud, educación y nutrición en el área rural y combatir la pobreza y marginación”. (MINED, *Sistematización Escuela Saludable*, 2000, pág. 14).

“Escuela Saludable se define como un Centro Educativo donde todos los alumnos y alumnas gozan de condiciones adecuadas para lograr un armonioso desarrollo biológico, psicológico y social en un ambiente de bienestar institucional y bienestar”. (Memoria de labores 1995-1996 pág. 37)

“El surgimiento de Programa Escuela Saludable en 1995, coincide con la celebración en ese mismo año de la Cumbre Mundial de Desarrollo Social, realizada en la ciudad de Copenhague, ocasión en la 186 delegaciones gubernamentales y 117 jefes de estado o de gobierno reconocieron “que nuestras sociedades deben responder más efectivamente a las necesidades materiales y espirituales de los individuos, sus familias y las comunidades en las cuales viven”.

La filosofía del Programa Escuela Saludable es coherente con los compromisos internacionales que adquirió El Salvador en esa importante cumbre; y el desarrollo de este programa, coadyuva al logro de esos compromisos, en particular con aquellos relacionados con la erradicación de la pobreza y la integración social de todas las personas”. (MINED, *Sistematización Escuela Saludable*, 2000, pág. 14 y 15).

“El Programa Escuela Saludable (PROES) fue diseñado para realizarse en cuatro fases y la que se relaciona con la alimentación escolar es la primera fase en donde se atendieron 26,000 niños y niñas con una ración alimentaria diaria consistente en arroz, carne, aceite y bebida nutritiva con un costo de ración/niño/año escolar de 157.94 colones. A un costo total de 3, 200,500 colones.

En el desarrollo de esta fase, se proporcionó alimentación alimentaria a los maestros, alumnos y padres de familia, a fin de lograr prácticas alimentarias e higiénicas de beneficio real para los alumnos.

Como complemento al Programa Escuela Saludable, se han mantenido y expandido el Programa de Alimentación Escolar, para lo cual se actualizo el sistema de información, a través de la depuración de escuelas, tomando en cuenta códigos, municipios prioritarios, matrícula y otros

criterios de selección que inciden en la programación de escuelas para la distribución de alimentos”.

DISTRIBUCION DE ALIMENTOS

En julio de 1995 se entregaron alimentos a 1,603 escuelas, que atendieron a 246,347 alumnos.

En marzo de 1996, se entregaron alimentos a 1,513 escuelas que atienden 232,984 niños. Se ha contado con el apoyo logístico de la división de asistencia alimentaria de la Secretaria Nacional de la Familia.

Durante el último año, en las dos distribuciones de alimentos fueron entregadas las cantidades siguientes:

ALIMENTOS	CANTIDADES (en toneladas métricas)
Arroz	2,968.32
Carne	776.27
Aceite	227.93
Bebida fortificada	531.81

Se elaboró el manual de normas técnico-operativas y administrativas del programa y su componente educativo enmarcado en la educación alimentaria nutricional. Este manual ayudará a mejorar las prácticas en salud, alimentación y nutrición de los maestros, beneficiarios y sus padres y madres de familia. Además, se capacitaron en la preparación, manipulación y almacenamiento de alimentos a madres de familias y líderes comunales de las escuelas beneficiadas con el programa.

(MINED, memoria de labores 1995-1996 pág. 37 y 38)

Seguidamente en el año 2009 el Ministerio de Educación retoma la alimentación escolar, que constituía el Programa de Escuela Saludable, esta vez bajo la implementación del Programa Social Educativo “Vamos a la Escuela” (2009-2014), “fue en este mismo año cuando el MINED amplía la cobertura de la dotación de alimentos para las escuelas ubicadas en la zona urbana del

país. Beneficiándose de esta manera a más de 452,852 estudiantes de 764 escuelas públicas del área urbana.

En el año 2011 el Programa de Alimentación y Salud Escolar se mantiene como un programa insigne que constituye el Programa Social Educativo “Vamos a la Escuela” (*UES, FMO, percepción de los alumnos, padres de familia y maestros entorno al programa de alimentación y salud escolar. Tesis, 2013, pág. 28 y 29*)

2.1.2 PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN EN LA ACTUALIDAD.

Actualmente se lleva a cabo el Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE) en nuestro país, el cual es financiado en su totalidad por el Gobierno de El Salvador. “A partir de agosto de 2009 se ha expandido a escala nacional, incrementando su cobertura a 4 mil 950 centros educativos públicos y atendiendo a 1 millón 310 mil estudiantes.

Además, el programa contribuye aportando alimentos a la población de primera infancia que atiende el ISNA.

El refrigerio escolar se retoma como programa presidencial, con el nombre de “Programa de Alimentación y Salud Escolar” (PASE), formando parte del Plan Social Educativo 2009-2014 “Vamos a la Escuela”, que, con un enfoque de derecho, busca mejorar el estado nutricional de los estudiantes y, de esta forma, propiciar mejores condiciones de aprendizaje”. (*MINED, “PASE” Programa de Alimentación y Salud Escolar, pág. 7 y 8*)

El PASE tiene como objetivo primordial: “contribuir a mejorar la calidad de aprendizaje por medio de la dotación de una ración diaria de alimentos, para satisfacer sus necesidades alimentarias inmediatas y fortalecer las acciones educativas, introduciendo conocimientos y practicas adecuadas en salud, alimentación y nutrición, así como la implementación de huertos escolares.

Logros obtenidos:

En el periodo comprendido de junio 2013 a mayo 2014 se han realizado 3 distribuciones de alimentos: la primera del 27 de junio al 31 de julio de 2013, la segunda del 3 al 27 de septiembre

de 2103 y la última se llevó a cabo del 28 de enero al 28 de febrero de 2014 en donde se entregaron más de 7,885 toneladas métricas de alimentos.

A lo largo del segundo semestre del 2013 se realizó la incorporación de alimentos de media al PASE, se incluyó a más de 100,000 estudiantes de 156 institutos nacionales y 295 complejos y Centros Educativos que atienden educación media.

Como apoyo a la estrategia educativa, por medio de convenios con organismos como INTERVIDA y UNES, se han fortalecido hábitos y prácticas de alimentación saludable, ejecutando proyectos de huertos escolares en 124 Centros Educativos, utilizando los productos del huerto como completo a los alimentos del refrigerio; a la vez que el huerto es utilizado como un medio didáctico; en total de beneficiarios atendidos en este rubro fue de 2,445, entre ellos: 696 maestros, 706 padres y madres de familia, 948 estudiante, 15 administradores de Centros Escolares, 56 directores y 24 técnicos; en estos se cosecharon hortalizas como: ejote, rábano, pepino, chile, tomate, repollo y berenjena que fueron destinados para mejorar la variedad de refrigerio escolar.

La inversión en alimentos por parte del PASE en este periodo, asciende a \$11,871,530. 3, \$1,143,112.28, con fondos FANTEL y \$10,728,418.03, con fondos GOES.

Se tiene planificada la segunda entrega de alimentos para el segundo trimestre de este año en la que se entregara un aproximado de 2,600 toneladas métricas de alimentos con una inversión cercana a los \$3,500,000, con fondos GOES y \$3,80,000.00 con fondos FANTEL.

La cantidad de estudiantes atendidos fue de 1,440,0000, distribuido en 5,384 Centros Escolares a nivel nacional, de los cuales incluidos 236 del instituto salvadoreño para el Desarrollo Integral de la Niñez y la Adolescencia (ISNA) y 44 Centros Escolares de nutrición del Ministerio de Salud.

2.1.3 PROGRAMA PRESIDENCIAL “VASO DE LECHE”

Del Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE) surge el sub-programa presidencial vaso de leche que ha sido distribuido dentro del período reportado un total de \$3,875,644 litros de leche de vaca proveniente de asociaciones de ganaderos nacionales.

Durante este periodo 821,000 estudiantes reciben leche líquida del Programa Vaso de Leche, en sustitución de la leche en polvo, que se entrega como parte del PASE. La inversión de la leche líquida entregada en este periodo fue de \$3,755,886.60 con fondos GOES. La inversión del programa asciende a \$661,376.00 de fondos GOES”. (*Memoria de labores 2013-2014, pág. 37, 38 y 39*)

2.2 BASE TEÓRICA.

En nuestra época actual la inversión en nutrición es una necesidad, es por ello que para que exista un proceso de aprendizaje más significativo es necesaria una buena nutrición que contribuya al buen desenvolvimiento del niño y niña en todas sus áreas educativas teniendo como resultado un buen rendimiento académico.

Considerándose este un tema importante se requiere el esfuerzo en conjunto de todos los actores educativos ya que son los más beneficiados para que estos temas de nutrición se lleven a cabo de una manera exitosa. Siendo este un tema de concientización y compromiso y al mismo tiempo tomando en cuenta que el/la niño/a bien alimentado/a está en mejores condiciones de aprender en clase que otros/as niños/as que tengan déficits en estas áreas.

Cada miembro del sector educativo debe comprometerse a realizar nuevas prácticas alimenticias apoyándose de nuevos menús nutricionales que incorporen los nutrientes necesarios que el niño/a necesita para su desarrollo y especialmente en el aprendizaje.

Para darle fundamento a nuestra investigación se toman en cuenta una serie de teorías las cuales sustentan el tema investigativo, que se detallan a continuación.

2.2.1 GENERALIDADES DE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN.

Para que nuestro cuerpo pueda cumplir con su proceso de crecimiento, reparación y mantenimiento del organismo, es necesario conocer los nutrientes esenciales que nuestro cuerpo necesita.

“**Alimento** es toda sustancia solida o liquida que una vez procesada aporta al organismo:

- Nutrientes a partir de los cuales el organismo puede producir calor y energía
- Materiales para el crecimiento, reparación celular y reproducción de células.

Los componentes de los alimentos que realizan las funciones antes mencionados se denominan nutrientes y se dividen en dos grandes grupos.

1. MACRONUTRIENTES

Son los componentes mayoritarios dentro de los alimentos y se clasifican en: **carbohidratos, proteínas, lípidos y grasas.**

El agua, por ejemplo, puede ser considerada como un micronutriente que actúa como un vehículo para los nutrientes y productos residuales.

A. CARBOHIDRATOS

Dan energía al cuerpo y se encuentran en los granos como el maíz, arroz, trigo y sus derivados (tortillas, tamales, pupusas, pastas, pan francés y otros).

En vegetales como la yuca, papa y camote y en los azúcares de caña, remolacha, miel y panela; en el plátano que tiene un alto contenido de harina y azúcares.

B. PROTEÍNAS

Forman parte de todos los tejidos del cuerpo (músculos, huesos, dientes, sangre y otros), proporcionan energía y se encuentran en alimentos como: aves, pescado, mariscos, carnes, lácteos, huevos y otros alimentos de origen animal. En vegetales se encuentra en las leguminosas: frijoles, frijol de soya, lentejas, y semillas.

C. LÍPIDOS O GRASAS

Las grasas alimenticias están constituidas por mezclas de triglicéridos. Los ácidos grasos pueden dividirse en saturados e insaturados. Los que se encuentran en las grasas de origen animal son los saturados.

Entre los insaturados en principal es el ácido oleico presente en todos los aceites, principalmente en el aceite de oliva y girasol, aguacates y aceitunas u olivas. El ácido linoleico está presente en grandes cantidades en los aceites de semillas (maíz, soya y girasol). Pertenece a la familia de los omega 6.

2. MICRONUTRIENTES

Tradicionalmente se han considerado como micronutrientes a las vitaminas y los minerales, pero el avance de la nutrición moderna va descubriendo químicamente micronutrientes muy distintos a las vitaminas y los minerales.

A) VITAMINAS

Son elementos esenciales para la vida que el organismo no puede sintetizar, por lo que se han de aportar en la dieta. Se dividen en liposolubles (A, D, E, K) e hidrosolubles (B Y C)

- ✓ **Vitamina A.** está presente en alimentos de origen animal (hígado, productos lácteos, pescado). Se encuentra también en vegetales de color amarillo y naranja como: zanahoria, calabaza, verduras de hoja oscura, tomates, naranja. Su carencia o déficit produce enfermedades de la visión, de la piel mucosa.

- ✓ **Vitamina del complejo B** este componente: tiamina (B1). Riboflavina (B2), niacina (B3) cianocobalamina (B12) entre otras. Ayudan al buen funcionamiento del sistema nervioso y de los músculos, aprovechan adecuadamente los carbohidratos de los alimentos. Las encontramos en carnes, vísceras, huevos, leche, productos lácteos, pescado, aves, cereales enriquecidos, hojas de color verde y otros.

- ✓ **Vitamina C** es necesaria para mantener normales los vasos sanguíneos, evitar las hemorragias y cicatrizar heridas. Es importante para la absorción del hierro que proviene de alimentos de origen vegetal; ayuda a la calcificación de los huesos y defiende el cuerpo de las infecciones. Se encuentran principalmente en frutas como la naranja, limón, mango, sandía, papaya, guineo y en aquellas frutas y verduras que se consumen crudas.

B) MINERALES

Al igual que las vitaminas, son indispensables para el funcionamiento del cuerpo

- a) **Hierro:** ayuda en la formación de la sangre y en el transporte de oxígeno a las células. Se encuentra en el hígado, las carnes rojas, huevo, frijol y hojas comestibles de color verde intenso.
- b) **Calcio:** ayuda a formar huesos, dientes, a la contracción de los músculos y a la coagulación de la sangre. Se encuentran en la leche, cuajada y otros lácteos.
- c) **Yodo:** es indispensable para la producción de las hormonas tiroideas, esenciales para el buen funcionamiento y desarrollo normal del cerebro y sistema nervioso; este se encuentra principalmente en mariscos, pescados de agua salada y sal yodada.

2.2.2 GRUPOS BÁSICOS DE LA ALIMENTACIÓN

Para crecer sanos y fuertes, para jugar y estudiar, el niño, y la niña y toda la familia, necesitan energía que proviene de los nutrientes contenidos en los alimentos, que deben ser nutritivos, frescos, limpios, variados y combinarse adecuadamente.

Los alimentos se dividen en 6 grupos básicos:

1. Granos, raíces, plátano.

Los alimentos que conforman este grupo proporcionan al organismo nutrientes como carbohidratos, fibra y vitaminas como la tiamina B1.

Los cereales y leguminosos proporcionan además otros nutrientes como proteínas, grasas y minerales como el hierro, calcio y fósforo.

2. Frutas.

Las frutas son fuente principal de muchas vitaminas, minerales, agua y fibra y son muy bajas en proteínas y grasas.

La mayor parte de las frutas frescas contienen vitamina C, pero las frutas cítricas la contienen en mayor cantidad.

3. Verduras y hojas verdes.

Las verduras proporcionan al organismo vitaminas A, C, K y minerales como hierro, ácido fólico; además contiene potasio, sodio, agua y fibra.

4. Carnes aves y mariscos.

Las carnes en general, especialmente las vísceras, son las principales fuentes de hierro, vitamina A y vitaminas del complejo B. los mariscos son fuentes de yodo y fosforo.

5. Huevos, leche y derivados.

El huevo es fuente de proteínas de alta calidad, vitamina A y hierro. La leche y sus derivados es también una fuente importante de proteínas que ayudan al crecimiento; además es rica en calcio que ayuda a la formación de los huesos y dientes. También fosforo y vitamina A, D y riboflavina.

6. Grasas y azúcares.

Este grupo de alimentos proporcionan principalmente energía, que proviene de los carbohidratos y grasas. Las grasas facilitan la absorción de la vitamina A, D y E. Los azúcares proporcionan carbohidratos que se convierten en energía.

El consumo variado en calidad y cantidad adecuada de los alimentos que conforman los grupos anteriores conduce a una alimentación balanceada y saludable y es importante asegurarse que los niños y niñas en edad pre escolar, escolar y adolescencia lo consuman para el desarrollo óptimo de su capacidad de aprendizaje”. (MINED, *Guía de alimentación, Programa de Alimentación y Salud Escolar, 2009-2014* pág.1, 2 y 3)

2.2.3 PRINCIPIOS DE UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE.

Una alimentación que cubra nuestras necesidades de nutrientes y garantice la salud, requiere de la combinación adecuada de alimentos lo que hace necesario conocer los nutrientes que estos

contienen, las combinaciones adecuadas, los alimentos que hay que evitar y muchos otros aspectos.

Los principios de una alimentación saludable en el contexto escolar, implica emprender acciones para fomentar el consumo de alimento con alto valor nutritivo en las escuelas, a la vez intervenir en las tiendas escolares, a fin de modificar y mejorar la disponibilidad de productos, alimentos y bebidas que se ofrecen a los estudiantes.

A continuación, se desarrollan algunos de los principios para una alimentación saludable que deben aplicarse en la tienda escolar.

Primer principio

Consumir diariamente una alimentación variada (granos, raíces, plátanos, verduras, hortalizas, hojas verdes, frutas, huevos, lácteos, carnes, aves, pescados y otros).

Segundo principio

Disminuir / eliminar el consumo de alimentos altos en sodio (sal), azúcares y grasas saturadas.

Este principio es de gran importancia para garantizar la salud de los y las estudiantes y la razón principal para supervisar los alimentos que se encuentran en la tienda escolar.

Tercer principio

Tomar diariamente por lo menos 8 vasos de agua segura. Promover el consumo de agua segura. El agua es necesaria para garantizar el buen funcionamiento del organismo para evitar problemas renales y No debe ser sustituida por otra bebida. La cantidad debe adecuarse a la actividad física de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes. (*MINED, Guía de alimentación, Programa de Alimentación y Salud Escolar, 2009-2014, pág. 4*)

2.2.4 ALIMENTACIÓN SALUDABLE EN LA PRIMERA INFANCIA.

La nutrición adecuada durante la infancia y niñez temprana es fundamental para el desarrollo del potencial humano completo; el período entre el nacimiento y los dos años de edad es una ventana de tiempo crítico para la promoción del crecimiento, la salud y desarrollo óptimo.

“El hambre y la desnutrición desde la infancia limitan el sentido de pertenencia de los niños y niñas y sus familias, crean problemas de salud, reducen el desarrollo cognitivo y el rendimiento escolar, y generan una inadecuada inserción productiva, aumentando la vulnerabilidad y la marginalidad social, es decir, disminuyen las posibilidades de una inclusión social plena y afectan la cohesión social, la gobernabilidad y la democracia.” (*Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional, 2011-2015, pág. 17*)

Según “La Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) recomiendan: Que todos los niños y niñas reciban lactancia materna exclusiva a partir del nacimiento y durante los primeros seis meses de vida ya que la leche materna proporciona todos los nutrientes requeridos por los lactantes, es digerida más fácilmente que los sucedáneos y proporciona agentes antibacterianos y antivirales que protegen al lactante contra enfermedades, reduce al mínimo la exposición a los patógenos que colonizan el agua y los alimentos y ayuda también al desarrollo del sistema inmune”. (*MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA Y ASISTENCIA SOCIAL, Guía de alimentación y nutrición de la familia salvadoreña por grupos etareos, 2009, pág. 7*)

“La leche materna es el alimento más completo para los bebés, por eso debe recomendarse la lactancia materna exclusiva hasta los 6 meses de edad”. (*MINED, Guía didáctica sobre salud, alimentación y nutrición, 2006, pág. 35*)

2.2.5 ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN DE NIÑOS Y NIÑAS EN EDAD ESCOLAR.

En general, la alimentación de los niños y niñas en edad escolar no deben de adoptarse normas nutricionales rígidas, recomendándose las dietas individualizadas. Deben tenerse en cuenta la preferencia de los niños y niñas sobre los distintos alimentos y su actividad física.

“Al consumir un menú variado se cubren las necesidades nutricionales diarias. Por tal razón es aconsejable acostumbrarle a realizar los tres tiempos de comida y uno o dos refrigerios diarios (desayuno, almuerzo, refrigerios y cena), procurando un buen ambiente, relajado, evitando la ingesta de alimentos entre horas”. (*MINED, Guía didáctica sobre salud, alimentación y nutrición, 2006, pág. 43*)

Así mismo “Los problemas de malnutrición en períodos críticos de la vida resultan en serias consecuencias para la vida, es difícil contabilizar y mostrar los daños que producen a la salud, la sobrevivencia, la capacidad intelectual, el rendimiento escolar y el desarrollo social y económico de las personas y del país. La desnutrición, aun la leve y la moderada, es una amenaza a la vida, ya que un niño o una niña con desnutrición moderada tiene un riesgo seis veces mayor de morir. Estudios realizados muestran una relación entre la inseguridad alimentaria en los hogares y el riesgo en el desarrollo mental de niñas y niños pequeños, y las repercusiones en la etapa escolar. (Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional, 2011-2015, pág. 16)

✓ ESCOLARES (DE 7 A 12 AÑOS DE EDAD)

“Esta etapa es considerada como escolar a los niños y niñas de 7 hasta los 12 años de edad, previa a la pubertad, tiende a ser más estable en cuanto a la alimentación. El crecimiento lineal es de entre 5 y 6 cm por año y el aumento ponderal medio es de 2 kg anual en los primeros años y de 4 a 4,5 kg cerca de la pubertad.

El niño ya escolarizado, aumenta progresivamente su actividad intelectual, y produce mayor gasto calórico por la práctica deportiva.

a) CARACTERÍSTICAS:

En general, comienza a aumentar la ingesta alimentaria, aunque esta puede ser de baja calidad nutricional, sobre todo cuando se realiza fuera del hogar en forma de dulces, chucherías y los llamados “alimentos chatarra”, que suelen ser productos elaborados con elevadas cantidades de grasa saturada, azúcar, colesterol, energía y con pocos micronutrientes. Con frecuencia se utilizan como recompensa o entretenimiento. Se debe procurar su sustitución progresiva por alimentos con mayor contenido en vitaminas, minerales y con menos calorías. La eliminación total de estos productos chatarra no es aconsejable por su fácil acceso, la publicidad y el gusto por ellos, siendo mejor estrategia su disminución escalonada. Por este motivo es muy importante insistir en la calidad nutricional de refrigerios, promoviendo el consumo de frutas, cereales, lácteos u otros alimentos con mayor calidad nutricional.

b) REQUERIMIENTOS:

El niño en esta edad necesita: 2,000 kcal (70 kcal/kg peso/día). Aporte proteico de 1 g/kg peso/día (OMS, RDA)

Como en otras etapas de la vida si el agua de consumo es baja en flúor debe administrarse, según las RDI 1mg/día entre los 4 y los 8 años de edad y 2 mg/día entre los 9 y los 13 años de edad.

c) RECOMENDACIONES DIETÉTICAS:

La ingestión de alimentos debe ser, asimismo, de todos los grupos, aunque en mayor proporción, debiéndose mantener la misma distribución dietética a lo largo del día y la proporción de los principios inmediatos, como se mencionan posteriormente.

De nuevo cabe recordar la importancia del desayuno, que contribuye a conseguir unos aportes nutricionales más adecuados, evita o disminuye el consumo de alimentos menos apropiados (chucherías, azúcares, etc.), puede contribuir a la prevención de la obesidad y mejora el rendimiento intelectual y físico. El desayuno debe contener preferentemente hidratos de carbono para su mejor control de saciedad, con mayor proporción de alimentos ricos en lípidos. Se aconseja preferentemente la traída compuesta por lácteos, cereales y frutas o jugo de fruta fresca, que podría complementarse con otros alimentos proteicos como huevos, jamón, etc., hasta llegar al 20-25% de las necesidades energéticas diarias:

- 25% con el desayuno.
- El 30% con el almuerzo.
- El 15% con la merienda.
- Y el 30% con la cena.

(MINED, Guía didáctica sobre salud, alimentación y nutrición, 2006, pág. 44 y 45)

Alimentación en niños/as escolares y adolescentes.

- Desarrollo del pensamiento, el lenguaje y la memoria.

Durante este período se aprecian también múltiples estímulos en forma simultánea y la atención se desarrolla aún más con mejoramiento constante en el aprendizaje y la memoria

- La alimentación comienza a estar regida por sus propios gustos y al margen de la tutela familiar.
- Es frecuente que los adolescentes omitan comidas, sobre todo el desayuno y almuerzo.
- Consumen gran cantidad de tentempiés, prefieran comidas rápidas de elevada densidad energética y bajo contenido de vitaminas y minerales, alimentos fritos, refrescos y dulces.
- Bajo consumo de frutas y vegetales.
- Por otra parte, con frecuencia utilizan dietas no convencionales para subir o bajar de peso
- No siempre realizan la cantidad de ejercicio físico recomendable en esta etapa de la vida
- Algunos consumen alcohol y tabaco. (*Dra. Tamara Díaz Lorenzo, Asesora de CENDIS DE NUTRICION, CENDI I PRIMARIA, NUTRICION DE NIÑAS Y NIÑOS EN EL CENDI I PRIMARIA, COLIMA, Enero 2016*)

2.2.6 NUTRICIÓN Y APRENDIZAJE

La capacidad intelectual está relacionada con la capacidad de aprender y de aplicar apropiadamente lo aprendido y, a la vez, el aprendizaje y la capacidad de aplicar lo aprendido está estrechamente vinculada con la nutrición humana, y son producto del desarrollo del sistema nervioso.

La desnutrición durante el periodo preescolar y escolar es una condición que, unida a limitantes de índole psicosocial, constituye un factor muy importante de riesgo en el desarrollo cognitivo y en la escolaridad del niño/a.

El estado de desnutrición afecta al escolar, fundamentalmente si es severo, parece afectar la capacidad del escolar para atender y procesar la información. (*Elementos de Nutrición Humana, Zoila Rosa Marín Rodríguez, 1979. Pág. 16*)

Requerimientos de energía en la edad escolar

Una adecuada alimentación es importante para el óptimo crecimiento de las niñas/os en edad escolar, por ello es indispensable conocer los aspectos nutricionales que garanticen la

alimentación variada y balanceada, la cual constituye la principal fuente de energía del organismo.

La energía se necesita fundamentalmente para mantener las células en su continua renovación de todos los tejidos del cuerpo y para garantizar la actividad física diaria. La energía es suministrada al organismo por los alimentos que se ingieren, para el desarrollo y mantenimiento del cuerpo de las niñas/os.

Los escolares tienen mayores exigencias de nutrientes que los adultos ya que se encuentran en un periodo de crecimiento y desarrollo continuo. De esta forma, los requerimientos nutricionales de la niña/o en edad escolar están relacionados al incremento de las actividades no solo físicas, sino también intelectuales que desarrolla en la escuela. El trabajo mental requiere de mucha energía, por lo tanto, las niñas/os requieren de un cuidado muy especial en su alimentación diaria. Para alcanzar estos requerimientos es necesario tener una alimentación balanceada, ya que los alimentos contienen los nutrientes en cantidades variables y por lo tanto es necesario ingerirlos de una manera equilibrada para evitar déficits o excesos. *(Ministerio del Poder Popular para la Alimentación, República Bolivariana de Venezuela, 2011. págs. 10 y 11)*

2.2.7 FACTORES QUE INFLUYEN EN LAS NECESIDADES DIARIAS DE LOS ALIMENTOS.

1. **EDAD:** el crecimiento es más rápido durante los primeros 5 años de vida y hace que el cuerpo tenga una alta demanda de nutrientes; por ejemplo, un niño o niña, a los seis meses de vida pesa el doble de cuándo nació. Las necesidades nutricionales en proporción a cada kilogramo de peso corporal son mucho más altas en este periodo que en etapas posteriores de la vida. Por consiguiente, niños y niñas menores de 5 años sus necesidades nutricionales son más altas que los adultos.
2. **SEXO:** las necesidades de casi todos los nutrientes, son por lo general mayores en el sexo masculino (hombres) que en el femenino (mujeres), debido a su estructura ósea, metabolismo corporal y otros; a excepción del mineral hierro, del cual, las necesidades son mayores en las mujeres a partir de los 12 años, donde generalmente se inicia la

menstruación. Las necesidades de energía en los hombres son mayores a partir de los 5 años de edad y las de proteínas, a partir de los 12 años. De lo anterior expuesto, existe variación cuando la mujer está embarazada o en periodo de lactancia.

3. EMBARAZO: una mujer embarazada bien nutrida, debe recibir durante todo su embarazo 300 calorías adicionales a su consumo normal. Esto, implica que debe aumentar la cantidad de alimentos que consume en cada tiempo de comida o aumentar el número comidas al día. Una mujer con deficiencia de peso antes del embarazo, con mayor razón necesitara aumentar las cantidades diarias de alimentos.
4. LACTANCIA MATERNA: para poder producir suficiente leche sin reducir las reservas de su organismo, la mujer necesita consumir diariamente una cantidad adicional de 500 calorías, mientras dura la lactancia, cantidad que como se puede notar, es superior a la requerida durante el embarazo. La lactancia requiere asimismo una mayor ingesta de líquidos. Es conveniente hacer tres comidas principales y tres refrigerios (mañana, tarde y noche).
5. ACTIVIDAD FÍSICA: la actividad física diaria de las personas, marca las necesidades de energía o calorías a consumir, es decir, a mayor actividad física, mayor necesidad de calorías. Por ejemplo, los niños y las niñas en condiciones de salud adecuadas, que realizan juegos de mucha actividad (correr, saltar, nadar y los deportes), necesitan más energía que aquellos niños y niñas con poca actividad física.
6. ENFERMEDAD Y CONVALECENCIA: las enfermedades, especialmente las infecciosas, aumentan las necesidades de energía y de nutrientes, debido a la destrucción de tejidos que ocasionan, ejemplo de estas infecciones son: las respiratorias agudas, sarampión, episodios recurrentes de diarrea y otras.

Durante las enfermedades, se pierde el apetito y generalmente se comete el error de suspender la alimentación, lo cual es contraproducente. Si la enfermedad se mantiene por muchos días y la cantidad de alimentos se reduce por periodos prolongados, se llega a un

estado de desnutrición grave, exponiéndose la persona a morir. (MINED, *Guía didáctica sobre salud, alimentación y nutrición, 2006, pág., 50 y 51*)

2.2.8 FACTORES QUE AFECTAN EL ESTADO NUTRICIONAL

➤ CANTIDAD Y CALIDAD DE LOS ALIMENTOS CONSUMIDOS.

“La cantidad y calidad de los alimentos consumidos por el organismo humano, está determinada por la decisión de la familia en la compra de alimentos y por la distribución d estos, a nivel familiar. Estos factores a su vez estarán determinados por el nivel de ingresos, disponibilidad de los alimentos, tanto en la comunidad como a nivel familiar y por los conocimientos de la madre y el padre a cerca de la mejor manera de alimentar a cada miembro de la familia, lo cual está determinado por tradiciones familiares en cuanto a hábitos, costumbres, creencias y prácticas alimentarias a nivel del hogar”. (MINED, *Guía didáctica sobre salud, alimentación y nutrición, 2006, pág. 51*)

➤ CONOCIMIENTOS SOBRE NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN.

“Los conocimientos sobre que alimentos son fuentes de nutrientes son importantes para una adecuada selección de los alimentos del grupo familiar. Los conocimientos cobran mayor importancia porque ayudan a que seleccionen los alimentos de más bajo costo, pero con más valor nutritivo. La forma de prepararlos incide en la conservación o pérdida de sus nutrientes.

Es importante la educación formal y no formal y el papel de los maestros/as en el mejoramiento de la distribución alimentaria, tal como lo señalan expertos: “la justa repartición de los alimentos dentro del hogar, es un aspecto delicado que requiere especial atención por parte de maestros/as, padres y madres de familia. Es necesario que se reflexione sobre la necesidad de disponer de un sistema de repartición más equitativo, de acuerdo a las necesidades propias de cada miembro de la familia, estableciendo una distribución proporcional que las satisfaga”

➤ HÁBITOS Y CREENCIAS ALIMENTARIAS

Es importante que, desde la primera infancia, Parvularia y escolar, se fomente y logre que los niños y las niñas adquieran hábitos alimentarios que favorezcan una acertada selección, preparación, distribución y consumo de alimentos para asegurar la salud y la nutrición de los niños/as”. (MINED, *Guía didáctica sobre salud, alimentación y nutrición*, 2006, pág. 54)

2.2.9 RELACIÓN ENTRE SALUD, NUTRICIÓN Y RENDIMIENTO ESCOLAR.

A) RELACIÓN ENTRE NUTRICIÓN Y SALUD.

“El término Salud se refiere a “un estado completo de bienestar físico, mental y social y no solamente a la ausencia de enfermedad”

¿Cómo se relaciona la nutrición de una persona con su salud?

Así como el estado nutricional de una persona está íntimamente relacionado con su salud, la desnutrición lo está con las enfermedades.

La relación entre la desnutrición y las enfermedades ha sido estudiada por investigadores de la salud desde hace mucho tiempo, de tal manera que se ha comprobado que los niños y las niñas que sufren desnutrición, son los/as que padecen más infecciones y enfermedades, lo que deteriora más rápido su condición nutricional.

La desnutrición y las enfermedades en la población de escasos recursos económicos, forman un complejo, que es la causa de más de la mitad de las muertes en la población en general y de casi el total de las que ocurren en menores de cinco años, aunque no se toma la desnutrición como la causa de la muerte, sino que, en su lugar, se reportan diferentes enfermedades.

B) RELACIÓN ENTRE SALUD, NUTRICIÓN, APRENDIZAJE Y RENDIMIENTO ESCOLAR.

El proceso de aprendizaje en el niño y la niña, está condicionado por diversos actores, siendo los intelectuales y emocionales muy importantes. Estos, a su vez, son el resultado de la interacción

de factores biológicos (salud/nutrición, herencia y otros) y sociales (estímulos del medio y personas que los rodean).

Los factores biológicos: desnutrición energético-proteica, anemia por deficiencia de hierro, deficiencia de yodo y de vitamina A, así como infecciones por parásitos, pueden disminuir la capacidad intelectual y emocional del niño/a en el proceso de aprendizaje.

1. Desnutrición energética proteica.

La desnutrición energética proteica tiene dos efectos negativos:

- ✓ A nivel de cerebro, afecta su tamaño y el número de células nerviosas.
- ✓ A nivel de sistema de defensa, el organismo se debilita y se vuelve vulnerable a las enfermedades; lo que repercute en el poco deseo para desarrollar actividades físicas.

La desnutrición energético-proteica, causada por una dieta deficiente, generalmente se encuentra en poblaciones muy pobres. La mayoría de los niños/as que la padecen, nacen y se desarrollan en un ambiente sin higiene y con muy pocos estímulos psico- sociales y educativos, expuestos a agentes generadores de enfermedades como diarreas, infecciones respiratorias, sarampión, y otras. El mayor riesgo se presenta en niños/as desnutridos/as menores de 2 años.

Los resultados de estudios afectados muestran que la desnutrición energético proteica, condiciona el rendimiento escolar y la repitencia escolar.

La desnutrición energético-proteica, especialmente cuando se ha presentado en periodos repetitivos durante el primer año de vida y en la primera infancia, provoca pasividad y disminución de la actividad, de la motivación e interés por lo que sucede a su alrededor; también hay disminución de la atención en clases.

2. Deficiencia de hierro.

La anemia por deficiencia de hierro afecta negativamente y de diversas maneras la capacidad del niño y de la niña para aprender. Se ha observado que los niños/as escolares con deficiencia de hierro, disminuyen su atención y concentración en el aula, lo que altera su aprendizaje.

3. Deficiencia de yodo.

Las consecuencias de deficiencia de yodo repercuten en el rendimiento escolar; está asociada con la disminución de la inteligencia, el retraso psicomotor y problemas del sistema nervioso y con el “cretinismo” que es un problema de retardo mental. Se ha comprobado que la mayoría de niños/as que viven en zonas con deficiencia de yodo, padecen de sordera.

4. Deficiencia de vitamina “A”

¿Qué es la vitamina “A”? es un nutriente importante para el organismo. Su función principal es mantener la superficie del ojo húmeda y sana, siendo esencial para la visión, especialmente por la noche. La vitamina “A” protege los tejidos húmedos (mucosas) del organismo, como boca, vías respiratorias y otros. Por esta razón, protege de esas infecciones a niños y niñas”. (MINED, *Guía didáctica sobre salud, alimentación y nutrición, 2006, pág. 78*)

“La deficiencia de vitamina “A”, con frecuencia va acompañada de desnutrición energético proteica, que ocasiona en las primeras fases dificultades para ver, especialmente en las últimas horas de la tarde; en casos extremos y en las etapas más avanzadas de deficiencia, puede causar ceguera, siendo este daño irreversible. Debido a lo anterior, la deficiencia de vitamina “A” al ocasionar problemas de visión, incide en la concentración y el aprendizaje.

Los niños/as, que tienen deficiencia de este nutriente son más propensos/as a padecer de infecciones respiratorias, de sarampión grave y de diarrea, por lo que no asisten a clase y baja su rendimiento escolar.

Para que un(a) niño(a) tenga un buen aprendizaje y buen rendimiento escolar, además de condiciones apropiadas de salud y nutrición, es importante que reciban una estimulación adecuada en su medio ambiente.

Es particularmente importante que los padres y las madres, además de darles de comer, dediquen tiempo a sus hijos e hijas para: jugar con ellos, escucharlos y platicar, ayudarles en sus tareas escolares, demostrarle su cariño, decirles y demostrarles que son importantes en la familia.

Esto influirá en forma positiva, en el desarrollo intelectual del niño/a y mejorará su rendimiento escolar. Los padres y madres deben evitar: la falta de comunicación, los castigos físicos, las agresiones verbales y la indiferencia.

C) APOYO DEL REFRIGERIO ESCOLAR A LA JORNADA ESCOLAR.

El hambre pasajera, o el hambre que siente el niño o la niña en la escuela cuando llega sin haber comido, disminuyen su capacidad de concentración y aprendizaje. En condiciones de hambre todas las células del organismo y particularmente las células cerebrales, carecen de la energía necesaria para su adecuado funcionamiento. Por lo anterior un niño o una niña con hambre se distrae y es poco atento a los estímulos ambientales, generalmente es pasivo intelectualmente.

La respuesta al hambre incide directamente en la capacidad de aprendizaje del niño o la niña, generalmente no mostrará curiosidad ni deseos de realizar actividades de exploración, indispensables para el aprendizaje.

Los niños y niñas deben comer antes de irse a la escuela, la falta de desayuno o almuerzo en los escolares, trae como consecuencia que se duerman en clase o su atención y concentración disminuyan.

El Programa de Alimentación Escolar, pretende evitar el hambre inmediata o pasajera, proporcionando un refrigerio escolar, con el fin de suplir parte de las necesidades diarias de nutrientes vitales para el buen desempeño de los niños/as pre-escolares y escolares.

El refrigerio escolar será de gran beneficio para mantener la salud y nutrición adecuada en los escolares, debe contener las raciones alimentarias nutritivas y que sean preparadas y servidas higiénicamente; debe ser consumido en las primeras horas de la jornada escolar, lo que contribuirá a mejorar la atención y el rendimiento en los niños y las niñas”. (MINED, *Guía didáctica sobre salud, alimentación y nutrición*, 2006, pág. 67, 68, 69, 70)

2.2.10 PRINCIPALES RECOMENDACIONES PARA UNA BUENA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN.

El personal de salud debe fomentar un buen estado de salud y nutrición de la familia a través de las once recomendaciones básicas que se detallan a continuación:

1. Consuma una alimentación variada.
2. Incluya en todos los tiempos de comida, granos, raíces y plátanos.
3. Coma todos los días tortillas y frijoles.
4. Coma todos los días verduras y hojas verdes (chipilín, hierba mora y espinaca)
5. Incluya frutas de estación en su alimentación diaria.
6. Coma por lo menos 3 veces por semana huevo, leche y sus derivados.
7. Coma carnes, hígado u otras vísceras por lo menos una vez a la semana.
8. Asegúrese que la sal que consume este fortificada con yodo.
9. Asegúrese que el azúcar que consume este fortificada con vitamina A.
10. Tome abundante agua todos los días.

En cada tiempo de comida se incluya alimentos ricos en hierro como: frijoles, hígado de pollo o res y hojas verdes y que estos sean acompañados de un alimento rico en vitamina C, como: naranja, piña, guayaba, limón, mandarina, tomate, con el fin de mejorar la absorción del hierro. *(MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA Y ASISTENCIA SOCIAL, Guía de alimentación y nutrición de la familia salvadoreña por grupos etareos, 2009, pág. 13)*

ES IMPORTANTE PREVENIR LA DESNUTRICIÓN PARA:

- Que los niños/as crezcan y se desarrollen adecuadamente.
- Que no se enfermen o se enfermen menos.
- Evitar que tengan dificultades de aprendizaje y bajo rendimiento.
- Lograr niños/asmás activas/as con deseos de explorar lo que les rodea.
- Logar niños/as con deseos de interactuar.
- Desarrollar en los niños/as, todas sus potencialidades y que se desenvuelvan mejor en su medio ambiente. *(MINED, Guía didáctica sobre salud, alimentación y nutrición, pág. 77)*

Al mismo tiempo la desnutrición se previene para:

- ❖ Evitar la pérdida de cabello.
- ❖ Ser alegre, dinámico y muy sociable.
- ❖ Mejorar la capacidad física para el trabajo y el estudio.
- ❖ Crecer sanos y con un desarrollo normal.
- ❖ Evitar una estatura baja y alteraciones en la inteligencia.
- ❖ Lograr el peso adecuado, de acuerdo a la edad.
- ❖ Garantizar un buen rendimiento escolar y una mayor producción en el trabajo.

SIGNOS DE DESNUTRICIÓN:

- Caída del cabello.
- Aspecto triste.
- Intensa pérdida de músculos.
- Abdomen abultado.
- Falta de apetito.
- Inflamación de cara, brazos y piernas.
- Pérdida de grasa.
- Peso muy bajo (menos del 60% de su peso normal, según su edad). (*MINED, Guía didáctica sobre salud, alimentación y nutrición, 2006, pág. 83*)

2.2.11 ¿POR QUÉ CONTRIBUIR A MEJORAR LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN?

PRIMERO: Porque la alimentación es un derecho humano

El Gobierno de El Salvador en el decreto N°.63 de creación del Consejo Nacional de Seguridad Alimentaria, en octubre del 2009 ha reconocido a la alimentación como un derecho humano fundamental y se ha comprometido a desarrollar las acciones necesarias para respetar facilitar y asegurar su cumplimiento.

El derecho a la alimentación es: “El derecho de toda persona a tener en forma oportuna y permanente, acceso físico, económico y social, a una alimentación adecuada, en cantidad y calidad, con pertinencia cultural, así como a su adecuado consumo y aprovechamiento biológico que le garantice el disfrute de una vida saludable y productiva”. Además, este derecho ha sido ratificado por el Estado en numerosos tratados internacionales y declarado en la Constitución.

El derecho a la educación implica que la misma sea:

- ✓ Suficiente: en cantidades que satisfagan las necesidades de cada persona.
- ✓ Variada: que incluya diferentes tipos y colores de alimentos.
- ✓ Sostenible: que pueda obtenerse durante todo el tiempo.
- ✓ Inocua: que sea libre de microorganismos o sustancias tóxicas, guardando las medidas higiénicas respectivas.
- ✓ Respetuosa de cada cultura: que concuerde con las costumbres de la población.
- ✓ Disponible: puede encontrarse en la comunidad.
- ✓ Accesible económica y físicamente: que pueda obtenerse y ponerse a disposición de los miembros de la familia.

Al ratificar el derecho a la alimentación el Estado de El Salvador y las instituciones que lo conforman están obligados a:

- ✓ Respetar el derecho y evitar acciones que tengan por resultado un impacto negativo sobre este.
- ✓ Defender, proteger y hacer cumplir este derecho, diseñando programas y destinando recursos para su implementación.
- ✓ Facilitar el cumplimiento, ejecutando estrategias para garantizar medios de vida y la Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN). (*Programa de Alimentación y Salud Escolar 2009-2014 pág. 11*)

SEGUNDO: Porque la malnutrición tiene consecuencias importantes en la salud, el crecimiento y desarrollo de los individuos

- ✓ Los problemas de malnutrición en periodos críticos de la vida conllevan serias consecuencias para el desarrollo, aunque es difícil contabilizar y mostrar el daño que la malnutrición produce a la salud, la sobrevivencia, la capacidad intelectual, el rendimiento escolar y el desarrollo económico y social del país. (*Programa de Alimentación y Salud Escolar 2009-2014* pág. 13)

2.2.12 DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA DE ALIMENTACION Y SALUD ESCOLAR (PASE)

“El Programa de Alimentación y Salud Escolar, tiene tres componentes principales:

1. **Refrigerio Escolar.** Consiste en proporcionar alimento en cada centro educativo, entregándoles una dotación de arroz, frijol, aceite, bebida fortificada, leche y azúcar, compuesta por una ración diaria para estudiante que asiste a clases.

Estos alimentos se preparan con la colaboración de madres de familia, utilizando insumos proporcionados por la misma comunidad, como hierbas, verduras, condimentos, sal, gas o leña, entre otros.

2. **Fortalecimiento y Desarrollo de la Comunidad Educativa.** Para tal propósito se elaboran materiales didácticos y se capacita a directores docentes, estudiantes, madres y padres de familia, en temas como:
 - ✓ Hábitos higiénicos en preparación y manipulación de alimentos.
 - ✓ Almacenamientos y conservación de alimentos.
 - ✓ Normas técnicas y administrativas del Programa.
 - ✓ Seguridad Alimentaria y Nutricional.

3. **Huertos Escolares.** Con este componente se promueve el cultivo de huertos dentro de las escuelas o en terrenos aledaños a ellas. esto se hace de manera focalizada con instituciones y organismos de cooperación que brindan la asistencia técnica necesaria para su implementación.

El propósito principal de esta iniciativa es incentivar a autosuficiencia y el trabajo productivo, partes esenciales de la Seguridad Alimentaria, al mismo tiempo que con los alimentos cosechados se enriquece el refrigerio escolar”. (*Programa de Alimentación y Salud Escolar 2009-2014* pág. 9 y 10)

2.2.13 ALIMENTOS DEL REFRIGERIO ESCOLAR

Las etapas de la preparación de los alimentos se realizan de la siguiente manera:

1. **Selección de alimentos:** consiste en hacer una lista de insumos a utilizar para preparar.
2. **Higienización de los alimentos:** consiste en limpiar los utensilios de cocina, al igual que todos los alimentos a utilizar ese día.
3. **Preparación previa:** se refiere al momento de pelar, cortar, moler, colar, y deshacer cualquier alimento.
4. **Preparación final:** es cuando inicia el proceso de cocción, freír, asar, u hornear los alimentos. (MINED *Programa de Alimentación y Salud Escolar, 2009-2014, Recetario* pág. 6)

Organización para preparar el refrigerio escolar.

Existen medidas prácticas para organizarse en los Centros Educativos entre las que se proponen.

“Primero, elaborar una programación que detalle la participación de madres voluntarias en la preparación de los alimentos diariamente.

Como segundo paso, realizar una asamblea donde se presenta la programación y el menú seleccionado para el mes, el cual sabe ser uno de los que contiene este documento. Si se quiere modificar el menú, este será el momento adecuado para plantearlo.

Para el menú mensual seleccionado se recomienda hacer uso de un programador en el cual se detalla el día y tipo de alimento a preparar.

Esto también ayuda a determinar los insumos alimentarios que se necesitan para hacer el refrigerio.

Recomendaciones

- Formar comités en los Centros Educativos, para que colaboren con los encargados del programa en las siguientes tareas: organización de grupos encargado de cocinar, el traslado y almacenaje de alimentos y la reparación del refrigerio escolar.
- Organizar los grupos rotativos de docentes responsables del programa, afín de distribuir la carga de trabajo de manera equitativa entre todo el personal.
- Organizar los grupos rotativos para la preparación y entregar el refrigerio escolar entre las madres y familias.
- Planificar el menú mensual o quincena. Es importante recordar que el menú debe ser variado.
- Utilizar como guía el presente recetario para elaborar menús variados que contengan diferentes platillos que, además de ser nutritivos, gusten los niños.

El Centro Escolar debe propiciar la unificación de los esfuerzos de la comunidad educativa para el bienestar de todos, especialmente de sus alumnos.

Recomendaciones higiénicas.

Las enfermedades gastrointestinales pueden transmitirse de personas a personas, por ejemplo, cuando se consumen alimentos preparados con las manos sucias y por personas enfermas.

Los alimentos deben prepararse y servirse en condiciones higiénicas adecuadas para asegurar que sus nutrientes sean aprovechados óptimamente por el organismo.

De ahí la importancia de practicar hábitos de higiene personal como:

- Lavarse las manos con agua y con jabón antes y después de comer y preparar los alimentos.

- Lavarse las manos después de usar la letrina, después de cambio de pañales sucios, después de trabajar con plantas animales o ambos.
- Mantener uñas cortas y limpias.
- Proteger cualquier herida o rasguño
- Bañarse y cambiarse ropa limpia todos los días.

Limpieza del Centro Escolar.

Para evitar las enfermedades no solamente se deben practicar hábitos de higiene personal adecuados, también es importante mantener el ambiente limpio de polvo, ya que a través de este se transportan los microbios que causan enfermedades.

Lavado de los utensilios.

Los utensilios deben lavarse bien con agua y jabón, antes de utilizarse, deben permanecer cubiertos y guardados en lugares adecuados evitando el contacto con moscas, cucarachas ratas, entre otros. Siempre deben estar en buen estado. Muchas veces, depende del trato que se les dé y del tiempo que tengan de estar en uso.

Para un mejor orden los utensilios deben estar limpios y colocados en un lugar aseado de la cocina”. (MINED *Programa de Alimentación y Salud Escolar, 2009-2014 Recetario* pág. 7 Y 8).

2.2.14 ALMACENAMIENTO Y CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS.

Los alimentos son muy valiosos, por lo que es necesario protegerlos. Además, al almacenar los alimentos correctamente, mantienen mejores características como: el valor nutritivo, el color, el olor y la conciencia.

1. El almacenamiento y conservación adecuada permite:

- Preservar la calidad de los alimentos almacenados.
- Evitar pérdidas por deterioro por: insectos, roedores u otras plagas.

- Prevenir enfermedades, infecciones e intoxicaciones, que son provocadas por alimentos descompuestos o contaminados

2. Alimentos perecibles y no perecibles

De acuerdo al tiempo en el que se pueden almacenar y conservar los alimentos, manteniendo su valor nutritivo, se clasifican en: perecibles o perecederos y no perecibles o no perecederos.

Perecibles o perecederos

Son los que pueden arruinar o descomponer fácilmente, tales como: aves, pescados, mariscos, vísceras (hígado, tripa, riño, y corazón,), leche líquida, verduras, huevos y frutas.

Algunos alimentos perecederos son más susceptibles que otros a contaminarse con microbios, entre ellos, los preparados con leche y huevo (budín, arroz en leche, poleada), las salsas de tomate y sopas con cremas.

No perecibles o no perecederos.

Son aquellos que tienen mayor duración. No se descomponen con facilidad por lo que pueden ser almacenados sobre tarimas en sacos, silos o recipientes limpios y bien tapados, en lugares secos y ventilados, ejemplo: arroz, frijol, maíz, sal, azúcar.

¿Qué necesitamos en la cocina del Centro Escolar?

- Tablas para picar
- Cuchillos con filo
- Ollas grandes con tapadera
- Sartenes grandes paletas de madera
- Cucharas de madera
- Cucharones
- Espátulas y volteadores
- Huacales grandes y pequeños

- Colador plástico
- Mantas para colar
- Mantas para cubrir los alimentos
- Peladores, molinillos, ralladores, cernidores, y otros.

MENÚ MENSUAL DEL REFRIGERIO ESCOLAR.

DÍAS SEMANAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	• Arroz con leche	• Frijoles guisados • Arroz blanco • Bebida fortificada	• Arroz frito • Leche fría con canela	• Pasteles de arroz rellenos de frijoles fritos • Bebida fortificada	• Arroz con vegetales • Bebida fortificada
2	• Fritura de frijoles • Arroz amarillo • Bebida fortificada	• Poleada (a base de arroz y leche)	• Arroz con vegetales • Bebida fortificada	• Empanada de arroz con frijoles • Leche con vainilla	• Enchiladas de arroz con picado de verduras • Bebida fortificada
3	• Pasteles de arroz rellenos de frijoles fritos • Bebida fortificada	• Arroz con leche	• Frijoles con vegetales • Arroz negrito • Bebida fortificada	• Sopa de arroz aguado • Leche con fresa	• Arroz frito • Bebida fortificada
4	• Pupusas de arroz con frijoles. • Bebida fortificada	• Poleada (a base de arroz y leche)	• Enchiladas de arroz con picado de verduras • Bebida fortificada	• Sopa de frijoles • Arroz con vegetales • Leche con canela	• Arroz amarillo • Bebida fortificada

RACIÓN DIARIA PARA CADA ESTUDIANTE.

ALIMENTO	RACIÓN EN GRAMOS	FRECUENCIA DE CONSUMO
Leche	30	2 veces a la semana
Frijol	30	2 veces a la semana

Arroz	40	Todos los días
Azúcar	25	2 veces a la semana
Bebida fortificada	15	3 veces a la semana
Aceite	8	Todos los días.

RACIÓN Y APORTE NUTRICIONAL DEL REFRIGERIO ESCOLAR.

ALIMENTO	RACIÓN EN GRAMOS	ENERGÍA	PROTEÍNAS
Leche	30	150Kcal	7.5grs
Frijol	30	97Kcal	6.5grs
Arroz	40	144Kcal	2.8grs
Azúcar	25	100Kcal	-----
Bebida fortificada	15	60Kcal	1.5grs
Aceite	8	72Kcal	-----
Total		623Kcal	18grs

(MINED, Programa de Alimentación y Salud Escolar, 2009-2014 Recetario pág. 9, 10, 11)

RECETAS

ALIMENTOS ELABORADOS CON ARROZ.

1. Arroz frito sencillo o arroz blanco
2. Arroz amarillo
3. Tortillas de arroz
4. Arroz frito con zanahoria
5. Arroz frito con hojas verdes
6. Arroz con vegetales
7. Arroz negro
8. Pupusas de arroz con frijoles
5. Arroz verde.

ALIMENTOS ELABORADOS CON FRIJOLES.

1. Casamiento con plátano maduro
2. Casamiento criollo
3. Frijoles molidos fritos
4. Enchiladas de arroz con frijoles molidos
5. Enchiladas con frijoles
6. Ensalada de frijoles
7. Frijoles en tomatada
8. Frijoles enteros fritos
9. Frijoles guisados con verduras
10. Sopa de frijoles con verduras
11. Sopa de frijoles.

ALIMENTOS ELABORADOS CON LECHE

1. Arroz con leche

2. Arroz especial con frutas y leche
3. Leche poleada

ALIMENTOS ELABORADOS CON BEBIDAS FORTIFICADA

1. Refresco de bebida fortificada
2. Atol de bebida fortificada.

(MINED, Programa de Alimentación y Salud Escolar, 2009-2014 Recetario pág. 13)

2.3 BASE JURÍDICA

2.3.1 EL DERECHO A LA ALIMENTACIÓN DE NIÑOS Y NIÑAS EN EL SALVADOR.

“El Gobierno de El Salvador, en el Decreto Ejecutivo No. 63 de creación del CONASAN, ha reconocido el derecho a la alimentación como un derecho fundamental de la humanidad, y se ha comprometido a desarrollar las acciones necesarias para respetarlo y protegerlo, así como para facilitar y asegurar su cumplimiento”. (*Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional 2011-2015, Pág. 16*)

2.3.2 DERECHO A LA ALIMENTACIÓN.

“El derecho a la alimentación está reconocido en la Declaración Universal de Derechos Humanos de 1948 como parte del derecho a un nivel de vida adecuado y está consagrado en el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales de 1966. Lo amparan asimismo tratados regionales y constituciones nacionales”.

(*Naciones Unidas Derechos humanos, Derecho a la Alimentación Adecuada, Folleto informativo N° 34, 2010, pág. 1*)

“El derecho a la alimentación es un derecho incluyente. No es simplemente un derecho a una ración mínima de calorías, proteínas y otros elementos nutritivos concretos. Es un derecho a todos los elementos nutritivos que una persona necesita para vivir una vida sana y activa, y a los medios para tener acceso a ellos”.

(*Naciones Unidas Derechos humanos, Derecho a la Alimentación Adecuada, Folleto informativo N° 34, 2010, pág. 3*)

2.3.3 EL VÍNCULO ENTRE EL DERECHO A LA ALIMENTACIÓN Y OTROS DERECHOS HUMANOS.

Los derechos humanos son interdependientes, indivisibles e interrelacionados. Esto significa que la violación del derecho a la alimentación puede menoscabar el goce de otros derechos humanos, como a la educación o a la vida, y viceversa. En el recuadro siguiente figuran algunos ejemplos de esta correlación.

El derecho a la salud. La nutrición es un componente tanto del derecho a la salud como del derecho a la alimentación. Cuando una mujer embarazada o que está amamantando ve denegado su acceso a alimentos nutritivos, ella y su bebé pueden sufrir desnutrición, aunque reciban atención prenatal y postnatal. Cuando un niño sufre de enfermedad diarreica, pero se le niega el acceso a tratamiento médico, no puede disfrutar de una situación nutricional adecuada, aunque tenga acceso a la alimentación.

El derecho a la vida. Cuando las personas no se pueden alimentar y enfrentan el riesgo de muerte por hambre, desnutrición o las enfermedades resultantes, se puede poner también en riesgo su derecho a la vida.

El derecho al agua. No se puede hacer efectivo el derecho a la alimentación si las personas carecen de acceso a agua limpia para su uso personal y doméstico, definida como agua potable, para lavar ropa, preparar alimentos y usar en la higiene personal y doméstica.

El derecho a la vivienda adecuada. Cuando una casa carece de elementos básicos, como para cocinar o almacenar alimentos, puede menoscabarse el derecho a la alimentación adecuada de sus residentes. Además, cuando el costo de la vivienda es demasiado elevado, las personas pueden verse obligadas a reducir su gasto en alimentos.

El derecho a la educación. El hambre y la desnutrición afectan la capacidad de aprendizaje de los niños y pueden obligarlos a abandonar la escuela y a trabajar en lugar de educarse, con lo que se menoscaba el ejercicio del derecho a la educación. Además, para ser libres del hambre y la desnutrición las personas necesitan saber cómo mantener una dieta nutritiva y tener las aptitudes y la capacidad para producir u obtener alimentos como un medio de vida. De esta manera el acceso a la educación, incluida la educación profesional, es esencial para el ejercicio del derecho a la alimentación.

El derecho al trabajo y a la seguridad social. El empleo y la seguridad social suelen ser medios fundamentales para obtener alimentos. Por otra parte, los salarios mínimos y los

beneficios de la seguridad social suelen determinarse tomando en cuenta el costo de los alimentos básicos en el mercado.

La libertad de asociación y el derecho a participar en los asuntos públicos son también importantes, en particular respecto de quienes están más marginados y excluidos, para hacer oír su voz y su opinión y para que su opinión se refleje en la política pública pertinente a la alimentación de manera de proteger su derecho a la alimentación.

El derecho a la información. La información es fundamental para el derecho a la alimentación. Permite a las personas conocer los alimentos y la nutrición, los mercados y la asignación de recursos. Refuerza la participación de las personas y la libertad de opción de los consumidores. La protección y la promoción del derecho a buscar, recibir e impartir información facilitan de esta manera el ejercicio del derecho a la alimentación.

Libertad de las peores formas de trabajo infantil. Los niños y los adolescentes que sufren de hambre y desnutrición son con frecuencia más vulnerables a ser contratados para realizar las peores formas de trabajo infantil con el fin de sobrevivir (los niños soldados, la prostitución infantil). Hacer efectivo su derecho a la alimentación es fundamental para impedir que esto ocurra.

Libertad de la tortura y de los tratos crueles, inhumanos o degradantes. La privación o la falta de acceso a alimentación adecuada en la prisión u otras formas de detención pueden constituir tortura o un trato inhumano y degradante.

2.3.4 EL DERECHO A LA ALIMENTACIÓN EN DERECHO INTERNACIONAL.

El derecho a la alimentación es “un derecho humano reconocido por las normas internacionales de derechos humanos. La Declaración Universal de Derechos Humanos reconoce, en el contexto de un nivel adecuado de vida, 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” (art. 25).

(Naciones Unidas Derechos humanos, Derecho a la Alimentación Adecuada, Folleto informativo N° 34, 210, pág. 7 y 8)

2.3.5 LA FAO Y EL DERECHO A LA ALIMENTACIÓN.

La FAO define que el derecho a la alimentación como:

“El derecho de toda persona a tener, en forma oportuna y permanente, acceso físico, económico y social a una alimentación adecuada, en cantidad y calidad, con pertinencia cultural, así como a su adecuado consumo y aprovechamiento biológico que le garantice el disfrute de una vida saludable y productiva”(FAO, 2010, *pág. 16*)

La FAO “es el organismo especializado de las Naciones Unidas encargado de la alimentación y la agricultura. Su mandato consiste en aumentar los niveles de nutrición, mejorar la productividad agrícola y mejorar la vida de las poblaciones rurales, con lo que se logrará «liberar del hambre a la humanidad», como se consagra en su Constitución. La FAO procura alcanzar esa meta poniendo la información al alcance de todos, compartiendo su especialidad normativa, sirviendo de foro internacional para el diálogo y el intercambio, y aportando sus conocimientos sobre el terreno.

Los Estados miembros de la FAO han afirmado reiteradamente el derecho a la alimentación adecuada y el derecho fundamental a estar protegido del hambre. Todos los Estados miembros de la FAO aceptaron las Directrices del derecho a la alimentación al adoptarla el Consejo de la FAO en noviembre de 2004. En 2006 se creó la Dependencia del Derecho a la Alimentación con el fin de apoyar a los miembros en la aplicación de las Directrices del derecho a la alimentación mediante la creación de conciencia y la formación de la capacidad, el desarrollo de metodologías e instrumentos, la incorporación del derecho a la alimentación en la labor fundamental de la FAO, la aportación de conocimientos especializados de orden técnico y la prestación de asesoramiento normativo a los países interesados.

La FAO apoya a sus Estados miembros en la adopción de siete medidas prácticas para hacer efectivo el ejercicio del derecho a la alimentación:

1. Identificar a las personas con hambre, cuyo derecho a la alimentación no se ejerce en la práctica.
2. Evaluar las políticas y los programas existentes;

3. Formular estrategias para un ambiente propicio y medidas de asistencia;
4. Mejorar la coordinación y el funcionamiento institucionales;
5. Revisar y reforzar el marco jurídico;
6. Vigilar los progresos en el tiempo con un enfoque de derechos humanos;
7. Asegurar que existan recursos efectivos para remediar las violaciones del derecho a la alimentación”.

(Naciones Unidas Derechos humanos, Derecho a la Alimentación Adecuada, Folleto informativo N° 34, 2010, pág. 27 y 28)

2.3.6 DERECHOS DEL NIÑO Y NIÑA

ARTÍCULO 24

1. Los Estados Partes reconocen el derecho del niño al disfrute del más alto nivel posible de salud y a servicios para el tratamiento de las enfermedades y la rehabilitación de la salud. Los Estados Partes se esforzarán por asegurar que ningún niño sea privado de su derecho al disfrute de esos servicios sanitarios.

2. Los Estados Partes asegurarán la plena aplicación de este derecho y, en particular, adoptarán las medidas apropiadas para:

a) Reducir la mortalidad infantil y en la niñez.

b) Asegurar la prestación de la asistencia médica y la atención sanitaria que sean necesarias a todos los niños, haciendo hincapié en el desarrollo de la atención primaria de salud.

c) Combatir las enfermedades y la malnutrición en el marco de la atención primaria de salud mediante, entre otras cosas, la aplicación de la tecnología disponible y el suministro de alimentos nutritivos adecuados y agua potable salubre, teniendo en cuenta los peligros y riesgos de contaminación del medio ambiente.

d) Asegurar atención sanitaria prenatal y posnatal apropiada a las madres.

e) Asegurar que todos los sectores de la sociedad y en particular los padres y los niños, conozcan los principios básicos de la salud y la nutrición de los niños, las ventajas de la lactancia materna,

la higiene y el saneamiento ambiental y las medidas de prevención de accidentes, tengan acceso a la educación pertinente y reciban apoyo en la aplicación de esos conocimientos.

f) Desarrollar la atención sanitaria preventiva, la orientación a los padres y la educación y servicios en materia de planificación de la familia.

3. Los Estados Partes adoptarán todas las medidas eficaces y apropiadas posibles para abolir las prácticas tradicionales que sean perjudiciales para la salud de los niños.

4. Los Estados Partes se comprometen a promover y alentar la cooperación internacional con miras a lograr progresivamente la plena realización del derecho reconocido en el presente artículo. A este respecto, se tendrán plenamente en cuenta las necesidades de los países en desarrollo.

(Convención Internacional sobre los Derechos del Niño y de la Niña, parte 1 pág. 21 y 22)

2.4 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS.

✓ ALIMENTO:

Es toda materia sólida, semisólido o líquido, de origen animal, vegetal o mineral, que se prepara y consume por las personas y que dentro del organismo proporciona los nutrientes necesarios para mantener la vida.

✓ APRENDIZAJE:

Adquisición del conocimiento de algo por medio del estudio, el ejercicio o la experiencia, en especial de los conocimientos necesarios para aprender algún arte u oficio.

✓ NUTRIENTES:

Son elementos que están en los alimentos; necesarios para formar tejidos corporales, regular los procesos del cuerpo (respiración, circulación, digestión y otros) y dar calor. Los principales nutrientes son: las proteínas, los carbohidratos, las grasas, las vitaminas, los minerales y el agua.

✓ ALIMENTACIÓN:

Es un proceso que comprende todas las etapas por las que pasan los alimentos, hasta que están a disposición de las personas para ser consumidos, es decir, desde la siembra y producción, hasta su comercialización.

✓ NUTRICIÓN:

Es un conjunto de procesos internos del organismo, mediante los cuales el cuerpo utiliza los nutrientes contenidos en los alimentos, para realizar todas sus funciones vitales.

✓ SECEDANEOS:

Se aplica a la sustancia que tiene propiedades parecidas a las de otra y puede servir para sustituirla.

✓ HIDRATOS DE CARBONO:

Son biomoléculas compuestas por carbono, hidrógeno y oxígeno, cuyas principales funciones en los seres vivos son el prestar energía inmediata y estructural.

✓ LIPIDOS:

Son un conjunto de moléculas orgánicas (la mayoría biomoléculas) que están constituidas principalmente por carbono e hidrógeno y en menor medida por oxígeno. También pueden contener fósforo, azufre y nitrógeno.

✓ CRETINISMO:

Es una forma de deficiencia congénita (autosómica recesiva) de la glándula tiroides, lo que provoca un retardo en el crecimiento físico y mental.

✓ ACIDO LINOLEICO:

Es un ácido graso esencial de la serie omega 6 (ω -6), es decir, el organismo no puede crearlo y tiene que ser adquirido a través de la dieta.

✓ LIPOSOLUBLE:

Son las que se disuelven en grasas y aceites, se almacenan en el hígado y en los tejidos grasos, debido a que se pueden almacenar en la grasa del cuerpo no es necesario tomarlas todos los días por lo que es posible, tras un consumo suficiente, subsistir una época sin su aporte. Las vitaminas liposolubles, A, D, E y K, se consumen junto con alimentos que contienen grasa.

✓ HIDROSOLUBLE:

Se caracterizan porque se disuelven en agua, por lo que pueden pasarse al agua del lavado o de la cocción de los alimentos.

✓ RIVOFILAVINA:

Conocida también como vitamina B2, llamada así en primera instancia, contenía sin duda una mezcla de factores promotores del desarrollo, uno de los cuales fue aislado y resultó ser un pigmento amarillo, al que desde 1935 se le denominó riboflavina.

✓ NIACINA:

Es un tipo de vitamina B. Es hidrosoluble, lo cual significa que no se almacena en el cuerpo.

CAPITULO III

METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

De acuerdo a Tamayo y Tamayo (1997 pág. 114) “La metodología constituye la médula del plan; se refiere a la descripción de las unidades de análisis, o de investigación, las técnicas de observación y recolección de datos, los instrumentos, los procedimientos y las técnicas de análisis”.

La metodología de investigación funciona como el soporte primordial que rige la manera en que aplicamos los procedimientos en una investigación, ya que es mediante esta en donde se describen los puntos relevantes que auxilian a la misma, en donde se destacan algunos puntos como lo son: la naturaleza de estudio; ya que es de suma importancia que al iniciar un proceso de investigación científica se priorice el tipo de estudio que determinará la investigación.

Al mismo tiempo se encuentra lo que es el método de investigación; en el cual se tomará en cuenta el método exploratorio, ya que nos permite la recolección de una serie de información mediante la observación directa sobre la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

Las técnicas con las que se ha considerado trabajar para el diseño de la investigación, será mediante tres técnicas las cuales son: la entrevista, la encuesta y la observación directa.

En cuanto a la población ésta es la totalidad de los estudiantes, maestros y maestras del Primero, Segundo y Tercer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino, los y las encargadas o encargados de los cafetines escolares, la directora del Centro Escolar, ATP Y un/a nutricionista.

La muestra será una parte de la población con la que se realizará el proceso de investigación, en la cual se toma en cuenta a las maestras, alumnos/as y madres de familia del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino, la directora del Centro Escolar, ATP, nutricionista y encargada del cafetín.

Es así como en todo proceso de investigación es necesario tener claridad sobre puntos claves, para aclarar de forma secuencial el eje de dicho proceso de investigación. Es mediante esta instancia donde se abordan de forma detallada y descriptiva los instrumentos a utilizar para que de esta manera no se pierda la verticalidad de la investigación.

3.1 NATURALEZA DEL ESTUDIO.

Al iniciar un proceso de investigación, es importante priorizar el tipo de estudio en el que se basará la investigación, es decir, la investigación es un proceso de descubrimiento de nuevo conocimiento y que se caracteriza por tener una naturaleza científica, la cual es enfocada en la búsqueda de respuestas a fenómenos que son explicados por medio de la experiencia, pero que deben ser comprobados como fenómenos de la realidad social, teniendo como parámetro la investigación cualitativa, en este caso es en la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre, del Distrito 12-08 del Municipio de San Miguel, durante el período de febrero a julio del año 2016.

Esta investigación es de carácter cualitativo, ya que estudia la realidad en su contexto natural, permitiéndonos obtener conocimientos palpables de la realidad actual sobre el tema investigado y al mismo tiempo se conocerá el involucramiento que tiene toda la comunidad educativa en cuanto a este tema y el rol que ejerce cada uno de ellos para que esta temática se lleve a cabo de la mejor manera permitiendo que el niño y la niña tenga un buen hábito alimenticio que le permita obtener un aprendizaje significativo en todas sus áreas. Y mediante esta manera se va a contribuir en la proposición de posibles soluciones a partir de los resultados recolectados sobre lo investigado.

La investigación cualitativa es la que se considera más idónea para llevar a cabo esta investigación, por el tipo de abordaje que se hace, ya que esta nos permite un acercamiento claro y preciso de la realidad de este proceso de investigación; conociendo así de manera profunda y eficaz sobre la influencia que tiene la nutrición sobre el proceso de aprendizaje de la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre, obteniendo así un contacto directo con esta realidad y con la finalidad de recabar información concreta, objetiva y veraz sobre el fenómeno de la investigación en estudio.

3.2 MÉTODO DE INVESTIGACIÓN.

De acuerdo a Tamayo y Tamayo (1997, pág. 120) **EL MÉTODO**: representa la estrategia completa e integral de trabajo para el análisis de un problema o cuestión coherente con la definición teórica del mismo y con los objetivos de la investigación.

El método que se emplea en este proceso de investigación es el método exploratorio, este permitirá la recolección de una variada información por medio de la observación directa de la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica. De esta forma, este método de investigación permite identificar de mejor manera las características del fenómeno en estudio y determinar las posibles similitudes que se pueden realizar en este proceso de exploración.

3.3 TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN.

Para realizar el diseño de la investigación se tomó como referencia trabajar el proceso con tres técnicas las cuales son:

La observación directa, que permite detallar los aspectos que se pueden observar en los y las aprendientes del Primer Ciclo del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre en cuanto al proceso de aprendizaje de la disciplina de Lenguaje y Literatura en el momento del desarrollo del proceso de aprendizaje y al mismo tiempo como se lleva a cabo el consumo y reparto de los alimentos; con **la entrevista** se logra obtener a primera instancia la información, comentarios y experiencias sobre el programa de alimentación que se está generando y como este influye en el aprendizaje de los/as niños/as en la disciplina de Lenguaje y Literatura, el que están involucrados/as las maestras, madres de familia, la encargada del cafetín, la directora del Centro Escolar, el Asistente Técnico Pedagógico y un/a nutricionista. Y por medio de **la encuesta** se conocerá las diversas opiniones que tengan los alumno/as sobre el tema a investigar.

De tal forma se conceptualiza sobre que es una técnica y se muestran las que son idóneas para la recolección de información.

Técnica de investigación se conceptualiza de la siguiente manera:

De acuerdo a Tamayo y Tamayo (1997, pág. 120) **TÉCNICA:** “conjunto de reglas y procedimientos que permiten al investigador establecer la relación con el objeto o sujeto de la investigación”.

3.3.1 La observación directa.

De acuerdo a Tamayo y Tamayo (1997, pág. 122): “es aquella en la cual el investigador puede observar y recoger datos mediante su propia observación”.

Observar es detenerse a fijar la mirada en un determinado fenómeno. Esta se realiza para tener claridad sobre la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje de los y las aprendientes de Primer Ciclo de Educación Básica en la disciplina de Lenguaje y Literatura. Tener de base esta técnica es porque nos permite detallar los aspectos que se pueden observar en el Centro Escolar de acuerdo al programa de alimentación que el gobierno actual está brindando, por ejemplo: si se cumple con el menú que está implementado en el Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE), los tipos de alimentos que el cafetín escolar ofrece a los/as estudiantes, como es el proceso de elaboración de los alimentos, como responden los estudiantes en el aprendizaje de la disciplina de Lenguaje y Literatura al proporcionarles el alimento escolar; entre otros, que están acorde al proceso de investigación.

3.3.2 Estudio de campo: la entrevista

De acuerdo a Tamayo y Tamayo (1997, pág. 123): “es la relación directa establecida entre el investigador y su objeto de estudio a través de individuos o grupos con el fin de obtener testimonios orales.”

Se hace con la finalidad de establecer un contacto directo con las y los sujetos involucrados en el proceso investigativo. De esta manera, se logrará tener de forma veraz la información, comentarios o experiencias sobre el proceso de nutrición y aprendizaje en el que están involucrados todo el plantel educativo.

3.3.3 Estudio de campo: la encuesta.

Según Tamayo y Tamayo (1997, pág. 124), la encuesta “es aquella que permite dar respuestas a problemas en términos descriptivos como de relación de variables, tras la recogida sistemática de información según un diseño previamente establecido que asegure el rigor de la información obtenida”

Se hace con la finalidad de establecer relación con la población y recolectar diversa información sobre el tema a investigar.

Fuente documental

La fuente documental proporciona a las y los investigadores, la facilidad de recolectar variada información bibliográfica impresa y en línea, las cuales brindan dar sustento a las teorías, conceptos que se utilizaron de base para el análisis, las reflexiones, la elaboración para la propuesta de mejora y para sustentar dicha investigación.

3.4 POBLACIÓN Y MUESTRA

3.4.1 Población

De acuerdo a Tamayo y Tamayo (1997, pág. 114): “es la totalidad del fenómeno a estudiar en donde las unidades de población poseen una característica común la cual se estudia y da origen a los datos de la investigación”.

En nuestra investigación se toman en cuenta 9 maestras las cuales son las encargadas del 1º, 2º y 3º Ciclo de Educación Básica del Centro Escolar Pablo J. Aguirre. Del Municipio de San Miguel, Departamento de San Miguel. Así mismo a los y las aprendientes de 1º a 9º grado, de los cuales hacen un total de 248 alumnos/as. Y al mismo tiempo a las madres de familia de primero a noveno grado de las cuales hacen un total de 198 madres de familia. La encargada del cafetín escolar, la directora de la institución, el ATP del Distrito 12-08 y una nutricionista del Ministerio de Salud de la Región Oriental.

Cuadro de población estudiantil de Primero, Segundo y Tercer Ciclo de Educación Básica.

Centro Escolar Pablo J. Aguirre	Sexo		Aprendientes																Docentes				
	M	F	1 B		2 B		3B		4B		5B		6B		7B		8B		9B		M	F	
	123	125	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	F	M	0	9	
			10	11	11	11	19	11	15	13	12	15	12	19	15	18	15	13	16	12			
			21		22		30		28		27		31		33		28		28				
TOTAL	248																					9	

Directora.	Licda. Yaneth Estela Argueta de Castillo.
Encargada del cafetín escolar.	Sra. Zoila Marleni Guzmán
Asistente Técnico Pedagógico	Lic. Salomón Quintanilla
Nutricionista del Ministerio de Salud	Licda. Nohemí de Meza

3.4.2 Muestra.

La muestra es un subconjunto de la población definida a partir de una diversidad de criterios para tal fin.

La investigación que se realizó en el Centro Escolar Pablo J. Aguirre del Distrito 12-08 del Municipio de San Miguel, Departamento de San Miguel, tomando en cuenta a los y las niños/as del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino, tres maestras encargadas de esos grados, 15 madres de familia (5 madres para cada grado, de primero, segundo y tercer grado), la directora, la encargada del cafetín escolar, el Asistente Técnico Pedagógico y una nutricionista del Ministerio de Salud de la Región Oriental.

Centro Escolar	Sexo		Aprendientes del Primer Ciclo del turno vespertino.						Docentes	
	F	M	1 B		2 B		3B		M	F
Pablo J. Aguirre	40	33	F	M	F	M	F	M	0	3
			10	11	11	11	19	11		
			21		22		30			
TOTAL	73								3	

Madres de familia del Primer Ciclo del turno vespertino.			
N	Primero	Segundo	Tercero
1	Livis Ángela Escobar de García.	Roxana Contreras.	Saraí de Chicas.
2	María Molina	Verónica Reyes.	Evelin Hayde Áreas.
3	Sandra Elizabeth Majano.	Luz Marina García	María Guadalupe López
4	Maricela de Gómez	Yanira de Sorto	Roxana Guevara Turcios
5	Blanca Martínez	Brenda melgar	Antonia Meléndez

Centro Escolar: Pablo J. Aguirre.	<u>Directora:</u> Licda. Yaneth Estela Argueta de Castillo.	
Maestras del Primer Ciclo del turno vespertino.	1B	Lisseth del Rosario Cruz
	2B	Crissia Tatiana Rubio
	3B	Mirna Lisseth lazo
Encargada del cafetín escolar.	Sra. Zoila Marleni Guzmán	
Asistente Técnico Pedagógico	Lic. Salomón Quintanilla	
Nutricionista del Ministerio de Salud	Licda. Nohemí de Meza	

3.5 INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN.

3.5.1 Instrumentos

De acuerdo a Tamayo y Tamayo (1997, pág. 127) “Los instrumentos: son mecanismos que utiliza el investigador para recolectar y registrar la información (formularios, pruebas psicológicas, escala de opinión y de actitudes, etc.)

Para obtener información objetiva de fuentes primarias sobre el tema a investigar, fue indispensable escoger instrumentos confiables de acuerdo a las necesidades de la investigación.

3.5.2 Guía de Entrevista.

Este es un instrumento importante para la investigación ya que se tiene acceso a la información sobre la realidad educativa en relación a la temática de la investigación, por medio de la entrevista los involucrados que se han tomado en cuenta nos brindaran información precisa y concisa específicamente sobre aspectos de la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes, la entrevista se aplicará a tres maestras que están encargadas de las secciones de los Primeros Ciclos, las madres de familia, la encargada del cafetín escolar, la directora del Centro Escolar Pablo J. Aguirre, el Asistente Técnico Pedagógico del distrito 12-08 y una nutricionista del Ministerio de Salud de la Región Oriental.

Procedimiento a seguir en la aplicación de la guía:

- Elaborar la entrevista que se aplicará.
- Establecer contacto directo con la directora, maestras, encargada del cafetín, madres de familia, ATP y nutricionista previo a realizar la entrevista.
- Establecer lazos de confianza entre las investigadoras y las personas a entrevistar para que respondan de forma libre, clara y coherente.

3.5.4 Guía de Encuesta.

Este instrumento es muy valioso ya que permite obtener y elaborar datos de modo rápido y eficaz, empleándose así para investigar hechos o fenómenos de forma general y personalizada. Por medio de este instrumento se obtendrá diversas opiniones de las personas encuestadas sobre el tema a investigar. Esta encuesta se tomó a bien aplicarla a los y las estudiantes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino.

Procedimiento a seguir en la aplicación de la guía.

- Elaborar la encuesta que se aplicará.
- Establecer contacto directo con los alumnos/as del primer ciclo del turno vespertino momentos antes de realizar la encuesta.
- Orientar al estudiantado para que respondan de forma clara y sincera.
- Ayudar a los/as estudiantes a resolver las dudas que se les presenten al momento de resolver el instrumento.

3.5.4 Guía de observación

Este instrumento es muy confiable para la realización de un proceso investigativo ya que permite establecer un contacto directo tanto con las maestras como con los estudiantes, permitiendo de esta manera observar la verdadera realidad que acontece en el ámbito educativo. La guía de información permite recabar información directa clara y precisa en el proceso de investigación, ya que se observarán criterios relacionados a La influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura. Este instrumento se aplicará en el Primer Ciclo de Educación Básica del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

Procedimiento:

- Elaborar la guía de observación de forma comprensible y confiable, para registrar los procesos obtenidos relacionados al tema a investigar en el entorno escolar.

- Llevar anotaciones en la guía de observación al momento de observar para luego analizar lo observado en el Centro Escolar.

3.6 CATEGORÍAS Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.

En el proceso de análisis de la información se elaboraron tres categorías, sobre la base de las tres preguntas claves que orientaron la investigación.

Estas categorías, ayudaron a facilitar el orden de la información recolectada del proceso de investigación, al mismo tiempo ayudaron al análisis del mismo y con ello a la elaboración de las reflexiones finales y en la construcción de propuesta de mejorar los menús nutricionales que elaboran y preparan las madres y el personal del cafetín y a la vez concientizar a la comunidad educativa sobre la importancia de una buena nutrición.

Categorías definidas para el análisis de la información recolectada.

- 1- De qué manera influye la nutrición en el proceso de aprendizaje de los y las aprendientes de Primer Ciclo de Educación Básica del Centro Escolar Pablo J. Aguirre en la disciplina de Lenguaje y Literatura.
- 2- Qué alimentos preparan las madres de familia o encargadas del cafetín escolar para ser consumidos por los/as niños y niñas de Primer Ciclo de Educación Básica.
- 3- Qué aprendizajes se observan en los y las aprendientes de Primer Ciclo de Educación Básica al consumir los alimentos del Programa de Alimentación y Salud Escolar que proporciona el Ministerio de Educación.

CAPITULO IV

PRESENTACIÓN DE RESULTADOS Y REFLEXIONES POR CATEGORIAS

En este capítulo se presentan los resultados obtenidos durante su proceso de investigación, realizadas a directora, maestras, madres de familia, alumnos/as del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino, encargada del cafetín escolar, Asesor Técnico Pedagógico y nutricionista, de acuerdo al tema a investigar sobre la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

Para obtener estos resultados se elaboraron nueve instrumentos entre los cuales están: la entrevista para la directora, maestras, madres de familia, encargada del cafetín, Asistente Técnico Pedagógico y nutricionista, así también la encuesta para las y los aprendientes y las guías de observación; una para el desarrollo de la clase de la disciplina de Lenguaje y Literatura y la otra guía para observar cómo se lleva a cabo el consumo y reparto de los alimentos en las aulas del Primer Ciclo, cabe mencionar que en el desarrollo de las guías de observación se involucraron las maestras, los/as aprendientes y las madres de familia.

Para el desarrollo de la investigación se definieron tres categorías, las cuales se formularon a partir de las preguntas de investigación que guiaron todo el proceso investigativo. En cada categoría se muestra la información brindada por cada participante siendo así en la primera categoría se involucran todos los actores educativos, de igual manera se tomó en cuenta a la encargada del cafetín, una nutricionista y al Asesor Técnico Pedagógico; al mismo tiempo se contará con la guía de observación relacionada al desarrollo de la disciplina de Lenguaje y Literatura. En la segunda categoría se incorpora la entrevista para la directora, maestras, madres de familia, y la encargada del cafetín escolar y el ATP; de igual forma una encuesta que se realizó a los aprendientes de Primer Ciclo de Educación Básica, de igual forma se contará con la guía de observación relacionada al reparto y consumo de los alimentos en las aulas de clase. En la tercera categoría se involucra la directora, las madres de familia, las maestras, nutricionista y el Asesor Técnico Pedagógico.

Cabe mencionar que cada categoría contiene su correspondiente reflexión, que se elaboraron en base a las respuestas que brindaron la directora, maestras, madres de familia, encargada del cafetín, Asistente Técnico Pedagógico, nutricionista, los y las aprendientes y según lo que se observó a través de las guías de observación en las cuales se tomó en cuenta tanto maestras, aprendientes y madres de familia.

CATEGORIA 1

1- De qué manera influye la nutrición en el proceso de aprendizaje de los y las aprendientes de Primer Ciclo de Educación Básica del Centro Escolar Pablo J. Aguirre en la disciplina de Lenguaje y Literatura.

Cabe mencionar que esta categoría está relacionada con la directora, maestras, madres familia y alumnos/as del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino, la encargada del cafetín, la nutricionista y el Asesor Técnico Pedagógico y al mismo tiempo tomando en consideración la guía de observación referente al desarrollo de la disciplina de Lenguaje y Literatura.

A continuación se presenta la información que brindaron los alumnos/as que corresponde a la primera categoría, esta con el fin de conocer si los alumnos/as almuerzan en sus casas antes de ir a la escuela, como se sienten al iniciar sus clases al llegar alimentados y si esta les ayuda en la adquisición de los aprendizajes en la disciplina de Lenguaje y Literatura, que es lo que más les gusta de la disciplina de Lenguaje y Literatura, que aprendizajes de la disciplina de Lenguaje y Literatura ponen en práctica en la escuela, con tus compañeros/as, familia y comunidad y si les visita el Ministerio de Salud y cuáles son los beneficios que les brindan

De esta manera las respuestas otorgadas siguen a continuación:

De los aprendientes:

“Los aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica manifestaron que una buena nutrición influye mucho en sus aprendizajes ya que al llegar alimentados desde sus casas ingresan a la escuela con ánimos y disposición a recibir sus clase pero también una minoría dijo no almorzar en sus casa por levantarse tarde y por vivir retirado de la institución, además los niños y niñas destacaron que los alimentos que se les proporciona en la escuela les provee de mucha energía, al mismo tiempo les genera una mayor concentración en sus clases por lo tanto logran un buen aprendizaje; por ello se considera que un niño o niña antes de ingresar al Centro Escolar debe de alimentarse con nutrientes necesarios para que pueda rendir mejor en su proceso de aprendizaje.

A la vez los alumnos/as manifiestan que si les gusta la materia de lenguaje ya que aprenden mucho, porque les gusta como desarrolla la clase su maestra y porque hay temas interesantes, además de ello trabajan en grupo, leen cuentos, leyendas, poemas y diferentes actividades que los motivan a participar en clases. Nos comentan que algunos de los aprendizajes que toman en cuenta para ponerlos en práctica son el respeto, la lectura y escritura, compartir con los demás, ser responsable y tener una buena comunicación. Al mismo tiempo mencionaron que el Ministerio de Salud si les hacían visitas para impartir charlas de hábitos higiénicos, y de vacunación en beneficio a la salud y bienestar de ellos, otra parte de los alumnos se limitaron a contestar que no realizaban visitas”

Directora:

Para responder esta categoría se realizó la siguiente pregunta: considera usted que buena nutrición influye para que los/as aprendientes obtengan un mejor aprendizaje y especialmente en la disciplina de Lenguaje y Literatura y el Ministerio de Salud se involucra en programas o jornadas que conllevan a la nutrición, salud de los/as aprendientes.

Su respuesta es la siguiente:

“En cuanto a esta interrogante la directora del Centro Escolar nos comentó que independientemente de la materia que se aborde la alimentación es fundamentalmente básica ya que permite al niño y niña estar en mejores condiciones para su proceso de aprendizaje y a la vez estar motivado, no se distraiga y no se duerma en clases. Al mismo tiempo nos dice que a pesar que este no sea una alimentación completa si no que, es una merienda o un refrigerio escolar es un gran aporte que ayuda de gran manera a sustentar las necesidades que el organismo requiere y sobre todo más en un niño y niña en edad escolar.

Por parte del Ministerio de Salud existe un programa en donde llevan una secuencia, los encargados son los promotores, ellos vienen a la institución dos veces al mes”

Maestras.

Las preguntas que se le realizaron a las maestras son las siguientes: considera usted que una buena nutrición influye para que los aprendientes obtengan un mejor aprendizaje en la disciplina

de Lenguaje y literatura y si el Ministerio de salud se involucra en jornadas o programas que conlleven a la nutrición, salud y educación de los y las aprendientes.

Las respuestas de las maestras del Primer Ciclo fueron las siguientes:

Manifiestan que: “los alimentos que se les brindan son un soporte muy importante para el complemento nutricional ya que este proporciona muchos beneficios al organismo contribuyendo así a un mejor desempeño durante las horas de clases y mas sobre todo en aquellos niños y niñas que llegan al Centro Escolar sin almorzar.

Una de las maestras nos comentó que ella tiene un caso de una alumna, la cual llega a la escuela sin almorzar y cuando consume el alimento se duerme en horas de clase, según la maestra le caen pesados los alimentos en el estómago vacío. Este como muchos casos es ejemplo de las situaciones alimenticias que viven los niños y niñas en el Centro Escolar.

Por lo tanto, si nuestro organismo está bien alimentado estará con las energías necesarias para realizar diferentes actividades cotidianas. En cuanto al involucramiento del Ministerio de Salud, las maestras comentan que si hay presencia de promotores de salud en campañas de vacunación y hábitos higiénicos”

Madres de familia.

La interrogante que se realizó fue la siguiente: almuerzan sus hijos/as antes de irse a la escuela y el Ministerio de Salud se involucra en programas o jornadas de salud de los y las aprendientes.

La respuesta que se obtuvo fue la siguiente.

“Las madres manifiestan que si almuerzan sus hijos/as antes de irse para la escuela ya que no pueden asistir con el estómago vacío y también para que puedan llegar con ánimo y puedan prestar atención en clases. Pero en ocasiones por algún motivo se van sin almorzar pero que les dan dinero para que en la escuela compren algo.

Además, comentan que el Ministerio de Salud tiene poca integración a estos programas y cuando realizan visitas al Centro Escolar se enfocan más que todo en hábitos higiénicos, y vacunaciones”

Cafetín escolar

La pregunta que se le realizó a la encargada del cafetín escolar fue la siguiente: sabe usted sobre la influencia que tiene la nutrición para adquirir aprendizajes en los niños/as.

La respuesta fue la siguiente:

Manifiesta que: “que la nutrición si interviene en el proceso de aprendizaje de los niños y niñas ya que un estudiante que no esté bien alimentado no rinde adecuadamente en el estudio, es decir no responde a las exigencias educativas; ella menciona que si un niño/a no come antes de irse al Centro Escolar está propenso a no prestar atención y a dormirse en horas de clases”

Asistente Técnico Pedagógico.

Para obtener la opinión de esta categoría se realizó la siguiente interrogante: considera que estos programas de alimentación influyen para los aprendizajes en los niños/as y el Ministerio de Salud se involucra en programas que conllevan a la nutrición, salud y educación de los y las aprendientes.

La respuesta otorgada a continuación:

“Detalla que científicamente ha quedado demostrado que la nutrición permite al organismo estar activamente en cualesquiera de los ejercicios que requieren indudablemente el razonamiento de una persona. Por otra parte, confiesa que se puede notar la diferencia entre una escuela que por diferentes razones se les quito o ellos renunciaron al Programa de Alimentación y Salud Escolar y una institución que ha sido muy ordenada en cuanto al desarrollo del programa. De esta manera los Centros Educativos desempeñan un papel fundamental en cuanto a la aprobación y al buen funcionamiento de dicho programa ya que hay instituciones que rechazan estos programas debido al esfuerzo y compromiso que este conlleva o al mismo tiempo se hace mal uso de este y considera que el Ministerio de Salud debería involucrarse más en cuanto estos programas nutricionales, ya que tienen muy poco protagonismo”

Nutricionista.

Las preguntas que se le realizaron a la nutricionista fueron las siguientes: que es nutrición, cuáles son las ventajas de una buena nutrición, una buena nutrición influye en los procesos de aprendizaje de los niños/as y que signos presenta un niño/a en edad escolar cuando no tiene una adecuada nutrición y tiene conocimiento si el Ministerio de Salud se involucra en programas o jornadas que conlleven a la nutrición, salud y educación de los/as aprendientes.

Las respuestas se detallan a continuación:

La nutricionista que labora en el Ministerio de Salud de la Región Oriental; nos define que *“nutrición es una ciencia, un arte, un elemento que nos ayuda para mantener una buena salud; que le brinda al mismo tiempo ventajas a nuestro organismo como tener una vida saludable, una mejor calidad de vida del ser humano, de qué manera afecta el consumo de comidas chatarras en el organismo de los niños y niñas y que alimentos son indispensables para niños y niñas en edad escolar.*

Así mismo manifestó que la nutrición influye mucho en lo que es el aprendizaje porque dependiendo de la alimentación así va hacer la capacidad e incluso desde el desarrollo cerebral desde el vientre materno hasta el rendimiento escolar ya en las aulas de clase, si hay suficiente glucosa en su cerebro van a poder aprender de una mejor manera; esto debido a que la glucosa es un tipo de azúcar que ejerce de combustible para el cerebro las bajadas de glucosa pueden perjudicar la atención, la memoria y el aprendizaje. Con relación a ello menciona que un niño/a escolar puede mostrar signos de desnutrición como: anemia, somnolencia (sueño excesivo), puede mostrarse apático, falta de aprendizaje y repitencia; pero estos pueden ser los más evidente o los que más demuestre un estudiante.

La nutricionista nos comenta que el consumo de comidas chatarras afecta negativamente al organismo debido a que puede crear problemas de salud, problemas de hábitos alimenticios y problemas de aprendizaje como consecuencia de que esta categorización de comida puede saturar la función renal, crear hábitos inadecuados de alimentación y crear una sub alimentación, además de esto puede afectar a un niño/a en la edad escolar ya que esto lo que

ocasiona es que la capacidad de aprendizaje disminuya, porque esta clase de comida no cuenta con los niveles nutricionales que se necesitan para el buen funcionamiento del organismo.

Tomando en consideración lo anterior nos comenta que los niños/as en edad escolar deben consumir todos los alimentos que sean parte de una dieta equilibrada como los son: proteínas, vitaminas, minerales, carbohidratos y grasas, dado que estos son los nutrientes necesarios para adquirir un buen desarrollo intelectual, físico y para poder desempeñarse en sus actividades cotidianas y académicas.

Por otra parte, detalló que el Ministerio de Educación tiene coordinación con el Ministerio de Salud, y de esa manera los promotores de salud hacen periódicamente visitas a los Centros Escolares para hacer jornadas de desparasitación o campañas de vacunación para prevención de enfermedades”

Para conocer más a profundidad sobre el desarrollo en la clase de la disciplina de Lenguaje y Literatura fue necesario realizarse una guía de observación en las aulas del Primer Ciclo del turno vespertino, en donde se obtuvo información más precisa sobre los recursos didácticos y las metodologías que usa el docente, además de ellos la relación docente – estudiante, el interés y la participación de los niños/as, entre otras categorías.

GUÍA DE OBSERVACIÓN DE LA DISCIPLINA DE LENGUAJE Y LITERATURA DESARROLLADA EN EL PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL CENTRO ESCOLAR PABLO J. AGUIRRE			
FASES	PRIMER GRADO	SEGUNDO GRADO	TERCER GRADO
FASE DE INICIO	La profesora saluda a los/as estudiantes, luego escribe la fecha y la asignatura en la pizarra, les da tiempo a todos/as los niños/as para que tengan el cuaderno y el lápiz listos para comenzar la clase, después realiza preguntas sobre la letra que estaban viendo en la clase anterior y les pidió que mencionaran algunas palabras que involucraran dicha letra (b), todos los niños/as lo hicieron mediante la técnica lluvia de ideas.	La maestra realizó el saludo de bienvenida a los niños y niñas, luego escribe la fecha y el nombre de la asignatura en el pizarrón.	La maestra anotó en la pizarra el nombre de la asignatura y el tema a desarrollar ese día.

FASE DE DESARROLLO		La maestra les dio la indicación que se formaran en parejas y que copiaran del libro de trabajo a su cuaderno la lección de la letra “b”, los oriento como iban a trabajar y les dijo que cuando terminaran leerían la lección uno por uno. Cuando los alumnos/as estaban copiando la lección la maestra andaba verificando el trabajo de los niños/as, algunos de los niños terminaron la lección y ella se las iba preguntando.	La docente elaboró en el pizarrón un cuadro con los nombres singular y plural, luego explica el cuadro y deja de tarea que los y las niñas lo complementen.	El tema es “Palabras graves” aquí la maestra comenzó a escribir en la pizarra para que los niños y las niñas escribieran en su cuaderno toda la información, luego de llenar la pizarra explico lo que había escrito y se sentó mientras los niños y niñas escribían.
FASE FINAL		Escribió en la pizarra un listado de palabras que correspondían a la letra “b”, luego todos/as los/as niños/as les dieron lectura, después solo los niños y seguidamente las niñas y para finalizar lo iban leyendo uno por uno según se los pedía la maestra.	La profesora revisó el cuaderno a los niños y niñas para verificar si ya finalizaron de completar el cuadro.	La maestra colocó la tarea en la pizarra y revisó lo que habían escrito los niños y las niñas.
N	PREGUNTAS	PRIMER GRADO	SEGUNDO GRADO	TERCER GRADO
1	Recursos didácticos sobre los cuales se auxilia el docente para una mejor comprensión.	La docente solo se auxilió de materiales como pizarra, plumones y los libros de trabajos de lenguaje.	Para el desarrollo de la clase la maestra hizo usos del pizarrón y de plumones.	La maestra del tercer grado impartió su clase con materiales como pizarra y los plumones.
2	Metodologías utilizadas por el docente en la materia de Lenguaje.	La docente realizó la técnica lluvia de ideas al inicio de la clase, para el desarrollo del contenido la transcripción del libro al cuaderno y para	No se observó que la maestra implementara ninguna metodología, fue una clase monótona y tradicionalista, es decir	Solo se implementó una metodología tradicional. Porque solo les lleno la pizarra

		finalizar la lectura de lección y lectura de palabras en la pizarra.	no hubo nada innovador.	acerca del tema que se trató ese día.
3	Relación estudiante-docente y estudiante - estudiante.	La maestra es amable y no los trata mal. Los alumnos/as cuando trabajan se comportan adecuadamente pero cuando terminan su actividad andan parados y molestando a sus demás compañeros/as.	Se observó buena relación con todos los alumnos/as y la maestra. También existe convivencia y armonía entre ambos.	Se pudo observar que entre la maestra y los alumnos/ existe poca relación porque ella los regaña. Entre los estudiantes se pudo notar que, aunque se comunican y se relacionan existe entre ellos/as rivalidades.
4	Relación entre la teoría y la práctica en la disciplina de lenguaje.	La maestra les pidió a los niños/as que le mencionaran palabras de algunas cosas que ellos conocían que llevaran la letra "b". Todos/as los niños/as participaron y mencionaron cosas que estaban escritas con dicha letra.	No se observó ninguna relación entre la teoría y práctica, esto debido a que la maestra no relaciona el contenido con la realidad del entorno.	La maestra explicó de acuerdo a la información del libro de trabajo, pero no hace relación entre la teoría y la práctica, además no relaciona la información con la realidad que se vive.
5	Se desarrollan las cuatro competencias de lenguaje. (Comprensión oral, comprensión escrita, expresión oral y expresión escrita).	Solo comprensión escrita y expresión escrita. Ya que los alumnos/as transcribieron del libro de trabajo al cuaderno y al terminar de copiar la lección se la leyeron a su maestra.	Solo la comprensión oral y la comprensión escrita	Solo expresión oral y la comprensión escrita, porque la maestra solo escribió en la pizarra y los alumnos/as escribieron, además cuando preguntaban la maestra les explico y aclaro dudas.
6	Se toman en cuenta las ideas	Sí, todos lo hicieron con confianza y de forma	Si, aunque hay poco desenvolvimiento	Hubo poca participación por

	de los niños y niñas al momento del desarrollo de la clase de lenguaje.	entusiasta, ya que la maestra tomo en cuenta cada palabra que el niño/a le mencionaba y si alguna palabra que decían no era escrita con esa letra ella le decía de forma amable y educada como era la forma correcta de escribirla.	porque tienen temor al participar y también porque la maestra no crea un ambiente de participación.	parte de los alumnos/as, solo cuando tenían una duda la hacían saber a su maestra mientras tanto solo la maestra hablaba y explicaba el contenido.
7	Interés y motivación de los niños y niñas durante el desarrollo de la clase.	Sí, porque trabajaron ordenadamente y si tenían alguna duda se lo hacían saber a su maestra, además de ello participaron activamente en lo que se les indicaba.	Se ve muy poca motivación e interés por estar atentos a la clase porque algunos estaban platicando, otros están casi durmiéndose.	No, porque algunos estaban platicando y otros molestando a sus compañeros/as, eran pocos los estudiantes que están atentos en la clase.
8	Participan los niños y niñas en el desarrollo de las metodologías o en la construcción de sus aprendizajes.	Sí, todos/as participaron en lo que la maestra les indico y cuando finalizaban se lo mostraban a su maestra y les leían la lección.	Si, aunque no abiertamente, es decir no todos los niños/as participan por miedo a equivocarse.	Es muy poca la participación, no se observó que la maestra implementara metodologías participativas para que ellos/as se motivaran a participar en la construcción de su aprendizaje.
9	Orienta y apoya el docente las actividades o tareas que se realizan.	Si, la maestra verifica el orden en que los alumnos/as trabajan y les ayuda en lo que no entienden.	Si, los orienta en las actividades y responde a las dudas que estos tengan.	Si, le explica a alguien que no comprenda partes del contenido, pero no lo hace contrastándolo con la realidad en el que él o la estudiante se desenvuelven para que le sea más comprensible.

10	Desarrollo oral y escrito por parte del alumno y alumna.	Si, aunque en el escrito no lo hacen correctamente ya que algunas palabras se les dificulta escribir, omiten o se les olvidan algunas letras en las palabras.	Existe poco desarrollo por temor a participar y porque los demás niños/as están platicando.	No hubo desarrollo porque casi no participaron y la maestra no generaba un ambiente de confianza para que los alumnos/as pudieran participar.
11	En que espacios del Centro Educativo se desarrollan las competencias lingüísticas de los niños y niñas.	Se realiza en el aula y el Centro Escolar.	Las competencias se desarrollan en el aula y en el Centro Escolar.	En el aula al recibir sus clases y en los espacios del Centro Escolar en los recreos.

Análisis de los resultados obtenidos de la Categoría 1

De acuerdo a la información recolectada sobre cómo influye la nutrición en el proceso de aprendizaje de los y las aprendientes en la disciplina de Lenguaje y Literatura podemos deducir que la nutrición juega un papel importante tanto en la salud, en el desarrollo físico, mental y emocional del niño y la niña en etapa escolar.

La posición de las madres en cuanto a la alimentación de sus hijos es de vital importancia ya que son ellas las encargadas en el hogar y las responsables de proporcionarles a sus hijos/as la alimentación adecuada y sobre todo antes de que sus hijos/as asistan al Centro Escolar, al mismo tiempo deben tomar en cuenta que los niños/as en etapa escolar deben consumir alimentos sanos ya que la alimentación va de la mano de una buena nutrición para el completo desarrollo de sus hijos/as ya que a partir de los alimentos que ingerimos diariamente nuestro organismo toma las sustancias necesarias para su correcto desarrollo y funcionamiento, convirtiéndose en la energía que necesitamos para llevar a cabo todas las funciones vitales y las actividades que realizamos día a día; así mismo consideramos que en caso de no existir una nutrición adecuada nuestro organismo entrará en un desbalance que no le permitirá funcionar en su totalidad

Cuando un niño o niña se nutre sanamente se refleja en su rendimiento escolar y en su estado de ánimo y motivación para realizar las actividades que se le asigne en el salón de clase, además muestra una vida saludable y activa, al mismo tiempo se debe tomar en cuenta que es necesario disminuir el consumo de comidas rápidas en los niños y las niñas ya que afecta grandemente el organismo y provocará una sub-alimentación, somnolencia, sobrepeso, entre otros.

Con respecto a lo anterior se puede decir que es importante que las maestras y madres de familia conozcan algunos de esos signos ya que de esa manera se podrá identificar cuando un niño/a esté desnutrido y porque tiene un comportamiento de ánimo, actitud y de aprendizaje diferente, esto con el fin de buscar ayuda médica y no excluir al niño/a en su aprendizaje.

Hay que tener en cuenta que también en el aprendizaje influye la forma de como las maestra desarrolla sus clases y se pudo observar que no se utilizan metodologías innovadoras generando así en el alumno/a desmotivación, distracción al momento de recibir sus clases, así mismo el trato que se les debe brindar a los niños y niñas debe ser con igualdad, amabilidad y con mutuo respeto, para que de esta manera se desarrollen en su totalidad las competencias lingüísticas (expresión oral, expresión escrita, comprensión oral y comprensión escrita) que son muy importantes en el desarrollo de los niños y niñas.

De esta manera consideramos que deben involucrarse todos los actores educativos y concientizarse de la importancia que tiene la nutrición en el desarrollo y aprendizaje del niño y niña, ya que si se mantiene una buena nutrición podrá desempeñarse de la mejor manera en todas sus áreas de estudio.

CATEGORIA 2

2. Qué alimentos preparan las madres de familia o encargadas del cafetín escolar para ser consumidos por los/as niños y niñas de Primer Ciclo de Educación Básica.

Mencionar que esta categoría está relacionada con la directora, maestras, madres familia y alumnos/as del primer ciclo de educación básica del turno vespertino, la encargada del cafetín y

el Asesor Técnico Pedagógico y al mismo tiempo tomando en consideración la guía de observación referente al reparto y consumo de los alimentos en el aula de clases.

Directora.

Para brindar información a esta categoría se realizaron las siguientes preguntas: se les capacita a las maestras/os y madres de familia para la elaboración de los alimentos de acuerdo al Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE), participan todas las madres de familia en la preparación de los alimentos que se les proporciona a los/as aprendientes, cuál es el horario de consumo de estos alimentos, cuales son los productos que ofrece el cafetín, las capacitaciones que recibe el personal del cafetín, las reglas de higiene que se deben cumplir y si existe alguna propuesta para que el cafetín mejore sus productos.

Las respuestas a continuación:

En efecto manifiesta que “el MINED les capacita siempre a las madres de familia, esta se realiza una o dos veces al año en la cual se les informa sobre la preparación correcta de los alimentos. La directora además nos comenta que todas las madres de familia participan para la elaboración de los alimentos y esta se realiza por medio del número de lista de sus hijos y el horario programado para llevarlos a la institución es de 7:45 a 9:20 en la mañana y en la tarde de 2:30.

Así también la directora nos comenta que el cafetín escolar debe cumplir con el reglamento del Programa de Alimentación y Salud Escolar y el dictamen número 40 de aprobación en la Asamblea Legislativa, en el cual se establece que los cafetines escolares no pueden vender bebidas carbonatada ni comidas chatarras ya que esto es prohibido. El Centro Escolar cumple con el dictamen y para ello a partir de este año se le ha anexado al contrato que tiene el cafetín con la institución el reglamento que establece el Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE). El Centro Escolar lo hace con el objetivo de cuidar la salud de los niños/as y si el organismo escolar incumple este reglamento es decir autorizan que se venda comida chatarra están violentando la ley y si esto se ha establecido es para hacerla cumplir porque esto es un

beneficio para la buena nutrición de los aprendientes y se pueda reflejar en un mejor aprendizaje.

Además nos menciona que se les capacita a las encargadas del cafetín acerca de los productos que pueden vender, también se debe cumplir algunos requisitos como lo son los exámenes médicos los cuales se deben realizar siempre al inicio de año, medidas higiénicas como: usar redcillas en el pelo, gabachas y mantener los alimentos embolsados y tapados, porque tiene que garantizarse las medidas higiénicas para que los niños y niñas reciban algo bueno.

Así mismo la directora manifestó que no se tiene una propuesta estructurada solamente se les sugiere a las encargadas del cafetín que venda frutas de acuerdo a la temporada para aprovechar que se adquiera a un bajo costo y de esta manera enseñarle al niño que coma frutas de temporada para una buena nutrición”

Madres de familia

Las interrogantes que se le realizó a las madres de familia fueron las siguientes: cuantos hijos estudian en el Centro Escolar y que grado estudian, colabora en la elaboración de los alimentos para los estudiantes y cada cuanto tiempo le corresponde prepararlos, se le ha capacitado para la elaboración de los alimentos, podría mencionar los alimentos que el Centro Educativo le entrega para que prepare y consuman los niños/as y que tipo de alimentos prepara, tiene una hora programada para traer y repartir los alimentos, tiene conocimiento acerca de lo que compra su hijo/a en el cafetín escolar.

Sus respuestas a continuación:

“Las madres que se entrevistaron tienen niños/as en el Primer Ciclo y algunas de ellas también tienen hijos/as en Segundo, Tercer Ciclo y Preparatoria. Manifiestan que si participan para la elaboración de los alimentos porque consideran que es un deber y un compromiso como madres de familia, pero nos comenta que si les surge algún compromiso ellas buscan quien pueda prepararlos para que los pueda llevar a la escuela. Además de ello nos dicen que le toca preparar los alimentos de acuerdo al número de lista de su hijo/a, es decir les corresponde cada mes o mes y medio.

Algunas madres mencionaron que no han recibido capacitación y otras que por compromisos en su trabajo no han podido asistir a las reuniones, pero también otras madres nos comentan que las capacitaciones que han recibido han sido solo a inicio de año, en donde se les explican los distintos menús que pueden preparar con los alimentos que se les brinda. Los alimentos que se les entregan son: arroz, frijoles, aceite, bebida fortificada, y con ello preparan arroz con vegetales, arroz con papa, frijoles licuados, arroz negrito, arroz con leche, panes con pollo, yuca, bebida fortificada, la hora que se les ha programado para llevarlos a la escuela es de 2:00 a 2:30 PM, pero algunas madres los llevan cuando van a dejar a sus hijos/as a la escuela.

Así también nos comentan que tienen conocimiento de lo que sus hijos/as compran en el cafetín escolar, ya que algunas de ellas aconsejan a sus hijos/as para que no vayan a comprar alimentos que no son saludable, al mismo tiempo nos comentan que les gusta informarse lo que se vende en el cafetín y que si no les parece algún producto que no sea de beneficio o de valor nutricional para los estudiantes se lo comentan a la encargada del cafetín para que tomen en cuenta sus opiniones o sus comentarios y puedan mejorar en ello. Por otra parte, otras madres de familia saben lo que sus hijos/as compran en la escuela ya que cuando estos llegan a sus hogares ellas les preguntan qué es lo que compraron y ellos les mencionan algunos productos como lo son: paletas, hot-dog, pupusas, frutas, galletas, gelatinas, etc”

Aprendientes

Las preguntas que se les realizó fueron las siguientes: tu mamá o encargada prepara alimentos que le proporciona el Centro Educativo para ti y tus compañeros/as, cuáles son los alimentos que te prepara, consumes todo el alimento que te preparan las madres incluyendo la bebida, qué te gusta comprar en el cafetín escolar y que productos le gustaría que el cafetín incluyera para su consumo.

Las respuestas a proporcionadas fueron:

Los alumnos/as del Primer Ciclo de Educación Básica enuncian que “*todas las madres participan en la elaboración de los alimentos, al mismo tiempo mencionan que les gusta comerse todo porque la comida que les preparan es muy rica, muy bien elaborada, porque no se*

debe de desperdiciar y porque algunos de ellos llegan a la escuela sin almorzar. Algunos de los menús que les elaboran son: arroz negrito, crema, panes con pollo, plátanos, casamiento, enchiladas, frijoles licuados, espagueti, queso, arroz con salchichas, bebida fortificada, arroz con leche, sándwich, etc.

Además, los y las aprendientes manifiestan que les gusta comprar en el cafetín escolar porque ofrece productos que son de su agrado en los cuales se pueden mencionar: pupusas, panes, refrescos naturales, hamburguesas, chilaquillas, frutas, gelatinas, helados etc., además algunos estudiantes destacaron que compran en el cafetín porque algunas veces las madres de familia no llevan los alimentos el día que les corresponde. También mencionan que son alimentos saludables, pero les gustaría que el cafetín incluyera otras cosas para su consumo como: almuerzos, mas frutas, licuados, arroz con leche, vegetales, enchiladas, sopa maruchan, sodas, pizza, palomitas, churros, juguetes etc. Pero el cafetín no puede vender alimentos que son categorizados como comida chatarra (sopa maruchan, sodas, pizza, palomitas, churros) ya que no aportan beneficios ni las energías que el cuerpo necesita, al mismo tiempo la dirección le ha dado indicaciones que no debe vender comida rápida porque se tiene destinado a crear un cafetín saludable como se establece el en Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE)”

Cafetín escolar

Las preguntas que se le realizaron para responder a esta categoría fueron las siguientes: cuáles son los productos que ofrece para el consumo de la comunidad estudiantil, qué es lo que más vende y que otro alimentos le gustaría vender, de lo que usted ofrece hay algún tipo de alimento que usted lo prepare, se le ha capacitado para la elaboración y manipulación de los alimentos, que medidas de higiene tienen al momento de vender los productos que tiene en el cafetín, les visita el Ministerio de Salud para verificar si esta higiénicamente los alimentos, alguna vez la directora le ha propuesto capacitaciones o reuniones para elaborar los productos que ofrece en su cafetín escolar, la institución le ha propuesto alguna alternativa para mejorar los productos que ofrece su cafetín escolar.

Las respuestas que se obtuvieron son:

“La encargada del cafetín nos informa que los productos que ofrece son Pupusas, panes con pollo, chilaquillas, hamburguesas, panes hot-dog, refrescos de tamarindo, de Jamaica, de cocoa, y frutas como sandías, mango picado, chocolatinas y que lo que más vende son las frutas, y los refrescos de cocoa y de Jamaica, y de tamarindo. Además, nos comparte que le gustaría ofrecer otros productos como papitas fritas, elotes locos, y tacos. Y nos dice que la mayoría de los alimentos los elabora en la escuela, ya que los panes con pollo, hamburguesas, chilaquillas, pupusas, todo esto es preparado en el Centro Escolar.

Por otra parte, detalla que, si ha ido a capacitaciones para la elaboración de pupusas, pero tiene poco conocimiento si estos fueron impartidos por parte del Ministerio de Educación o por el Ministerio de Salud y que las medidas higiénicas que toman en cuenta para vender los productos son lavarse las manos, usar redcillas, agarrar las cosas con trinche o tenedor que es lo más usual. Así también nos informa que el MINED por supuesto le visita una vez a la semana.

Nos dice que la directora les llama para darles consejos según lo que a ella le dicen en las reuniones, de cómo se van a preparar y manipular los alimentos y que hasta el momento la directora no le ha propuesto ninguna propuesta para mejorar los productos que vende, como esto puede ser porque la directora es nueva”

Maestras

Para obtener información a esta categoría se realizaron las interrogantes: participan todas las madres en el proceso de elaboración de los alimentos y cuáles alimentos preparan, cumplen las madres de familia con traer los alimentos el día que les corresponde, cuales son los diferentes menús que se les proporciona a los niños/as y en que les beneficia, es consumido por todos/as los/as aprendientes el alimento elaborado, a qué hora se les proporciona a los/as niños/as, que es lo que compran los niños y niñas en el cafetín escolar y si se les ha brindado capacitación a encargadas del cafetín para que mejoren los productos que venden.

Las respuestas otorgadas por las maestras fueron las siguientes.

Las maestras del Primer Ciclo expresan que *“todas las madres de familia participan en la preparación de los alimentos, pero cuando surge algún motivo para que alguna madre no puede elaborar los alimentos el día que le corresponde le informa a la maestra para que le comunique a otra madre de familia, pero hay ocasiones que no llevan alimentos esto como consecuencia que por su trabajo no les quedo tiempo o que no encontraron quien los preparara.*

Igualmente nos menciona que las madres de familia preparan diferentes menús con los alimentos que se les brinda como lo son: arroz en leche, arroz negrito, crema, panes con pollo, plátanos, casamiento, enchilada con pollo y frijol, frijoles licuados, francés, queso, poleada, arroz con pollo, arroz con vegetales, y de bebida incaparina, pero cuando esta no se les da entonces consumen leche (vaso de leche). Estos alimentos son consumidos por todos/as los/as niños/as y la hora que se tiene programada para el consumo de estos es en el primer recreo de 2:30 a 3:00 PM.

Así mismo mencionan que tienen conocimiento de lo que compran sus estudiantes en el cafetín escolar durante el receso como: paletas, charamuscas, frutas (mango, pepino, sandía, melón), además mencionan que el cafetín ofrece variedad de alimentos y muchos de estos son saludables para el consumo de los niños y las niñas. También las maestras manifiestan que se está aplicando el cafetín saludable y no se puede vender bebidas carbonatada (soda), ni comida rápida (churros)”

Asistente Técnico Pedagógico (ATP)

Las preguntas que se realizaron para responder a esta categoría es: conoce alguna propuesta por parte del MINED para mejorar los productos que se venden en los cafetines escolares y se ha propuesto o se ha incluido reunión o capacitación con profesores/as, madres de familia y responsables de cafetines

Como respuesta a ellas se tiene las siguientes:

El ATP manifiesta que *“la propuesta que se ha realizados son los cafetines saludables del programa PASE, con el fin de evitar la venta de comida rápida en las escuelas, en el cual se*

espera que los alumnos/as no consuman bebidas carbonatadas para que puedan tener una alimentación saludable con refrescos naturales y licuados.

Además nos relata que él ha sido asesor de diferentes lugares del Departamento de San Miguel y que se ha podido dar cuenta que en algunos municipios han asumido con mucha responsabilidad este programa y sobre todo los que se encuentran en el área del norte (Moncagua, Chapeltique, Sesori, San Luis de la reina, Ciudad Barrios, San Antonio el Mosco, Carolina, San Gerardo) la incidencia de comida chatarra es muy mínima, en las tiendas, en la escuela se está llegando a cero la venta de la comida rápida. La alimentación en esas comunidades es completamente verde, (aguacate, frijol, arroz, leche crema, cosas que ahí se produce).

En la ciudad está costando un poco más que en otras zonas donde no ha llegado tanta tecnología, pero se está trabajando para que esto cambie y se pueda tener una reducción mínima de comida rápida en las instituciones y que los niños/as puedan consumir alimentos saludables.

Además de esto nos comenta el ATP que se ha establecido reuniones y capacitaciones con encargadas del cafetín escolar ya que el programa exige que para la apertura de un cafetín se debe presentar una documentación, también en la capacitación se le orienta sobre lo que debe y no debe vender, de la higiene que se debe tener para que los alimentos estén en buen estado. Por otra parte, existe una mínima cantidad de escuelas que se muestran indiferentes y no están colaborando en cumplir lo que exige el programa, ya que no han eliminado por completo la venta de comida chatarra y bebidas carbonatadas”

Para conocer más a profundidad sobre cómo se lleva a cabo el reparto y consumo de los alimentos, se realizó una guía de observación, en donde se obtuvo información más precisa sobre la organización y los menús de alimentos que consumen los alumnos/as del Primer Ciclo.

GUÍA DE OBSERVACIÓN PARA EL CONSUMO Y REPARTO DE LOS ALIMENTOS EN EL PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL CENTRO ESCOLAR PABLO J. AGUIRRE				
N	PREGUNTAS	PRIMER GRADO	SEGUNDO GRADO	TERCER GRADO
1	Hora de llegada de los	Estos se los entregaron	Los alimentos los	En el tercer grado la

	alimentos.	a la maestra a la 1:30 pm y los llevo una madre de familia.	llevaron a la 1:00 PM, los cuales los llevo la abuela del alumno.	madre de familia llevo los alimentos a la 1:30 PM
2	Hora de consumo de los alimentos.	La docente los repartió el momento de escuchar el toque del timbre a las 2:30 PM en el primer recreo.	Los alimentos fueron consumidos a las 2:00 PM, faltando media hora para el toque del timbre.	Al toque del timbre para salir al primer recreo la maestra comenzó a repartir los alimentos, pero solo les entregaba a los niños y niñas que le pedían los alimentos.
3	Alimentos que se consumen.	Este día los alumnos/as consumieron arroz en leche.	El menú que se les llevo a los niño/as este día fue pan francés con crema.	Este día los niños/as consumieron arroz con salchicha.
4	Bebida que consumen al momento de la entrega de los alimentos.	Este día no llevaron bebida.	La bebida que consumieron fue refresco de naranja artificial	Este día los niños bebieron refresco de incaparina.
5	Recipientes en que depositan las madres de familia los alimentos, para llevarlos al Centro Escolar	La madre de familia tomo a bien llevar el alimento en bolsas plásticas ya que era arroz en leche. Ya iba preparado en la bolsita para cada niño/a.	El recipiente donde se llevaron los alimentos fue en bolsas plásticas y en botellas de plástico el refresco artificial.	Recipiente de plástico y bolsas de plástico.
6	Responsables de repartir los alimentos a la hora de su consumo.	La maestra de primer grado es la que reparte los alimentos.	La responsable de repartir los alimentos a los niños/as este día fue la maestra de segundo grado.	La responsable de repartir los alimentos fue la maestra de tercer grado.
7	Recipiente donde toman la bebida.	Este día no tomaron bebida ya que no les llevaron.	Los y las estudiantes tomaron su bebida en vasos descartables.	La bebida fue llevada por la madre en bolsas plásticas, destinada para cada niño/a.
8	Todos los niños y niñas consumen los alimentos.	Sí. Ha todos los niños/as se les dio alimento, pero como se les entrego al momento del receso no se sabe si todos/as lo comieron totalmente o lo botaron, pero durante el receso	Si todos y todas consumen sus alimentos, ya que la maestra se encarga de que nadie se quede sin comer por lo tanto ella los reparte media hora	No, porque estaban más emocionados por salir a recreo y a otros no les gusto lo que prepararon ese día.

		se observaron a algunos niños/as degustando el alimento.	antes de que salgan a recreo.	
9	Alcanza el alimento para todos los niños y niñas.	Si y sobraron 2 bolsitas de alimentos porque faltaron dos niños que no llegaron ese día a clases.	Sí, y sobro porque faltaron algunos niños/as.	Si y sobro alimento por los niños/as que no comieron.
10	Orden a la hora de consumir los alimentos.	La maestra se los entregó cuando tocaron el timbre y formo dos filas; una de niños y otra de niñas y les iba entregando a cada uno/a de ellos/as al momento de salir a receso.	Se observó orden al momento de repartirlos ya que la maestra pasa por cada pupitre entregando el alimento y la bebida a cada niño y niña.	No hubo orden porque como fue en el primer recreo y los niños/as estaban más motivados por salir a jugar y no por comer sus alimentos.

Análisis de los resultados obtenidos de la categoría 2

Aquí se reflejan los resultados obtenidos sobre los alimentos que preparan las madres de familia y encargadas del cafetín escolar para ser consumidos por los/as niños y niñas de Primer Ciclo de Educación Básica, en donde todas las madres de familia del Primer Ciclo del turno vespertino participan en la elaboración y preparación de alimentos que proporciona el programa PASE, podemos evidenciar la integración y el apoyo que brindan cada una de ellas para que este programa se pueda llevar a cabo de la mejor manera posible. Las madres son una pieza importante ya que sin el apoyo y colaboración de ellas el programa no avanzaría correctamente, sin embargo, consideramos que para que haya más efectividad en estos programas se debería de implementarse más capacitaciones sobre el programa para que al mismo tiempo conozcan la intención y el objetivo con el cual se ha implementado dicho programa y el beneficio que les aporta a sus hijos/as.

Cabe señalar también que el cafetín escolar es otro componente clave para que en la institución también se dé un ambiente de nutrición saludable y se evite o se disminuya el consumo de alimentos que no aportan los nutrientes necesarios para el organismo. Entendemos que es muy importante la participación y el compromiso de los responsables del cafetín ya que forman parte del cambio necesario para mejorar la alimentación de los niños y niñas.

El Centro Escolar está trabajando para que exista en la institución un cafetín saludable en donde se ofrezca al estudiantado una variedad de alimentos sanos que contengan las vitaminas y nutrientes que se necesitan, siempre y cuando cuenten con los hábitos higiénicos adecuados para su elaboración y su venta.

Es importante destacar que la elaboración de los alimentos que realizan las madres de familia no siempre son los que destina el programa PASE, ya que por diversos motivos o circunstancias algunas madres de familia se les es difícil elaborar los alimentos el día que les corresponde y buscan alternativas más fáciles para cumplir con la responsabilidad, sin embargo, muchas veces las alternativas que buscan no son las adecuadas ya que no cumplen con los requisitos necesarios de una buena nutrición.

CATEGORIA 3

3. Qué aprendizajes se observan en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica al consumir los alimentos del Programa de Alimentación y Salud Escolar que proporciona el Ministerio de Educación.

Esta categoría está relacionada con las respuestas que dieron la directora, maestras, madres familia del Primer Ciclo, nutricionista y el Asesor Técnico Pedagógico.

Directora

Para responder a esta categoría se realizaron las siguientes preguntas: qué conocimientos tiene acerca del PASE, cuáles son los objetivos que se han implementado, cuáles son los indicadores, cuenta el MINED con especialista en la nutrición para apoyar a los Centros Educativos con el Programa PASE, como se realiza la distribución y organización de los alimentos en el Primer Ciclo, en qué lugar se almacenan los alimentos, que otros programas se están llevando a cabo, ha observado mejorías en cuanto al aprendizaje y especialmente en la disciplina de Lenguaje y Literatura a partir de la nutrición que reciben en la escuela.

En seguida se presentan sus respuestas.

La directora nos manifiesta que *“el programa PASE lo está ejecutando el Gobierno actual para mejorar el estado nutricional de los estudiantes y así mejorar el rendimiento académico, este ha sido implementado con el objetivo de contribuir a mejorar la capacidad de aprendizaje de los estudiantes y satisfacer las necesidades alimentarias inmediatas y fortalecer las acciones educativas a fin de mejorar los conocimientos y buenas prácticas de alimentación salud y nutrición, además nos comenta que algunos indicadores del programa son: nutrición, estado nutricional, mejorar condiciones de aprendizaje, practicas adecuadas de salud y alimentación y nutrición. Menciona que este programa no cuenta con especialista en nutrición, pero si están los ejemplares sobre la política del Programa PASE que se refiere a la alimentación.*

En cuanto a la distribución y organización de los alimentos del Centro Escolar se hace en conjuntos con las madres de familia, se le manda los víveres con sus hijos e hijas para que traiga los alimentos ya preparados el día que les corresponde. Cuando se le entrega a la institución los alimentos se almacenan en una bodega especifica que solo es para los alimentos y no puede haber otros productos porque se debe garantizar la higiene de los alimentos, el espacio físico debe ser adecuado por el tipo de alimento ya que este es perecedero. En el Centro Escolar también se está brindando otro programa que es el “vaso de leche” que este se le proporciona dos veces a la semana en cada sección.

De igual manera la directora manifestó que efectivamente si ha habido mejorías en el aprendizaje, pero que no solo en el indicador aprendizaje, sino también en la asistencia porque el niño viene más a la escuela y también el ausentismo ya casi no se da en los grados, porque los alumnos/as vienen y tienen su comida”

Madres de familia.

Las preguntas que se realizaron para obtener respuestas a esta categoría fueron las siguientes:

Tiene conocimientos acerca del pase y si ha observado alguna mejoría en los aprendizajes de su hijo o hija a partir de los alimentos que le ha brindado el Centro Escolar.

Las respuestas se detallan a continuación.

“Es muy poco el conocimiento que tienen algunas madres, pero otras opinan que el Programa de Alimentación y Salud Escolar, es aquel proporcionado por el Gobierno el cual sirve como un refuerzo alimenticio a todos los niños y niñas, pero sobre todo a aquellos estudiantes que llegan a la escuela sin almorzar, permitiéndole al niño una mejor integración a los procesos de nutrición. Por otra parte, algunas madres consideran este programa como un regalo que brinda el gobierno para la alimentación de sus hijos e hijas.

En cuanto si ha observado mejoría en los aprendizajes nos mencionan que sí, y que ellas lo ven reflejado en el comportamiento, y el interés y motivación por ir a la escuela, el estado de ánimo positivo lo observan día con día, y especialmente las mejorías las ven en las notas ya que según las madres ha habido un aumento en las calificaciones de sus hijos/as”

Maestras:

Las preguntas que se realizaron a las maestras son las siguientes: qué conocimientos tiene acerca del Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE), qué tipo de alimentos entrega el MINED y cómo se lleva a cabo la distribución en el Primer Ciclo de Educación Básica, ha observado mejorías en cuanto al aprendizaje de la disciplina de Lenguaje y Literatura al proporcionar los alimentos escolares, considera usted que los y las estudiantes durante su proceso de formación (inicio) han mejorado sus aprendizajes en la disciplina de Lenguaje y Literatura.

De acuerdo a la opinión de las maestras, *“este Programa se desarrolló con el propósito de brindar a los alumnos un refuerzo complementario de la alimentación, ya que anteriormente se había notado deficiencias de aprendizajes, repitencias, inasistencias, y bajo rendimiento académico. El consumo de alimento fortalece al buen desarrollo físico y mental.*

Los tipos de alimentos que se entregan son arroz, aceite, frijol, azúcar, bebida fortificada, y el vaso de leche. Y la distribución en el Primer Ciclo de Educación Básica se realiza a través de la entrega de porciones a cada madre de familia de acuerdo al número de lista de cada alumno/a, así mismo se les brinda orientación sobre los menús que deben elaborar para el consumo de los niños, respetando las reglas de no llevar bebidas carbonatadas o comidas rápidas que no presentan ningún valor nutricional.

Manifiestan que si se han mostrado cambios significativos y que no solo en una materia, sino que en todas ya que se observa que los y las estudiantes prestan mejor atención a las horas de clases y han mejorado un poco más sus notas; al mismo tiempo nos comentan que desde el inicio de su formación los cambios de aprendizaje son mejores en los alumnos/as, se muestra más interés por el estudio. Es importante que un niño/a este bien alimentado para que se sienta motivado de aprender.

La maestra del primer grado nos comenta que está tratando de reforzar en la materia de Lenguaje y Literatura porque los niños/as tienen que tener un aprendizaje de la lectura y escritura para avanzar al segundo grado, entonces es una de las materias que se ve más horas y los niños/as tienen bastante aprovechamiento del conocimiento y lo adquieren más rápido y esto es debido a que están bien alimentados están más dispuestos a estudiar”

Nutricionista.

Para dar respuesta a esta categoría se realizaron las siguientes interrogantes: tiene algún conocimiento acerca del Programa de Alimentación y Salud Escolar que se está brindando en los Centros Escolares, considera que los alimentos que proporciona el PASE aportan los nutrientes que necesita el organismo de los niños y niñas, que sugerencias o recomendaciones puede aportar en cuanto al Programa PASE que se implementa en las escuelas.

Sus respectivas respuestas a continuación:

La nutricionista nos dijo que “si tiene conocimiento acerca del Programa PASE, y lo considera más que importante ya que ayuda al buen desarrollo físico e intelectual del estudiante, evitando la deserción escolar, además estos alimentos proporcionan las vitaminas y minerales necesarios que requiere el organismo.

A si mismo nos informa que los alimentos que se les brindan no contienen en totalidad todos los nutrientes que el niño/a necesita, pero que representan un porcentaje muy valioso debido a que estos forman parte de una alimentación básica saludable y haciendo buen uso y consumo de ellos se puede tener una alimentación saludable que se refleje en los aprendizajes del niño/a;

además de ellos ayuda para que puedan suplirse las necesidades alimenticias que se viven en los Centros Educativos.

Algunas recomendaciones brindadas en cuanto al programa de alimentación en las escuelas, apporto que se debe de acompañar de educación a los padres y madres de familia para que conozcan los beneficios e importancia que estos tienen para sus hijos e hijas y de esta manera se valoren más estos programas”

Asesor técnico pedagógico (ATP)

Las interrogantes que se le realizaron al ATP, referente a esta categoría fueron las siguientes:

Qué conocimientos tiene acerca del PASE, con qué objetivo se ha implementado, cuáles son los indicadores del programa, cuenta el MINED con especialistas en la nutrición, quién es el encargado de verificar el estado de los alimentos, en las visitas que realiza al Centro Escolar toma en cuenta el desarrollo del PASE, hay indicios de otros programas de alimentación para implementarse en las escuelas.

Como respuestas a estas interrogantes están las siguientes:

El ATP plantea de acuerdo a la interrogante que “el programa PASE tiene una larga historia, en primer lugar surge como un programa de alimentos y nace en aquellos Municipios tremendamente permeables, frágiles, y con pobreza extrema, esto como suceso en la década de los noventa, y no significa que los niños y niñas de nuestras escuelas de Primer Ciclo desde entonces reciban alimentos, no, ha habido otros programas, hubo un programa llamado “Alianza para el Progreso”, que se desarrolló en la década de los sesenta impulsado por el Gobierno de Estados Unidos, éste programa incluía: Quaker, leche, y una galleta llamada tortileche. Y nos comenta también que él fue beneficiario cuando cursaba sexto grado en el año 1969. con el transcurso de los años estos Programas de Alimentación han ido avanzando, ahora gracias a Dios tenemos estos programas que representan un programa insignia porque se ha organizado, planificado y programado correctamente. A nivel nacional hay una dependencia en el Ministerio de Programa PASE. En cada Departamento en las direcciones departamentales hay un representante en el caso de San Miguel está a cargo el Lic. Guillermo Zelaya, es el quien

administra el programa, y tiene un equipo bien organizado. Con este programa ha ido trascendiendo ya que han tomado en cuenta proporcionar alimentos con alto contenido de nutrientes como son frijoles, arroz, aceite, bebida fortificada y leche líquida y en polvo. Ya en las escuelas se organiza junto a las madres de familia para la preparación de estos alimentos y de esta manera van directamente al consumo de los niños y niñas, sirviendo este como un desayuno o un almuerzo.

De acuerdo a su tiempo de asesor él ha observado que en algunas escuelas reparten las porciones de alimentos en crudo, a cada alumno/a para que sus madres o encargadas elaboren el alimento, y en otros casos la institución pagan a personas para que preparen todo el alimento dentro del Centro Escolar, desde su punto de vista la institución debe de retomar la responsabilidad que va en beneficio de los estudiantes y deberían coordinarse mejor con las madres de familia para obtener un mejor apoyo y colaboración.

En cuanto a los objetivos que tiene inmerso el Programa nos comenta que han venido cambiando, inicialmente allá por los años sesenta era Estados Unidos que quería congraciarse con nuestro país regalando los alimentos pensando que éramos, somos y seguimos siendo un país pobre que necesita lo básico y esto es la alimentación, poco a poco el MINED asumió y presupuesto los alimentos, con el objetivo de sustentar las necesidades que presentan los estudiantes, y cubrir la mayoría de los centros escolares en las zonas rurales y urbanas del país. También nos menciona de acuerdo a los indicadores que algunos de ellos son mejorar los procesos de aprendizajes en los/as estudiantes, dado que un cuerpo que no esté bien alimentado no tiene ganas de nada.

Otro sería lograr el indicador de asistencias o mejor dicho disminuir la inasistencia a clases, y un tercero que es la oportunidad para la comunidad de servir a la escuela para la preparación de los alimentos.

Nos explica que el MINED, no cuenta por el momento con especialistas en el área de nutrición, pero sin embargo el encargado actual el Lic. Guillermo Zelaya a pesar de no ser un especialista en nutrición se desempeña excelentemente en esta área, ya que, gracias a él, San Miguel es uno de los Departamentos que mejor está trabajando el Programa de Alimentación y Salud Escolar. Por otra parte, nos dice que el realiza visitas de observación a las bodegas donde se almacenan

los alimentos y si ve algo que no está higiénicamente en el espacio, lo reporta de inmediato al encargado del programa Lic. Guillermo de esta manera él llega con autoridad de su cargo a realizar las respectivas sugerencias.

De acuerdo si existen otros programas de alimentación escolar él nos menciona que por el momento no hay indicios de nuevos programas de alimentación a implementarse”

Análisis de los resultados obtenidos de la categoría 3

De acuerdo a los aprendizajes que se observan en los y las aprendientes de Primer Ciclo de Educación Básica al consumir los alimentos del Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE) que proporciona el Ministerio de Educación. Desde esta perspectiva el programa PASE está enfocado a brindar una ayuda alimenticia a todo el sector educativo del país y con ello busca mejorar los niveles nutricionales del niño/a, incrementar la asistencia a clases, disminuir el ausentismo y la deserción escolar.

El Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE) es de gran beneficio para el niño/a ya que además de ser un incentivo es un aporte nutricional que contribuye a los procesos de aprendizaje en etapa escolar. También es importante destacar que una buena nutrición es ingerir los nutrientes requeridos que el organismo necesita para su buen funcionamiento. Los alimentos que el programa brinda a la población estudiantil contiene los nutrientes necesarios que aportan las vitaminas y minerales requeridas para gozar de una buena salud, pero no son suficientes por eso es importante acompañarlos de otros alimentos como: frutas, verduras, lácteos etc.

Así mismo cuando un niño o niña está nutrido se refleja en su estado de ánimo, en su comportamiento, en el desempeño de sus actividades físicas e intelectuales. Los aprendientes de Primer Ciclo de Educación Básica han reflejado mejoras de aprendizaje desde que han sido beneficiados con el Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE), esto debido a que han manifestado cambios de aprendizaje desde el inicio de su formación, además se muestran más atentos y motivados al momento de recibir sus clases y realización de tareas que se le asigna.

Es por eso que consideramos que la directora, maestras/os y madres de familia deben informarse y capacitarse para que de esta manera tengan un mayor involucramiento en la implementación del Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE) y que los alimentos que son preparados por las madres sean saludables y se pueda evitar el consumo de comidas rápidas que perjudican las condiciones de desarrollo y aprendizaje, así mismo se concienticen sobre lo importante que es una adecuada nutrición en su proceso de aprendizaje.

CAPITULO V

REFLEXIONES FINALES

La reflexión final del proceso investigativo surge de una realidad observada a través de la guía de observación, la encuesta realizada a los/as estudiantes del Primer Ciclo del turno vespertino, y de las entrevistas aplicadas a la directora, las maestras del Primer Ciclo, madres de familia, la encargada del cafetín escolar, el Asistente Técnico Pedagógico y la nutricionista del Ministerio de Salud. Están acompañadas de posibles estrategias que están orientadas en el ámbito nutricional del educando y también en el desarrollo de la disciplina de Lenguaje y Literatura.

Estas reflexiones están relacionadas de acuerdo a las preguntas de investigación y a las reflexiones por categorías.

- ❁ La nutrición es principalmente el aprovechamiento de los nutrientes necesarios para el buen funcionamiento, crecimiento y mantenimiento de sus funciones vitales, es por ello que consideramos fundamental que en la etapa escolar los niños y niñas tengan una adecuada alimentación que contengan los nutrientes necesarios que su organismo necesita para ejercer con eficiencia todas las actividades intelectuales y físicas que se presentan en la vida cotidiana.

Es importante destacar que para que una nutrición sea de calidad depende de los tipos de alimento que los niños y las niñas consuman antes de irse para la escuela ya que si son alimentos saludables les brindará el aporte adecuado que necesitan y si son comidas rápidas (pizza, hamburguesa, sopa maruchan, entre otros) no les aportará los nutrientes que necesitan para su desarrollo físico e intelectual.

A si mismo se debe tener en cuenta que una adecuada nutrición en la etapa escolar del niño/a si influye positivamente y se puede observar durante las jornadas de clase ya que muestran un buen comportamiento, interés y motivación por los contenidos además cuando están siendo alimentados correctamente están siendo beneficiados de todos los nutrientes que necesitan para un completo bienestar y desarrollo.

Es necesario mencionar que las clases de alimentos que el Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE) brinda a los Centros Escolares proporcionan los nutrientes adecuados que los niños y niñas necesitan, pero no en su totalidad, así como lo manifiesta la nutricionista que se entrevistó. Además las maestras, madres de familia y directora consideran estos alimentos indispensables para el desarrollo físico e intelectual del educando, pero para que estos alimentos le sea útil al niño y niña depende también de su preparación es decir que si lo preparan de una forma inadecuada pierden las vitaminas que este contiene y hasta pueden convertirse en comidas rápidas por eso es necesario que a las personas que preparan los alimentos se le capacite acerca de la forma correcta de elaborarlos para que estos no pierdan los nutrientes y vitaminas que contiene y por lo tanto los que el niño y la niña necesitan para su completo desarrollo.

Es por ello que el comienzo de una buena nutrición se debe dar desde que un niño o niña se está desarrollando en el vientre de su madre ya que este se reflejará en el aprendizaje que este pueda obtener al momento que se encuentre en la escuela ya que la influencia que la nutrición tiene en el niño/a es importante para que logre un buen aprendizaje.

Así también el Centro Escolar juega un papel fundamental para el desarrollo e implementación correcta del Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE), ya que como institución formadora se debe comprometer en darle un buen funcionamiento y seguimiento a este programa para que todos los actores sean beneficiados y a la vez reflejar que están comprometidas/as en servir profesionalmente a la población estudiantil.

En el Centro Escolar Pablo J. Aguirre la ejecución que se le está dando al Programa de Salud y Alimentación Escolar (PASE) se puede ver que se está desarrollando de la mejor manera ya que día a día se les entrega a los alumnos/as de los respectivos grados los alimentos a ser elaborados, pero en algo que la institución deben prestar atención y buscar solución para que esto mejore es, en la participación que las madres tienen ya que por diferentes motivos en ocasiones no se pueden llevar a la escuela el refrigerio y algunas de ellas por cumplir el día que les corresponde toman otras medidas alternativas las cuales se basan en llevar alimentos(galletas, bebidas carbonatadas, hamburguesas etc.) que no son saludables para los niños y niñas en su aprendizaje.

Es importante y a la vez necesario que todos los actores educativos se comprometan para el correcto desarrollo del Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE) y se concienticen en la influencia que tiene la nutrición en el aprendizaje de los niños y niñas en etapa escolar ya que si están bien nutridos va a rendir mejor en sus clases.

El uso inadecuado de estrategias y metodologías aún están presentes en los salones de clase específicamente en la disciplina de Lenguaje y literatura en el Primer Ciclo, se identificó que las maestras aun imparten sus clases de una manera tradicional, no se apoyan de nuevos recursos y metodologías de aprendizaje que les pueda ayudar a la comprensión de contenidos de los educandos y al desarrollo de las competencias de

Lenguaje y Literatura. Es importante que se auxilien de diferentes recursos y metodologías para que los niños y niñas se motiven a prestar atención y se involucren en las actividades de aprendizaje, de esta manera consideramos que si la maestra hace uso de nuevas estrategias contribuirá a que el alumno/a tenga una mejor comprensión, si bien es cierto la alimentación es esencial para que exista aprendizaje pero también se necesita que la maestra incorpore recursos en el desarrollo de sus clases que ayuden a generar en el niño y la niña un ambiente de motivación y participación para que se dé el desarrollo de las competencias de aprendizaje.

- ❁ Los indicios de la nutrición en los Centros Escolares se destacaron por los años sesenta, este como un apoyo que brindaba el Gobierno de los Estados Unidos, posteriormente a ello surgieron muchos cambios de mejora para fortalecer el programa de alimentación en donde se pretendía disminuir los índices de inasistencia y desnutrición que han venido surgiendo; actualmente tenemos el Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE), el cual ha dado cobertura en zonas rurales y urbanas de El Salvador, este con el objetivo de disminuir la inasistencia a clases, mejorar los procesos de aprendizaje y mayor involucramiento por parte de la comunidad.

Por otra parte, el Programa PASE en la zona Oriental cuenta con un personal capacitado que lleva un control de higiene adecuado de los alimentos en crudo que se destina a las escuelas, de esa manera se garantiza una mejor calidad de los alimentos brindados.

En cuanto al ATP en las visitas que realiza verifica como se está llevando a cabo la distribución de los alimentos en el Centro Escolar y si observa algún problema se lo hace saber al encargado para que este tome las medidas necesarias y pueda solucionarlo o mejorarlo, no cabe duda que la labor que realiza el ATP va más allá de su labor ya que él no se remite hacer simplemente su trabajo de orientador, sino que también se interesa porque el programa de alimentación avance conforme a las especificaciones que el MINED sugiere.

Por otra parte, consideramos que el MINED y el Ministerio de Salud deberían de coordinarse mejor y crear nuevos programas que contribuyan al bienestar de los estudiantes, pero sin embargo no hay indicios de nuevos enfoques de programa, y poco protagonismo por parte de los miembros del sector de salud.

Las madres de familia del Primer Ciclo participan para la elaboración de los alimentos para sus hijos/as, lo que significa que todas han adquirido el compromiso y la responsabilidad de preparar los alimentos el día que les corresponda, es admirable el esfuerzo que realiza cada madre de familia que a pesar de la diversidad de compromisos laborales y personales que suelen presentarse toman a bien buscar otras alternativas para cumplir con el compromiso que tienen ese día con la escuela.

A si mismo consideramos que deberían de retomar y adquirir otro compromiso que es de suma importancia para sus hijos e hijas, y este va relacionado al tipo de alimentos que elaboran ya que no basta solo con llevar el refrigerio, sino que también conocer el efecto que podría tener en los estudiantes el consumo de otros alimentos que no son específicamente los que proporciona el MINED, ya que hay muchas madres de familia que se les hace menos complicado comprar los alimentos ya preparados y bebidas carbonatadas, pasando por alto las indicaciones brindadas de la institución.

La hora indicada para llevar los alimentos a la institución es a las 2:00 PM, pero algunas madres de familia toman a bien llevar los alimentos al momento que sus hijos e hijas se dirigen a la escuela, posteriormente se retiran desligándose así de la repartición de los alimentos a cada alumno/a y quedando de responsable las maestras, la cual toma propia autoridad de decidir cómo y a qué hora los repartirá, consideramos que algunas de ellas no lo hacen de la manera correcta ya que según lo observado hay maestras que los reparten al momento de salir a recreo, y es allí en donde se genera desorden y rechazo al consumo de los alimentos, ya que no es lo mismo que un niño/a se encuentre sentado tranquilamente comiendo, que estar en el receso de pie; es por ello que consideramos que lo correcto sería proporcionar estos alimentos al inicio de la clase o media hora antes del

inicio del receso; de esta manera se generaría un mayor control y orden al momento de la entrega y consumo de los alimentos.

Algo muy importante que se pudo reflejar es el poco conocimiento que las madres de familia tienen sobre el Programa de Alimentación, ya que de las madres que se entrevistaron la mayoría fue muy breve en expresar la opinión sobre dicho programa, y es fundamental que ellas conozcan y se concienticen de los beneficios y mejoras que este programa le brinda a sus hijos/as para que de esta manera exista un mayor compromiso, amor y apoyo para que el Programa de Alimentación no se vea como un “trabajo o una obligación” si no que lo vean como un grandioso aporte a la educación, al aprendizaje y a la salud de sus hijos/as.

Las madres de familia también se involucran en cuanto a lo que compran los niños y niñas en el cafetín escolar, ya que ellas les preguntan que han comparado ese día, también en verificar los alimentos que ofrecen en el cafetín y si algunos productos no les parecen toman a bien comunicárselo a la encargada del cafetín para que tomen en cuenta su opinión y puedan mejorarlos o dejarlos de vender si este no es de beneficio nutricional para los niños y niñas.

Por otra parte, el Centro Escolar este año ha anexado al contrato que tiene la encargada del cafetín con la institución el dictamen número 40 de aprobación en la Asamblea Legislativa, en el cual se establece que los cafetines escolares no pueden vender bebidas carbonatada ni comidas rápidas. Es por ello que la directora orienta a las encargadas del cafetín para que se tome en cuenta este reglamento y de esta manera no infringir la ley. Hasta el momento por parte de la institución no existe ninguna propuesta para el cafetín, pero si, la directora les recomienda que se venda las frutas de acuerdo a la temporada.

El cafetín escolar ofrece variedad de productos a la población estudiantil, el Centro Escolar está trabajando para llevar a cabo lo que es el cafetín saludable y para ello se ha disminuido la venta de golosinas y bebidas carbonatadas, lo que si se observó en pequeña cantidad es la venta de algunos churros. Además de esto se están implementando algunas medidas higiénicas, por ejemplo: los alimentos estaban cubiertos y embolsados, además

el personal utiliza gabachas, redecillas en su cabeza; así también el local donde está el cafetín no permanece totalmente limpio porque existe basura en el piso y esto genera moscas y por lo cual consideramos que se debería mantener limpio el piso y limpiar la cocina diariamente y los utensilios que se utilizan.

Así también la mayoría de productos que el personal del cafetín ofrece son elaborados en el Centro Escolar pero a la encargada del cafetín le gustaría aumentar la variedad de alimentos que vende ya que al estudiantado le agrada comprar otros productos; además las capacitaciones que han recibido el personal del cafetín solo se ha enfocado para la elaboración de pupusas, pero lamentablemente desconocen quien fue la institución encargada de dicha capacitación, también existe una orientación por parte de la directora para informarle sobre la elaboración y manipulación que ellas deben tener en cuanto a los alimentos que venderán para el consumo del estudiantado ya que es muy importante que se tomen todas las medidas que se les indican para que puedan reflejar un cafetín saludable y que sea de beneficio al estudiantado.

Es importante comentar que en el área urbana está costando implementar los cafetines saludables esto debido a que se encuentran accesibles los alimentos categorizados como comidas rápidas y es por eso que en los cafetines se adquieran estos productos. En las escuelas rurales se está haciendo más fácil la implementación del cafetín saludable esto debido que no está acostumbrado al consumo de comida rápida, además es el lugar donde cultivan variedad de alimentos y también por la zona donde se ubican las escuelas no es muy transitada por carros repartidores de comida rápida por lo tanto en el cafetín toma a bien la venta y consumo de comidas saludables.

Es fundamental que la zona urbana se comprometa para evitar en gran manera la venta y consumo de comidas no saludables en los cafetines escolares y hay que tener en cuenta que la ingesta de estas comidas afecta negativamente el organismo del niño y la niña y puede crear problemas de salud, de hábitos alimenticio y en consecuencia problemas de aprendizajes; es por ello que es un deber y un compromiso que deben tomar todos los actores educativos.

Se debe brindar más capacitación al personal del cafetín para que ofrezcan alimentos saludables a la población estudiantil, así también las madres y maestras deben involucrarse más en cuanto al tema de la nutrición y darles a conocer los signos que presenta un niño o niña en estado de desnutrición para que tomen medidas respectivas al caso, por otra parte la institución debería coordinarse mejor con el Ministerio de Salud para realizar frecuentemente campañas de concientización y salud nutricional dirigidas a todos los actores educativos, de esa manera se mejorará el proceso educativo y a la vez habrá mejores condiciones de salud y aprendizaje en el Centro Escolar.

- ❁ Los cambios que puede generar una buena nutrición en los alumnos/as son diversas ya que no solo les ayuda a que puedan obtener una buena salud sino también a un cambio de aprendizaje y de ánimo, los cambios que esta genera son positivos y de gran beneficio que se reflejan grandemente en el desarrollo físico e intelectual del niño/a, es importante señalar que la motivación en la sala de aula es evidente cuando un niño/a se encuentra alimentado; lo que significa que la nutrición es un aspecto fundamental que no se puede pasar por alto en la educación y que se debe de coordinar esfuerzos para que ésta exista.

Los/as aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica, han mostrado diversos cambios los cuales han sido presenciados por las maestras y por sus madres, estos han sido positivos para su salud y su aprendizaje. Algunos de los cambios que reflejan es: que los niños/as presentan un mayor nivel de motivación, interés, atención, se ha incrementado el índice de asistencia a clase y sus calificaciones han mejorado en todas las materias.

La nutrición que tiene el niño/a ha jugado un papel muy fundamental e importante en su aprendizaje ya que por medio de esta se puede obtener un mejor desarrollo en las áreas conceptuales, procedimentales y actitudinales y al mismo tiempo en los indicadores de asistencia y ausentismo, esto debido a que el niño/a se les brinda un refrigerio en la escuela el cual les está beneficiando de gran manera y les ofrece un aporte nutricional que ayuda a suplir las necesidades alimenticias que algunos niños/as padecen.

Podemos decir que una buena nutrición es la evidencia que un aprendiente puede mostrar en su desarrollo físico e intelectual y en la motivación y el interés que tenga hacia ello,

por eso consideramos que esta temática debe asumirse con más compromiso por parte de toda la institución y de los actores que forman parte del Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE) ya que los alimentos que este brinda son de gran ayuda para los niños/as pero que se debe de seguir fortaleciendo para que sea de mayor aporte y aprovechamiento para todos/as, creemos necesario hacer un mayor involucramiento para capacitar, orientar, informar y concientizar a todos los que forman parte de este trabajo para que tomen en cuenta la influencia que tiene una buena nutrición en el aprendizaje de los niños/as y al mismo tiempo generar con ello un cambio en los hábitos alimenticios que se tienen para que pueda ser el reflejo de una buena salud física e intelectual.

CAPITULO VI

PROPUESTA NUTRICIONAL PARA QUE SEA UTILIZADA EN LA ELABORACIÓN DE ALIMENTOS POR PARTE DE MADRES DE FAMILIA Y EL CAFETÍN ESCOLAR.

Este capítulo se elabora a partir de los resultados obtenidos en la investigación que se realizó en el Centro Escolar Pablo J. Aguirre con el fin de proponer diversos menús nutricionales que puedan ser preparados por las madres de familia y encargadas del cafetín escolar, al mismo tiempo dar orientación a los/as aprendientes para que tengan conocimientos sobre nutrición.

Entre los aspectos que contiene la propuesta se encuentran: objetivos de la propuesta, la descripción referencial teórico, propuestas de actividades que se realizarán con el sector educativo y los menús a elaborar por parte de las madres de familia y el personal del cafetín, la reflexión de la propuesta y por último el cronograma de actividades; esto con el objetivo que las madres de familia haciendo uso de los alimentos que entrega el Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE) elaboren diferentes menús nutricionales de una forma creativa, rápida, deliciosa y que a la vez aporte nutrientes necesarios que el niño/a necesita para su aprendizaje. Así también estos menús van dirigidos al personal del cafetín para que puedan elaborar y vender alimentos saludables para toda la población estudiantil.



I. INTRODUCCIÓN

Esta propuesta se realizó con el objetivo de presentar recetas nutricionales fáciles y de buen aporte nutritivo tomando en cuenta los alimentos que brinda el Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE), los cuales serán elaborados por madres de familia y encargada del cafetín; tomando en consideración charlas y talleres que se les brindará por medio del apoyo que generó una especialista en nutrición del Ministerio de Salud.

La propuesta está estructurada de la siguiente manera: objetivos de la propuesta, la descripción, referencial teórico, actividades que se realizarán con la directora, maestras, alumnos/as, madres de familia del Primer Ciclo del turno vespertino, personal del cafetín escolar y para finalizar cuenta con las reflexiones.

La propuesta está enfocada para concientizar al personal educativo sobre la importancia que genera una buena nutrición en el aprendizaje de los niños y niñas en etapa escolar, además crear hábitos alimenticios adecuados para una buena salud, al mismo tiempo que las madres de familia y el personal de el cafetín incluyan en sus alimentos diferente menús para el consumo de los/as aprendiente, esta propuesta además presenta las referencia teórica realizadas en la investigación denominada: **“La influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre del Distrito 12-08 del Municipio de San Miguel, Departamento de San Miguel, durante el período de febrero a julio del año 2016”**.

De esta manera esperamos contribuir para que el tema de nutrición sea abordado de una manera más considerada y de igual forma disminuir los índices del consumo de comidas no saludables.

II. OBJETIVOS.

Objetivo general:

Elaborar una propuesta nutricional en coordinación con un/a nutricionista del Ministerio de Salud para la ejecución y capacitación dirigida a la directora, maestras/os, aprendientes, madres de familia y personal del cafetín sobre la importancia que tiene la nutrición en los procesos de aprendizaje y al mismo tiempo ofrezcan y preparen alimentos que sean de valor nutricional para el estudiantado.

Objetivos específicos:

- ✓ Capacitación de concientización con la orientación de una nutricionista del Ministerio de Salud dirigida a directora, docentes, las madres de familia y personal de cafetín, a cerca de la importancia de la buena nutrición en los procesos de aprendizaje de los niños/as en etapa escolar.
- ✓ Informar a través de charlas a los y las aprendientes sobre los hábitos nutricionales y la incidencia o consecuencia en el desarrollo físico e intelectual que les conlleva a consumir la comida rápida.
- ✓ Mejorar los menús nutricionales que están siendo elaborados por las madres de familia y el personal del cafetín, en coordinación con la institución.

III DESCRIPCIÓN

La presente propuesta plantea una serie de aspectos importantes, que permiten retomar y aplicarse en diversas estrategias nutritivas con el apoyo de una nutricionista, para orientar y concientizar a la directora, docentes, madres de familia, aprendientes y personal del cafetín sobre la importancia que conlleva una adecuada nutrición en los procesos de aprendizaje y la adquisición de buenos hábitos alimenticios, al mismo tiempo capacitar a las madres de familia sobre la elaboración y preparación de los alimentos que destina el Programa de Alimentación y Salud Escolar y a la vez mejorar la venta de alimentos que se ofrecen en el cafetín, de igual manera se pretende disminuir la venta y el consumo de alimentos dañinos que no favorecen al organismo de los niños y niñas.

Así mismo se plasman los objetivos de la propuesta donde se detallan lo que se pretende lograr, además de ello se cuenta con el referencial teórico que es la teoría que fundamenta y fortalece la propuesta en el cual se tratan temas como: la educación alimentaria nutricional contribuye a la formación de nuevos hábitos alimentarios, alimentos que debemos consumir, entre otros; también se propone una serie de actividades que se pretenden llevar a cabo con los alumnos/as y maestras del Primer Ciclo de Educación Básica, madres, y el personal del cafetín, al mismo tiempo se definen y se sugieren diversas recetas alimenticias de las cuales pueden tomar de referencia y ponerlas en práctica en el momento de la elaboración de los menús escolares y para concluir la propuesta se realiza una reflexión.



IV. Referencial teórico.

4.1.1 LA EDUCACIÓN ALIMENTARIA NUTRICIONAL CONTRIBUYE A LA FORMACIÓN DE NUEVOS HÁBITOS ALIMENTARIOS.

Según (la guía alimentaria para las familias salvadoreñas, 2014 pág. 5) “Una alimentación variada y balanceada asegura un crecimiento adecuado durante la niñez y adolescencia además de prevenir la aparición de enfermedades relacionadas con una alimentación inadecuada en toda la etapa de la vida”.

Para preparar diariamente se deben utilizar alimentos naturales los cuales se pueden agrupar con base a su contenido de nutrientes:

1. Cereales, granos y raíces
2. Huevos, leche y derivados
3. Verduras y frutas
4. Aves, pescado, res, vísceras o menudos
5. Aceites y azúcares

La variedad en la alimentación, refleja hasta cierto punto la calidad nutricional. En el primer grupo de alimentos se incluyen los cereales, los cuales son fuentes de carbohidratos, fibra, algunas vitaminas y constituyen la base de nuestra alimentación.

El segundo grupo es fuente excelente de calcio y de proteínas, los quesos como el fresco, cuajada y requesón tienen bajo porcentaje de grasa y alto en proteínas, por ellos resulta preferible su consumo.

El tercer grupo está todas las verduras y frutas que tienen un alto contenido de vitaminas, minerales y fibra en comparación a los otros grupos de alimentos. De preferencia se pueden consumir crudas, siempre y cuando estén bien lavadas.

En el cuarto grupo incluyen las carnes de aves, pescado, res y menudos o vísceras que nos aportan proteínas, hierro, ácido fólico y otras vitaminas y minerales por lo que deben ser consumidas al menos dos veces a la semana.

El quinto grupo son los aceites y azúcares los cuales son fuentes de energía, además los aceites proporcionan ácidos, grasas esenciales y en nuestro país el azúcar este fortificado con vitamina A.

Otra forma de clasificar los alimentos es de acuerdo a su nivel de procesamiento: poco procesados, procesado moderado y muy procesado.

ALIMENTOS SEGÚN SU NIVEL DE PROCESAMIENTO	
Poco procesados	Consumo diario
Procesados moderados	Consumo eventualmente
Muy procesado	Consumo restringido

Los alimentos pocos procesados son inofensivos para la salud. Los de moderado procesamiento pueden contener sustancias dañinas para la salud e incluyen trituración, molienda, refinación, hidrogenación, purificación, horneado en curtido, hidrólisis, uso de enzimas y aditivos. Los alimentos muy procesados o ultra procesados contienen aditivos como colorantes que resultan dañinos para la salud y se caracterizan por ser pobres en nutrientes, estos están sometidos a fritura superficial o profunda, curados o ahumados, con uso de conservantes y aditivos cosméticos, empaques sofisticados y enlatados

Durante la alimentación diaria deben de prepararse alimentos de todos los grupos de preferencia escoger los que tienen más nutrientes y que sean poco procesados para asegurarse que se está consumiendo todos los nutrientes necesarios para mantener una excelente salud.

Las verduras y frutas son fuente de vitaminas, minerales, agua y antioxidantes. Las verduras además contienen fibras solubles e insolubles. El color de las verdura y frutas nos ayudan a identificar las sustancias que contienen en mayor cantidad.

A los niños y niñas se les debe enseñar y motivar a comer verduras y frutas desde la introducción de alimentos a través del ejemplo de los padres.

Se debe incluir en la alimentación diaria por lo menos los alimentos como: leche, queso fresco, cuajada, requesón o huevo, estos son una importante fuente de proteínas, lactosa, vitaminas (A, D, B2, B12) y calcio, minerales importantes para la formación de huesos y dientes.

4.1.2. ALIMENTOS QUE DEBEMOS EVITAR CONSUMIR

Según la guía alimentaria (2014, pág. 15) “los alimentos que se deben evitar consumir son: bebidas azucaradas, frituras, embutidos, golosinas, comidas rápidas y alimentos enlatados”.

Estos alimentos tienen sabor delicioso y apariencia apetecible, pero aportan grandes cantidades de grasas saturadas y calorías.

Se recomienda evitar el consumo de todos estos alimentos debido a la cantidad de aditivos alimentarios que le agregan durante el procesamiento y el tipo de las grasas que se utilizan para la preparación.

La energía o calorías contenidas en estos alimentos es mayor que la que el organismo requiere para funcionar adecuadamente. Las vitaminas y minerales están ausentes debido a que estas se encuentran en los alimentos frescos o naturales y el procesamiento utilizado para la preparación de estos productos las eliminan.

En los niños y niñas se ofrecen como merienda y rehúsan comer las comidas en las que se les proporciona los nutrientes necesarios para un crecimiento normal. Es preferible en el refrigerio escolar colocarles frutas, yogurt, verduras en trocitos como: pepinos, jícama y zanahoria.

4.1.3. EJEMPLOS DE MENÚS QUE SE PUEDEN PREPARAR:

El valor nutritivo de los alimentos puede perderse si los preparamos inadecuadamente, por ejemplo: las verduras tienen que cocinarse poco tiempo y no córtalas mucho de lo contrario pierden vitaminas. También si se dejan en remojo después de lavarlas. Una buena forma de

aprovechar las vitaminas que se pierden el aula del conocimiento es utilizarla en caldos, sopas, purés y salsa. En el caso de las verduras la cocción ideal es al vapor, ya que no se pierden las vitaminas y minerales.

Desayuno: es de gran importancia porque nos aporta la energía que necesitamos para tener un adecuado rendimiento físico e intelectual en la jornada laboral y escolar. El desayuno debe contener al menos tres de los siguientes elementos: un lácteo: un vaso de leche un yogurt o queso; cereales: pan integral tortilla, plátano, frijoles, granola o cereales de desayuno; frutas o jugos: papaya, naranjas, otros. Se pueden complementar con otros que brindan proteína como los huevos o jamón y nueces.

Refrigerio: no es recomendable pasar demasiadas horas sin comer por lo tanto es recomendable tomar algunos alimentos a media mañana: fruta + yogurt; o café con leche + tostada con jalea; o pan con queso + jugo de frutas; o barra de granola + yogurt de frutas.

Almuerzo: en este tipo de comida lo mejor es incluir alimentos de los cinco grupos; una ración de: arroz, pastas, papas, un elote; dos raciones: una ensalada fresca + verduras; una ración de carne, ave o huevo; dos raciones de pan o tortilla; una ración de frutas o refresco natural.

Cena: por ser la última comida del día es recomendable consumir alimentos de fácil digestión, como verduras cocidas, sopas, pescados, lácteos, por lo tanto, la cena debe incluir: una porción de ensalada fresca o verduras, una porción de pastas, papas, frijoles o arroz; una porción de pescado, aves o huevos; una porción de pan y tortilla; una porción de frutas y una porción de lácteos.

4.1.4 NORMAS BÁSICAS DE NUTRICIÓN.

- Consumir alimentos variados de todos los grupos.
- Aumentar el consumo de frutas y vegetales.
- Consumir cantidades suficientes de alimentos para cubrir las necesidades nutricionales de energía y nutrientes de cada persona.
- Consumir alimentos seguros, es decir libres de contaminación por microbios, bacterias o sustancias tóxicas.

- Consumir alimentos de 3 a 5 veces al día.
- Desayunar diariamente.
- Consumir de 8 a 10 vasos de agua diariamente.

4.1.5 SEGURIDAD, HIGIENE, MANIPULACIÓN Y CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS Y LA PERSONA QUE PREPARA LOS ALIMENTOS.

Todos los aspectos tienen que ver tanto para los alimentos como para la persona que lo prepara y los sirve. Los alimentos se alteran por la presencia y acción de las bacterias. Se debe limpiar y desinfectar diariamente la cocina.

La seguridad de los alimentos se refiere a la protección de vectores (moscas, cucarachas, roedores) y mascotas (perros, gatos), la persona que prepara los alimentos y al uso de los utensilios empleados en las preparaciones culinarias.

Se debe usar abundante agua segura y jabón cuando se amerite para mantener una buena higiene.

La conservación de los alimentos nos ayuda a preservar la calidad, las propiedades nutritivas y organolépticas (sabor, olor, color, y textura). Algunos alimentos se conservan a temperatura ambiente en lugares frescos y secos y otros en refrigeración o congelación.

Los factores fundamentales para la conservación de los alimentos son: temperatura, tiempo, y tipo de alimentos.

En cuanto a la temperatura, los alimentos quedan expuestos al crecimiento de bacterias a temperatura ambiente, el frío detiene el crecimiento y el calor los destruye.

En cuanto al tiempo, es importante que almacenemos los alimentos que no se consumirán inmediatamente en los lugares que no se contaminen.

En cuanto al tipo de alimento, se deben conservar con cuidado la carne, pollo, pescados y menudos ya que en la carne existen microorganismos propios del animal, separe los alimentos crudos de los cocidos y no use los mismos utensilios y equipos para evitar la contaminación cruzada.

Medidas higiénicas a tomar:

- 1-** Lavado de manos al iniciar la manipulación de los alimentos y todas las veces que sea necesario (después de usar el baño, manipular dinero).
- 2-** Uñas cortas y limpias, no uso de joyas en las manos, y uso de redecillas en la cabeza, o cabello recogido.
- 3-** Disposición adecuada de basura (seleccionar la basura orgánica y reciclar el plástico, el vidrio, papel y cartón). Además, los recipientes deben estar tapados para evitar la propagación de olores y filtración de líquidos.
- 4-** En caso de accidentes: quemadas, intoxicaciones, heridas. Evitar seguir manipulando alimentos y buscar medidas médicas. En caso de padecer enfermedades infecciosas tomar medidas específicas (no toser o estornudar, vendar heridas o usar guantes, etc.).
- 5-** No deje los alimentos cocinados a temperatura ambiente por más de dos horas.



4.2 SEGUIMIENTO METODOLÓGICO DE PROPUESTA NUTRICIONAL PARA DESARROLLARSE EN EL CENTRO ESCOLAR PABLO J. AGUIRRE.

Una propuesta es un proceso de trabajo que incluye varias actividades importantes a desarrollarse. La propuesta nutricional involucra diversas formas o maneras de las cuales se orientará y capacitará a madres de familia, al personal del cafetín y al mismo tiempo al sector educativo tomando a bien concientizar a toda la población para que pongan en práctica los hábitos o las medidas que se debe de tener en cuenta para una buena nutrición.

Para implementar esta propuesta y que se desarrolle de la manera más adecuada y eficaz se ha considerado ejecutarla en coordinación con un profesional en nutrición ya que él/ella es el que posee los conocimientos necesarios y experiencia en su área para poder brindar la información necesaria a la población.

Para ello se ha seleccionado una serie de menús en las cuales las madres de familia pueden hacer uso y orientarse en la preparación y elaboración de alimentos sanos y saludables para los/as aprendientes de la institución reflejándose así una buena nutrición y a la vez utilizando y aprovechando correctamente los alimentos que les brinda el Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE).

En esta propuesta se incluyen diferentes actividades a desarrollarse con los diferentes actores educativos con el fin de que exista mayor involucramiento por parte de toda la población con la que se trabajará.

A continuación, presentamos algunas actividades que se implementaron en el Centro Escolar Pablo J. Aguirre, así mismo un listado con diferentes menús alimenticios de los cuales se pueden hacer uso y también una serie de recomendaciones higiénicas que se deben tomar en cuenta al momento de preparar y manipular los alimentos.

4.2.1 CONCIENTICEMONOS PARA UNA BUENA NUTRICIÓN.



Una de las actividades que se tomó para desarrollar es la que lleva como tema “Concienciémonos para una buena nutrición” la cual estaba enfocada para realizarse con las madres de familia, en esta se abordó sobre lo que es el Programa de alimentación y Salud Escolar (PASE), con qué objetivo se ha implementado y los beneficios que este aporta a los niños y niñas, al mismo tiempo se les hablo de la importancia de una buena nutrición, así también de los alimentos y productos que el programa entrega y en base a ello se les informo acerca de los tipos de menús nutritivos que ellas puedan preparar de manera fácil y rápida.

Esta es una actividad ingeniosa en la cual se espera generar en las madres un cambio positivo, para ello se contó con el apoyo de la directora, maestras y una experta en nutrición del Ministerio de Salud.

Mediante esta charla las madres de familia se concientizaron y descubrieron nuevas modalidades de las cuales pueden hacer un uso correcto de los alimentos y prepararlos basándose en las sugerencias que le brinde la nutricionista.

Al mismo tiempo ellas reconocieron como la nutrición juega un papel importante en el desarrollo y aprendizaje de sus hijo/as y de esta manera disminuir el consumo de comida que no aporta los nutrientes necesarios para tener una vida saludable y a la vez un buen aprendizaje.

PROCEDIMIENTO:

- Pedir la colaboración de la nutricionista para que aborde el tema a tratar.
- Visitar el Centro Educativo para coordinar fechas y convocar a las madres de familia del Primer Ciclo.
- La actividad se realizará en las instalaciones de la institución.
- La directora dará la bienvenida y el motivo por el cual se les ha convocado.
- La nutricionista dará inicio a lo que es la charla.



ACTIVIDADES DERIVADAS.

- Durante la charla se presentaron los alimentos que entrega el programa PASE y se les informó los distintos alimentos que se pueden elaborar con cada uno de ellos.
- Al finalizar se les entregó a las madres de familia un boletín el cual contenía algunos de los menús que pueden elaborar.



RECETAS QUE SE PUEDEN ELABORAR HACIENDO USO DE LOS ALIMENTOS QUE ENTREGA EL PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN Y SALUD ESCOLAR (PASE).

Según el recetario del Programa de Alimentación y Salud Escolar (2009-2014 págs. 14, 15,16), establece algunas recetas de las cuales se pueden hacer uso para elaborar los alimentos que destina dicho programa.

RECETAS ELABORADAS CON ARROZ

Arroz frito sencillo o arroz blanco (9 porciones)

Ingredientes.

1 libra de arroz

1 onza de aceite

1 cebolla mediana



Procedimiento.

1. Limpiar y lavar la cebolla, tomates y chile, luego cortarlos en cuadritos.
2. Limpiar y lavar el arroz.
3. Sofreír el arroz y cocinarlo con el agua cuando este a media cocción echarle los vegetales cortados en cuadritos.
4. Ponerle sal pimienta y achiote al gusto.
5. Verificar el sabor y consistencia servir caliente.

Arroz amarillo (10 porciones)

Ingredientes.

1 libra de arroz

Ajos

1 cucharada de polvo curry o mostaza

2 tazas de agua

Procedimiento

Fría en aceite los ajos y las cebollas, agregue al arroz ya lavado el polvo curry y muévelo, agregue el agua y sal al gusto. Cocerlo a fuego lento.

Tortillas de arroz (9 porciones de una tortilla grande cada una)

Ingredientes.

1 libra de arroz,

Agua hirviendo

Sal al gusto.



Procedimiento.

Limpiar, lavar y secar el arroz

Moler el arroz e seo hasta obtener la harina

Colocar en un recipiente amplio la harina de arroz agregar agua hirviendo poco a poco, amasando

Palmeaar las tortillas y cocerlas en comal a que se doren de ambos lados.

Arroz frito con zanahoria (9 porciones)

Ingredientes.

1 libra de arroz

1 onza de aceite

2 zanahorias grandes

1 cebolla pequeña

1 tomate

4 tazas de agua

Sal y sazónador al gusto.

Procedimiento

Limpiar y lavar la cebolla, tomate y zanahoria, y luego picarlos.

Limpiar, lavar y dejar escurrir el arroz

Sofreír los vegetales y luego agregar el arroz, freír hasta que se ponga brillante

Agregar agua y sazónador

Dejar hervir, tapar y cocinar a fuego lento.

Servir caliente (puede adornarse con queso rallado)

Arroz frito con hojas verdes (9 porciones)

Ingredientes

1 libra de arroz

5 cucharadas de aceite (1 onza)

1 manojo de hojas verdes (chili, hojas de mora, hojas de rábano, espinacas etc.)

1 cebolla pequeña.

1 tomate

Sal y sazónador al gusto.

4 tazas de agua

Procedimiento.

Lavar las hojas verdes seleccionadas la cebolla y el tomate

Picar la cebolla y el tomate

Limpia lavar y dejas escurrir el arroz.

Freír la cebolla y el tomate procurando que no tome color

Agregar el arroz y las hojas verdes, freírlas junto al arroz, hasta que este se torne brillante

Agregar agua y sazónador

Dejar hervir, tapar y cocinar a fuego lento.

Servir caliente.

Arroz con vegetales (9 porciones)

Ingredientes:

1 libra de arroz, 5 cucharadas de aceite, (1 onza)

1 zanahoria

2 papas medianas

1 güisquil mediano

1 taza de ejotes picados en trozos

1 cebolla

Sal y sazón al gusto.

4 tazas de agua



Procedimiento.

Lavar pelar y picar todos los vegetales

Limpia lavar y escurrir el arroz

Sofreír los vegetales, agregar el arroz y sofreír también hasta que tome color brillante. Agregar agua y sazonar,

Dejar hervir, tapar y cocinar a fuego lento

Servir, puede adornarse con queso rallado.

Arroz negro (9 porciones)

Ingredientes:

1libra de arroz

5 cucharadas de aceite

4 tazas de caldo de frijoles

1 cebolla pequeña

1 tomate

2 chiles verdes.

Sal y sazónador al gusto.

Procedimiento.

Lavar, pelar y picar todos los vegetales.

Limpia, lavar y escurrir el arroz.

Sofreír los vegetales picados

Agregar el arroz y freír hasta que se vea brillante

Agregar el caldo de frijoles y sazonar.

Dejar hervir y cuando se haya consumido el agua, removerlo y taparlo hasta terminar de cocinar a fuego lento.

Servir caliente.

Pupusas de arroz con frijoles (9 porciones de 2 pupusas pequeñas o una grande)

Ingredientes:

1 libra de arroz molido

4 tazas de frijol molido espeso

5 cucharadas de aceite (1 onza)

1 cebolla cortada en tiras.



Procedimiento.

1. Primeramente, se necesita limpiar la plancha con un poco de aceite o manteca, para evitar que las pupusas no se peguen.
2. Luego debe preparar la harina de arroz, la cual se revuelve con agua caliente para formar la masa.
3. Se toma un poco de masa y se golpea con la palma de la mano hasta darle la forma de una tortilla. Colóquela en la palma de la mano y en el centro agréguele los ingredientes mencionados anteriormente
4. Después se tira en la plancha para darle su cocimiento por un tiempo máximo de 5 minutos.
5. Y listo para servir y comer caliente.

Arroz frito con hojas verdes (9 porciones)

Ingredientes.

- 1 taza de arroz
- 1 cebolla grande
- 5 chiles verdes
- 3 onzas de aceite
- 1 manojo de olor
- 2 tazas de caldo de pollo o agua con sazón.
- Sal y pimienta.



Procedimiento.

Limpia y lava el arroz

Licua los chiles con la taza de agua, o caldo a utilizar y colar.

Freír el arroz y la cebolla en aceite y al estar frito agregar el caldo con el chile licuado y el resto del caldo.

Sazonar con sal y pimienta

Tapar y cocerlo por quince minutos.

(MINED, *Programa de Alimentación y Salud Escolar, 2009-2014 Recetario* pág. 14, 15, 16, 17)

RECETAS ELABORADAS CON FRIJOL.

Casamiento con plátano maduro (15 porciones)

Ingredientes.

1 libra de frijol

1 libra de arroz

9 cucharadas de aceite (3 onzas)

2 plátanos maduros medianos.

Sal al gusto.



Procedimiento:

Salcochar los frijoles y freír el arroz.

Lavar y pelar los plátanos, cortarlos en rebanadas

Calentar el aceite y sofreír los plátanos unos diez minutos.

Dejar hervir, tapar y cocinar a fuego lento, agregar los frijoles y el arroz, mezclar y dejarlo a fuego unos 15 minutos más.

Casamiento criollo (9 porciones)

Ingredientes:

1 libra de arroz

10 onzas de frijoles salcochados (4 tazas)

4 cucharadas de aceite (1onza)

1 ajo.

1 cebolla

2 chiles verdes en tiras

Sal al gusto.

Procedimiento:

Preparar el arroz frito

Caliente el aceite y freír la cebolla y el ajo. (puede retirarlos del aceite o dejarlos al gusto).

Agregue el arroz, los frijoles y remueva dejando que calienten bien.

Agregue el chile verde y caliente unos minutos más moviendo de vez en cuando. Servir.

Frijoles molidos fritos (15 porciones)

Ingredientes:

1 libra de frijol

9 cucharadas de aceite (3 onzas)

1 cebolla en rodajas



3 dientes de ajo

Procedimiento:

Salcochar los frijoles y molerlos

Dorar en el aceite la cebolla y el ajo.

Puede retirar la cebolla y el ajo o dejarlos en el aceite y agregar los frijoles molidos.

Moverlos constantemente para evitar que se peguen.

Servir.

Enchiladas de arroz con frijoles molidos (9 porciones de 2 enchiladas pequeñas o una grande)

Ingredientes:

1 libra de arroz molido

4 tazas de frijoles molidos fritos

5 cucharadas de aceite (1 onza)

Sal y achiote.

Sazonador de pollo (opcional)

Queso rallado (opcional)

Procedimiento:

Preparar la masa de arroz con un poco de sal al gusto, y agua de achiote.

Si desea a esta mesa puede agregarle un poco de sazón de pollo.

Hacer tortillas bien delgadas

Freír en suficiente aceite, hasta que estén bien doraditas.

Sacarlas del aceite y escurrirlas bien.

Aparte, poner a freír los frijoles molidos hasta que estén bien cocidos.

A cada tortilla colocarle un poco de frijoles molidos y espolvorearle queso rallado o en curtido de repollo, si se desea.

Enchiladas con frijoles molidos (9 porciones de dos enchiladas pequeñas o un grande

Ingredientes:

Una taza de frijoles refritos

2 tazas de masa

1 cucharadita de bicarbonato

1 pizca de sal

Achiote al gusto.

2 huevos duros

Media taza de queso rallado.



Procedimiento:

Moler y freír los frijoles

Se prepara la masa como para los pasteles y se hacen tortillas delgaditas

Se ponen a freír en el aceite caliente y se sacan cuando estén bien tostadas las tortillas.

Ponerle frijoles encima, una rodaja de huevo duro, y se rocían con queso rallado si se tiene.

Ensalada de frijoles (15 porciones)

Ingredientes:

1 libra de frijol

3 cucharadas de aceite (1 onza)

3 cucharadas de cebolla finamente picada

2 tomates

1 chile verde

1 cucharadita de orégano.

1 cucharadita de sal

1 taza de vinagre

Procedimiento:

Ponga a cocer los frijoles con ajos y cebolla

Picar los vegetales en cuadros

En un recipiente sazone los frijoles cocidos con orégano, sal, aceite, y vinagre.

Mezcle los vegetales cuidadosamente y sirva.

Nota: esta preparación debe combinarse con arroz frito para completar la ración diaria de arroz y aceite.

Frijoles en tomatada (15 porciones)

1 libra de frijol

3 cucharadas de aceite (1 onza)

1 cebolla pequeña

2 dientes de ajos

2 tomates

1 ramita de perejil

Sal al gusto.



Procedimiento:

Cocer los frijoles con ajos y cebolla

Lavar bien las verduras y cortarlas en trocito

Calentar el aceite en una cacerola y sofreír las verduras en trocito

Agregar los frijoles previamente salcochados, tapar y dejar hervir por diez minutos.

Frijoles enteros fritos (15 porciones)

Ingredientes:

1 libra de frijol

6 cucharadas de aceite (2 onzas)

1 cebolla en rodajas

3 dientes de ajos

2 tomates

Sal al gusto

3 onzas de queso rallado (opcional)

Procedimiento:

Cocer los frijoles con ajos y cebolla

Caliente el aceite y fría la cebolla y el ajo hasta que se dore.

Agregue los frijoles enteros y sazone con sal

Muévalos constantemente para evitar que se peguen. Sirva caliente.

Adorne con queso rallado si desea.

Frijoles sudados con verduras (15 porciones)

Ingredientes:

1 libra de frijol

3 tazas de caldo de frijol

3 cucharadas de aceite (1 onza)

1 zanahoria

1 plátano

1 papa grande

1tomate

1 cebolla pequeña

Hojas de laurel y condimento

Procedimiento:

Salcochar los frijoles

Lavar, pelar los vegetales y picarlos.

Sofreír los vegetales, agregar los frijoles y el caldo.

Tapar y dejar cocinar por 25 minutos.

Sopa de frijoles (15 porciones)

Ingredientes:

1 libra de frijol

Cebolla

2 tallos de cebolla 5 dientes de ajos

Sal al gusto



Procedimiento:

Limpiar los frijoles y lavarlos

Ponerlos a hervir en suficiente agua

Agregar el ajo, los tallos, y la cebolla.

Cocinar a fuego lento

Agregar sal cuando comiencen a ablandar

Verificar que los frijoles tengan suficiente sopa.

Servir caliente, agregando frijoles a cada porción. (Se puede adicionar arroz cocido).

Sopa de frijoles con verduras (15 porciones)

Ingredientes:

1 libra de frijol

Sazonador al gusto

2 zanahorias medianas

1 cebolla mediana

3 tomates medianos

2 papas grandes

2 chiles verdes medianos

1 diente de ajo

Sal al gusto.

Procedimiento:

Lavar las verduras y cortarlos en trocitos pequeños.

Poner a cocer el ajo y la cebolla al estar blandos agregar las verduras

Sazonar con sal al gusto.

Tapar y esperar a que se cocinen las verduras.

RECETAS ELABORADAS CON LECHE

Arroz con leche:

Ingredientes:

Media libra de arroz

2 tazas de leche

1 raja de canela

Media taza de azúcar

Pizca de sal

1 cucharadita de ralladura de cascara de limón.



Procedimiento:

Ponga a hervir la canela con dos tazas de agua hasta que despida

En esta agua de canela, ponga a cocinar el arroz con el azúcar y la pizca de sal, hasta que se ablande.

Cocine a fuego lento y tapado.

Agregar la leche y seguir cocinando hasta que este esponjado, agregue la ralladura de limón y listo.

Arroz especial con fruta y leche.

Ingredientes:

1 libra de arroz

1 taza de leche

4 guineos

Media piña

1 coco (la carne rallado)

1 zapote.

Pasas al gusto (opcional)

1 taza de azúcar

1 raja de canela

1 cucharada de vainilla

1 pisco de sal.

Procedimiento:

Se pone a cocer el arroz en cuatro tazas de agua, con la canela, sal y azúcar.

Cuando este blandito y se halla consumido el agua se agrega primero la piña y las pasas y se cocina por dos minutos.

Luego se agregan las demás frutas (siempre picadas en pedacitos), la leche, la vainilla y se mezclan bien.

Se baja del fuego y se tapa, se deja reposar por unos minutos para que esponje y listo.

Leche poleada:

Ingredientes:

10 tazas de leche

1 taza de harina de arroz (puede usar harina de bebida fortificada)

Media libra de azúcar

1 cucharada de canela molida

Vainilla al gusto.

Procedimiento:

Mezclar bien todos los ingredientes con agua al tiempo.

Cocinar a fuego lento sin dejar de mover, hasta que tenga consistencia espesa.

Servir con canela molida si lo desea.



RECETAS ELABORADAS CON BEBIDAS FORTIFICADAS.

Refresco de bebida fortificada (30 porciones)

Ingredientes:

1 libra de harina (460 grs) de bebida fortificada

26 tazas con agua

Fruta de estación



Procedimiento:

Medir el agua potable y la bebida fortificada

Disolver la harina de la bebida fortificada, en el agua potable a temperatura ambiente, moviendo constantemente procure no dejar grumos.

Pelar y cortar la fruta para agregarla a la bebida.

Mover el refresco cada vez que sirva.

Atol de bebida fortificada (30 porciones)

Ingredientes:

1 libra de harina (460 gramos) de bebida fortificada.

26 tazas con agua

Canela al gusto



Procedimiento:

Pesar la harina de la bebida fortificada.

Medir el agua

Hervir el agua con canela

Disolver la harina en agua fría (en una parte del agua medida).

Agregar la harina disuelta al agua en ebullición, y hervir a fuego lento por 10 minutos.

Puede servirse caliente o frío.

4.2.2 ELABOREMOS ALIMENTOS SALUDABLES.

Otra de las actividades que se desarrolló es la que lleva como tema “elaboremos alimentos saludables” la cual se realizó con el personal del cafetín. Esta con la intención de evitar la venta de comidas rápidas e inculcar alimentados saludables en el Centro Escolar y al mismo tiempo se orientó sobre las medidas higiénicas que se deben de tener al momento de la elaboración y la venta de productos.

Esta fue implementada con el apoyo de la directora y la profesional en el tema de nutrición, esta capacitación será de gran beneficio tanto para el personal, la institución y para los niños/as.



PROCEDIMIENTO:

- Calendarizar una fecha en la cual se pueda ejecutar la capacitación.
- La actividad se realizará en el centro de cómputo
- La directora será la encargada de dar la apertura y el comienzo a la capacitación.
- La nutricionista dará seguimiento a la capacitación.

ACTIVIDADES DERIVADAS.

- Se les entregó hojas volantes las cuales contenían información sobre las medidas higiénicas, algunas definiciones de nutrición y la importancia de estas.

Listado de algunos alimentos y refrescos que se pueden elaborar:

- Yuca salcochada o frita.

Ingredientes:

- ✓ Yuca
- ✓ Aceite
- ✓ Agua
- ✓ Sal.



Procedimiento:

Lavar y pelar muy bien la yuca y hacer pequeños trozos.

Colocar al fuego un recipiente con agua, y agregar la yuca.

Colocar sal al gusto, y darle cocción hasta que esta blanda.

Dejar enfriar la yuca, y luego colocar al fuego un sartén con suficiente aceite, y cuando ya esté caliente agregar la yuca y esperar a que se dore.

- **Plátanos fritos con crema**

Ingredientes:

- ✓ Plátanos
- ✓ Aceite
- ✓ Crema.



Procedimiento:

Lavar los plátanos con agua limpia, y luego pelarlos, y hacer pequeñas rajitas.

Poner al fuego un sartén con aceite y esperar que este caliente, luego agregar las rajitas de plátanos y esperar que se dore, finalmente servir y acompañar con crema o frijoles licuados.

- **Coctel de frutas**

Ingredientes:

- ✓ Sandia
- ✓ Guineo
- ✓ Melones
- ✓ Manzana
- ✓ Fresas



- ✓ Miel.

Procedimiento:

Lavar muy bien las frutas, luego hacer pequeños trozos y colocarlos en pequeños recipientes, posteriormente agregar miel de manera opcional.

- **Enchiladas con frijoles y queso rallado.**

Ingredientes:

- ✓ Masa
- ✓ Achiote
- ✓ Sal
- ✓ aceite
- ✓ Consomé
- ✓ Queso rallado
- ✓ Frijoles licuados o molidos.



Procedimiento:

Colocar en un recipiente la masa y luego agregar achiote, consomé, y sal, amasar la masa agregando agua hasta obtener la consistencia deseada.

Posteriormente se elaboran las tortillas, y se colocan a freír en un recipiente con aceite caliente.

Colocar sobre la enchilada ya elaborada los frijoles licuados y luego agregar el queso.

- **Pan francés con huevo picado.**

Ingredientes:

- ✓ Pan francés
- ✓ Huevos
- ✓ Tomates
- ✓ Chiles
- ✓ Cebolla
- ✓ sal
- ✓ Aceite



Procedimiento:

Batir los huevos en un recipiente y agregarles un poco de sal al gusto. En un sartén con aceite caliente agregar el tomate picado y el chile y la cebolla, removerlos constantemente dejarlos allí por 5 minutos y posteriormente agregar los huevos. Después de la cocción agregarlos al pan francés.

- **Pasteles de papa.**

Ingredientes:

- ✓ Masa
- ✓ Sal
- ✓ agua
- ✓ Achiote
- ✓ Aceite
- ✓ Papas
- ✓ Consomé.



Procedimiento.

Pelar y lavar las papas, luego hacer trozos muy pequeños, posteriormente se ponen a hervir en un recipiente con agua, dejarlas enfriar en un recipiente.

Preparación de la masa para los pasteles:

Colocar en un recipiente la masa y luego agregar achiote, consomé, y sal, amasar la masa agregando agua hasta obtener la consistencia deseada.

Hacer las totillas muy delgadas y colocarles los pedacitos de papas y doblar la tortilla a la mitad, hasta que tomen la forma de pastel.

Colocar al fuego un sartén con aceite, y cuando este caliente, agregar los pasteles hasta que estén dorados. Servir de inmediato y acompañar con repollo u otro ingrediente adicional.

- **Tortas de elote.**

Ingredientes:

- ✓ Elotes
- ✓ Aceite
- ✓ Sal



Procedimiento:

Lavar y raspar los elotes, y luego molerlo, agregar a la masa del elote sal al gusto. Colocar un sartén con aceite al fuego, y cuando ya esté caliente agregar pequeñas porciones de la masa de elote, elaborar la torta y freír.

REFRESCOS NATURALES

- **Refrescos de flor Jamaica**

Ingredientes:

- ✓ Flor de Jamaica
- ✓ Azúcar
- ✓ Agua

**Procedimiento:**

En un recipiente con agua dejar reposar la flor de Jamaica por 45 minutos, después colar el agua y agregar azúcar al gusto, de preferencia agregar hielo para servir.

- **Refresco de melón**

Ingredientes:

- ✓ Melones
- ✓ Agua
- ✓ Azúcar.

**Procedimiento:**

Lavar y picar muy bien los melones, posteriormente licuarlos y colarlos. Agregar azúcar al gusto y de preferencia servir con hielo.

- **Refresco de sandía**

Ingredientes:

- ✓ Sandías
- ✓ Agua.
- ✓ Azúcar.



Procedimiento:

Lavar, pelar y picar muy bien las sandias, posteriormente licuarlas y colarlas. Agregar azúcar al gusto y de preferencia servir con hielo.

- **Refresco de fresas.**

Ingredientes:

- ✓ Fresas
- ✓ Agua
- ✓ Azúcar



Procedimiento

Lavar y desinfectar las fresas, posteriormente licuarlas, colarlas y verter agua. Agregarle azúcar al gusto y de preferencia servir con hielo.

- **Refresco de carao con leche**

Ingredientes.

- ✓ Carao
- ✓ Leche
- ✓ Azúcar
- ✓ Agua
- ✓ Canela molida



Procedimiento

Pelar el carao y hacerlo en pequeños trocitos. En un recipiente colocar agua, agregar la leche, la canela y el carao y ponerlos a hervir, dejarlo en el fuego hasta que comience a hervir y seguidamente colarlo.

- **Refresco de tamarindo**

Ingredientes:

- ✓ tamarindo
- ✓ azúcar
- ✓ agua



Procedimiento

Poner el tamarindo en un recipiente con agua y dejarlo por lo menos una hora para que se ablande, luego sacarlo y quitarle la semilla y licuarlo y colarlo, ponerle azúcar al gusto.

- **Refresco de mora**

Ingredientes:

- ✓ Mora
- ✓ Azúcar
- ✓ Agua



Procedimiento

Lavar y desinfectar la mora. Licuarla, colarla y agregarle más agua y azúcar al gusto.

- **Refresco de horchata.**

Ingredientes:

- ✓ Morro
- ✓ Ajonjolí
- ✓ Azúcar



- ✓ Maní
- ✓ Agua
- ✓ Canela

Procedimiento

Dorar el morro, ajonjolí, y maní, luego quitar la cáscara al maní, colocarlos en un recipiente y agregarle la canela para después moler o se licuar. Agregar agua y colar, posteriormente agregarle azúcar.

Medidas higienes que se deben poner en práctica

- Lavarse las manos con agua y jabón antes y después de elaborar los alimentos
- Lavarse las manos antes y después de vender un producto
- Mantener las uñas cortas.
- Utilizar redecillas en el cabello
- Mantener los utensilios cubiertos
- No portar anillos al momento de preparar los alimentos.
- Usar gabachas limpias
- Desinfectar las verduras y frutas antes de cortarlas y prepararlas
- Lavar los utensilios que se utilizaran para cocinar los alimentos
- Mantener limpio el local.
- Mantener una higiene personal.



4.2.4 UNA BUENA NUTRICIÓN CONLLEVA A UN BUEN APRENDIZAJE.



Esta actividad se desarrolló con el tema “una buena nutrición conlleva a un buen aprendizaje” la cual estuvo orientada para los y las estudiantes del Primer Ciclo del turno vespertino. Con el propósito de que los niños/as conocieran los beneficios de una buena alimentación y se concientizaran sobre los daños que les puede provocar el consumo de comidas rápidas en su desarrollo físico e intelectual.

Esta se implementó con la ayuda de las docentes del Primer Ciclo, realizándose en cada uno de los grados. En esta actividad los niños/as participaron y descubrieron la importancia que tiene la buena nutrición en el desarrollo de su aprendizaje y a la vez se fomentó en ellos hábitos alimenticios para que los puedan poner en práctica y tener un desarrollo saludable.

PROCEDIMIENTO

- ✓ Programar las fechas en que se realizará la actividad en cada grado.
- ✓ Se realizaron diferentes actividades para que los niños/as se sintieran motivados y a la vez desarrollaran las actividades.

ACTIVIDADES DERIVADAS:

- ❖ La docente llevó un cartel donde estaba ilustrada la pirámide nutricional y se le entregó a cada alumno/a una imagen que representaba un tipo de alimento, para que luego cada uno de ellos pasara y colocara la imagen en el lugar que le correspondía en la pirámide.
- ❖ Otra actividad fue la elaboración de collage para ello se formaron grupos de trabajo y se les entregó pliego de papel bond, pegamento, tijera y periódico, en donde cada equipo de trabajo plasmó los alimentos saludables y los no saludables.



Pirámide de la alimentación saludable. SENC 2007.

4.3 REFLEXIÓN

Es necesario la implementación de propuestas nutricionales en el Centro Escolar para que sirvan como apoyo a las madres que son las encargadas de preparar los alimentos día a día; así también para las encargadas del cafetín ya que ellas venden los productos a toda la población estudiantil y es necesario que todos y todas consuman alimentos saludables que les sea de beneficio para su desarrollo físico y mental.

Así también es importante que las madres hagan un uso adecuado con los alimentos que le proporciona el Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE) y de esta manera elabore con ellos alimentos que le sean de beneficio al niño y niña y les genere un buen aporte rico en vitaminas y minerales, al mismo tiempo se pretende contribuir a un cambio de los hábitos alimenticios de los niños y las niñas y concientizarlos sobre los alimentos que consumen y cuales le son de beneficio para su salud y cuales deben evitar consumir ya que no les aporta los nutrientes necesarios para que puedan rendir adecuadamente en su estudio.

Con esta propuesta se pretende que la influencia que tiene la nutrición en los niños y niñas de Primer Ciclo del Centro Escolar Pablo J. Aguirre sea de beneficio para que el desarrollo intelectual que ellos tengan en su área conceptual, procedimental y actitudinal sean de total adquisición en todas las disciplina y especialmente en la de Lenguaje y Literatura y a las vez con el apoyo de las madres y maestras pongan en práctica buenos hábitos alimenticio para que les puedan servir en su diario vivir.

4.4 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR PROPUESTA NUTRICIONAL EN EL CENTRO ESCOLAR PABLO J. AGUIRRE

CARRERA DE: LICENCIATURA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN CON ESPECIALIDAD EN PRIMERO Y SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN BÁSICA.

Meses	Julio				Agosto			
	1	2	3	4	1	2	3	4
Semanas								
Actividades								
1. Asesoría para elaboración de propuesta								
2. Búsqueda de información para la elaboración de propuesta								
3. Visita al Centro Escolar y al Ministerio de Salud para programar fechas para la ejecución de la propuesta nutricional.								
4. Elaboración de propuesta nutricional.								
5. Revisión de propuesta por la asesora								
6. Modificación de propuesta en base a las correcciones								
7. Revisión y aprobación de la propuesta por parte de la asesora								
8. Ejecución de la propuesta en el Centro Escolar Pablo J. Aguirre								

ANEXOS



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE EDUCACIÓN

Encuesta dirigida a estudiantes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre

Objetivo: Recopilar valiosa información sobre la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

DATOS GENERALES

Nombre: _____

Grado: _____ Sección: _____ Sexo: ____ Edad: _____

Hora de inicio: _____ Hora de finalización: _____

1. ¿Almuerzas en tu casa?

SI NO

Explica que comes _____

2. ¿Te sientes motivado al momento de iniciar las clases cuando has almorzado en tu casa?

SI NO

Explica: _____

3. ¿Qué es lo que más te gusta de la disciplina de Lenguaje y Literatura?

Explica: _____

4. ¿Qué aprendizajes de la disciplina de Lenguaje y Literatura pones en práctica en la escuela, con tus compañeros y compañeras, tu familia y comunidad?

Explica: _____

5. ¿Tu mamá o encargada prepara alimentos que le proporciona el Centro Educativo para ti y tus compañeros y compañeras, cuales son los alimentos que te prepara?

SI NO

Explica: _____

6. ¿Consumes todo el alimento que te preparan las madres incluyendo la bebida?

SI NO

Explica: _____

7. ¿Consideras que te ayuda la alimentación en la adquisición de los aprendizajes en la disciplina de Lenguaje y Literatura?

SI NO

Explica: _____

8. ¿Te gusta comprar en el cafetín escolar?

SI NO

¿Por qué? _____

9. ¿Te gustaría que el cafetín de tu escuela incluyera o vendiera otras cosas?

SI NO

¿Cómo cuáles? _____

10. ¿Les visita el Ministerio de salud y cuáles son los beneficios que les brindan?



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE EDUCACIÓN

Entrevista dirigida a maestras del Centro Escolar Pablo J. Aguirre, del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino.

Objetivo: Recopilar valiosa información sobre la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

DATOS GENERALES

Nombre: _____

Especialidad: _____

Grado que atiende: _____ Sección: _____

Hora de inicio: _____ Hora de finalización: _____

1. ¿Qué conocimientos tiene acerca del Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE)?
2. ¿Qué tipo de alimentos entrega el Ministerio de Educación y cómo se lleva a cabo la distribución en el Primer Ciclo de Educación Básica?
3. ¿Participan todas las madres en el proceso de elaboración de los alimentos y cuales alimentos preparan?
4. ¿Cumplen las madres de familia con traer los alimentos el día que les corresponde?
5. ¿Cuáles son los diferentes menús que se les proporciona a los niños y niñas y en que les beneficia?

6. ¿Es consumido por todos los y las aprendientes el alimento elaborado, a qué hora se le proporciona a los niños y las niñas?
7. ¿Qué es lo que compran los niños y niñas en el cafetín escolar?
8. ¿Se le ha brindado capacitación a encargados del cafetín para que mejoren los productos que venden?
9. ¿Ha observado mejorías en cuanto al aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura al proporcionarles los alimentos escolares?
10. ¿Considera usted que una buena nutrición influye para que los aprendientes obtengan un mejor aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura?
11. ¿Considera usted que los/as estudiantes durante su proceso de formación (inicio) han mejorado sus aprendizajes en la disciplina de Lenguaje y Literatura?
12. ¿El Ministerio de Salud se involucra en programas o jornadas que conlleven a la nutrición, salud y educación de los y las aprendientes?



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE EDUCACIÓN

Entrevista dirigida a la directora del Centro Escolar Pablo J. Aguirre

Objetivo: Recopilar valiosa información sobre la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

DATOS GENERALES

Nombre: _____

Especialidad: _____

Años de servicio al Centro Escolar: _____

Hora de inicio: _____ Hora de finalización: _____

1. ¿Qué conocimiento tiene acerca del Programa de Alimentación y Salud Escolar?
2. ¿Con que objetivo se ha implementado el Programa de Alimentación y Salud Escolar?
3. ¿Cuáles son los indicadores que tiene el Programa de Alimentación y Salud Escolar?
4. ¿Cuenta el MINED con especialistas en la nutrición para apoyar a los Centros Educativos con el tema de la Nutrición y salud de los niños y niñas?
5. ¿Cómo se realiza la distribución y organización de alimentos en el Centro Escolar específicamente en el Primer Ciclo de Educación Básica?
6. ¿Se les capacita a las maestras, maestros y madres de familia para la elaboración de los alimentos de acuerdo al Programa de Alimentación y Salud Escolar?
7. ¿Hay un lugar específico donde se almacenan los alimentos que proporciona el MINED?

8. ¿Participan todas las madres de familia en la preparación de los alimentos que se les proporciona a los y las aprendientes y cuál es el horario para el consumo?
9. ¿Además del Programa de Alimentación y Salud Escolar conoce otros programas que se estén llevando a cabo?
10. ¿Considera usted que una buena nutrición influye para que los y las aprendientes obtengan un mejor aprendizaje y especialmente en la disciplina de Lenguaje y Literatura?
11. ¿Ha observado mejorías en cuanto al aprendizaje y especialmente en la disciplina de Lenguaje y Literatura a partir de la nutrición que reciben en la escuela?
12. ¿Tiene conocimiento acerca de lo que ofrece el cafetín escolar?
13. ¿Se ha capacitado a las personas del cafetín acerca de los productos y alimentos que pueden ofrecer a los estudiantes?
14. ¿Existen reglas de higiene que deben cumplir las encargadas del cafetín escolar?
15. ¿Existe alguna propuesta por parte del Centro Escolar para mejorar los productos que ofrece el cafetín escolar?
16. ¿El Ministerio de Salud se involucra en programas o jornadas que conlleven a la nutrición, salud y educación de los y las aprendientes?



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE EDUCACIÓN

Entrevista dirigida a la encargada del cafetín escolar del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

Objetivo: Recopilar valiosa información sobre la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

DATOS GENERALES

Nombre: _____ Edad: _____

Sexo: _____ Tiempo de servicio en el cafetín escolar: _____

Hora de inicio: _____ Hora de finalización: _____

1. ¿Cuáles son los productos que ofrece para el consumo de la comunidad estudiantil?
2. ¿Qué es lo que más vende en el cafetín escolar?
3. ¿Además de lo que vende que otros alimentos le gustaría vender?
4. ¿De lo que usted ofrece hay algún tipo de alimento que usted lo prepare?
5. ¿Se le ha capacitado para la elaboración y manipulación de los alimentos?
6. ¿Qué medidas de higiene tienen al momento de vender los productos que tiene en el cafetín?
7. ¿Les visita el Ministerio de Salud para verificar que estén higiénicamente los alimentos?

8. ¿Alguna vez la directora le ha propuesto capacitaciones o reuniones para elaborar los alimentos para el consumo diario de los estudiantes?

9. ¿La institución le ha propuesto alguna alternativa para mejorar los productos que ofrece en su cafetín escolar?

10. ¿Sabe usted sobre la influencia que tiene la nutrición para adquirir aprendizajes en niños y niñas?



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE EDUCACIÓN

Entrevista dirigida a las madres de familia del Centro Escolar Pablo J. Aguirre

Objetivo: Recopilar valiosa información sobre la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

DATOS GENERALES.

Nombre: _____ Edad: _____

Oficio: _____

Hora de inicio: _____ Hora de finalización: _____

1. ¿Cuántos hijos/as estudian en el Centro Escolar Pablo J. Aguirre? ¿Qué grado estudian?
2. ¿Almuerzan sus hijos/as antes de irse para la escuela?
3. ¿Colabora en la elaboración de los alimentos para los/as estudiantes y cada cuánto tiempo le corresponde prepararlos?
4. ¿Se le ha capacitado para la elaboración de los alimentos?
5. ¿Tiene conocimiento acerca del Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE)?
6. ¿Ha observado alguna mejoría en los aprendizajes de su hijo/a a partir de los alimentos que se les ha brindado en el Centro Escolar?

7. ¿Podría mencionar los alimentos que el Centro Educativo les entrega para que prepare y consuman los niños y las niñas y que tipo de alimentos prepara?
8. ¿Tiene una hora programada para traer y repartir los alimentos?
9. ¿Tiene conocimiento acerca de lo que compra su hijo/a en el cafetín escolar?
10. ¿El Ministerio de Salud se involucra en programas o jornadas que conlleven a la nutrición, salud y educación de los y las aprendientes?



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE EDUCACIÓN.

Entrevista dirigida al Asesor Técnico Pedagógico del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

Objetivo: Recopilar valiosa información sobre la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

DATOS GENERALES

Nombre: _____ Edad: _____

Especialidad: _____

Años a cargo del Distrito: _____

Hora de inicio: _____ Hora de finalización: _____

1. ¿Qué conocimiento tiene acerca del Programa de Alimentación y Salud Escolar?
2. ¿Con que objetivo se ha implementado el Programa de Alimentación y Salud Escolar?
3. ¿Cuáles son los indicadores que tiene el Programa de Alimentación y Salud Escolar?
4. ¿Cuenta el MINED con especialistas en la nutrición para apoyar a los Centros Educativos con el tema de la Nutrición y salud de los niños y niñas?
5. ¿Considera que estos Programas de Alimentación influyen para los aprendizajes en los niños y niñas? Explique:
6. ¿Quién es el encargado de verificar el estado de los alimentos del Centro Escolar?

7. ¿En las visitas que usted hace al Centro Escolar, toma en cuenta como se está desarrollando el Programa de Alimentación y Salud Escolar?
8. ¿Conoce alguna propuesta por parte del MINED para mejorar los productos que se venden en los cafetines escolares?
9. ¿Le han propuesto o han incluido reunión o capacitación con profesoras profesores, madres de familia y responsables de cafetines?
10. ¿Hay indicios de otros Programas de Alimentación Escolar para implementarse en las escuelas?
11. ¿El Ministerio de Salud se involucra en programas o jornadas que conlleven a la nutrición, salud y educación de los y las aprendientes?



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
SECCIÓN DE EDUCACIÓN

Entrevista dirigida a la nutricionista del Ministerio de Salud.

Objetivo: Recopilar valiosa información sobre la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

DATOS GENERALES.

Nombre: _____ Sexo _____ Edad: _____

Especialidad: _____

Años a cargo del servicio: _____

Hora de inicio: _____ Hora de finalización: _____

1. ¿Desde su punto de vista, que es nutrición?
2. ¿Cuáles son las ventajas de una buena nutrición?
3. ¿Considera que una buena nutrición influye en los procesos de aprendizaje de los niños y niñas?
4. ¿Qué signos presenta un niño y niña en edad escolar cuando no tiene una adecuada nutrición?
5. ¿Tiene algunos conocimientos acerca del Programa de Alimentación que se están brindando en los Centros Escolares?

6. ¿Considera que los alimentos que proporciona el Programa de Alimentación y Salud Escolar (PASE) aportan los nutrientes que necesita el organismo de los niños y niñas?
7. ¿De qué manera afecta el consumo de comidas chatarras en el organismo de los niños/as?
8. ¿Qué alimentos son indispensables para niños y niñas en edad escolar?
9. ¿Qué sugerencias o recomendaciones puede aportar en cuanto al Programa de Alimentación y Salud Escolar que se implementa en las escuelas?
10. ¿Tiene conocimiento si el Ministerio de Salud se involucra en programas o jornadas que conlleven a la nutrición, salud y educación de los y las aprendientes?



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
 FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
 DEPARTAMENTO DE CIENCIA Y HUMANIDADES
 SECCIÓN DE EDUCACIÓN.

GUÍA DE OBSERVACIÓN

OBJETIVO: Observar e identificar la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

DATOS GENERALES

INSTITUCIÓN: Centro Escolar Pablo J. Aguirre

FECHA: _____ GRADO: _____ SECCIÓN: _____

HORA DE INICIO: _____ HORA DE FINALIZACIÓN: _____

APECTOS OBSERVAR	REGISTRO DETALLADO DE LA OBSERVACIÓN		REFLEXIÓN DE LO OBSERVADO
	MAESTRA (QUE HACE)	APRENDIENTES (QUE HACE)	
Recursos didácticos sobre los cuales se auxilia la docente para una mejor comprensión. Metodologías utilizadas por la docente en la materia de Lenguaje. Relación estudiante-docente y estudiante - estudiante. Relación entre la			

<p>teoría y la práctica en la disciplina de lenguaje.</p> <p>Se desarrollan las cuatro competencias de lenguaje. (Comprensión oral, comprensión escrita, expresión oral y expresión escrita).</p> <p>Se toman en cuenta las ideas de los niños y niñas al momento del desarrollo de la clase de lenguaje.</p> <p>Interés y motivación de los niños y niñas durante el desarrollo de la clase.</p> <p>Participan los niños y niñas en el desarrollo de las metodologías o en la construcción de sus aprendizajes.</p> <p>Orienta y apoya al docente las actividades o tareas que se realizan.</p> <p>Desarrollo oral y escrito por parte del alumno y alumna.</p> <p>En que espacios del Centro Educativo se desarrollan las competencias lingüísticas de los niños y niñas.</p>			
---	--	--	--



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
 FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
 DEPARTAMENTO DE CIENCIA Y HUMANIDADES
 SECCIÓN DE EDUCACIÓN

GUÍA DE OBSERVACIÓN

OBJETIVO: Observar e identificar el proceso de alimentos entregados a los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

DATOS GENERALES

INSTITUCIÓN: Centro Escolar Pablo J. Aguirre

FECHA: _____ GRADO: _____ SECCIÓN: _____

HORA DE INICIO: _____ HORA DE FINALIZACIÓN: _____

APECTOS A OBSERVAR	REGISTRO DETALLADO DE LA OBSERVACIÓN			REFLEXIÓN DE LO OBSERVADO
	MAESTRA (QUE HACE)	APRENDIENTES (QUE HACE)	MADRE (QUE HACE)	
Hora de llegada de los alimentos. Hora de consumo de los alimentos. Alimentos que se consumen. Bebida que consumen al momento de la entrega de los alimentos. Recipientes en que depositan las madres de familia los alimentos, para llevarlos al				

<p>Centro Escolar.</p> <p>Responsables de repartir los alimentos a la hora de su consumo.</p> <p>Recipiente donde toman la bebida.</p> <p>Todos los niños y niñas consumen los alimentos.</p> <p>Alcanza el alimento para todos los niños y niñas.</p> <p>Orden a la hora de consumir los alimentos.</p>				
--	--	--	--	--



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
 FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
 DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
 SECCIÓN DE EDUCACIÓN

Encuesta dirigida a los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

Objetivo: Recopilar valiosa información sobre la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

CUADRO DE RESPUESTAS DE LAS ENCUESTAS REALIZADAS A ESTUDIANTES DEL PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL TURNO VESPERTINO DEL CENTRO ESCOLAR PABLO J. AGUIRRE.					
Fecha de realización: Lunes 13 de junio de 2016		Total, de alumnos/as encuestados del primer ciclo: <u>73 alumnos/as.</u>			
N	PREGUNTAS	PRIMER GRADO	SEGUNDO GRADO	TERCER GRADO	REFELEXIÓN
1	¿Almuerzas en tu casa? ¿Qué almuerzas?	Los alumnos/as que se encuestaron en el primer grado fueron 21 niños/as (10 niñas y 11 niños), los cuales respondieron que si almuerzan en su casa. Siete niños/as respondieron comer pollo y arroz, dos niños comen	Los estudiantes que se encuestaron en el segundo grado fueron 22 niños/as (11 niños y 11 niñas) del total de ellos/as manifestaron que si almuerzan en sus casas. Y nos comentan los siguiente: cinco niños/as	Los aprendientes encuestados del tercer grado fueron 30 (11 niños y 19 niñas) y manifestaron lo siguiente: 1 niño come pollo campero, 4 dijeron comer pollo frito con arroz, 2 niños/as almuerzan con salchicha, 3	De acuerdo a las respuestas brindadas por los y las estudiantes, se puede evidenciar que todos/as llegan almorzados al Centro Escolar. Sin embargo, los tipos de alimentos que algunos de ellos consumen no son los

		<p>frutas, cuatro niños/as dijeron comer pupusas, tres niños/as consumen chorizo con huevo, dos niñas comieron sopa de vegetales, un niño dijo comer tortillas fritas con frijoles y queso, un niño carne asada y otro niño huevo frito.</p>	<p>almuerzan frijoles con crema y tortilla, un niño come arroz con limón y sal, dos niñas comen papas con carne y arroz, un niño pizza y gaseosa, dos niños/as almuerzan con tacos, 3 niños/as con tortilla y quesillo, 2 niños/as con plátanos fritos, un niño almuerza cereal, 2 niñas comen pollo y arroz, y 2 niños comen chorizo con tomate, tortilla y refrescos.</p>	<p>consumieron sopa de pollo con verduras, 2 respondieron comer frijoles negritos con tortilla, 1 niño sopa de res, 1 niño dijo que sopa maruchan, 2 manifestaron comer frutas, 1 niña dijo comer vegetales, 3 niños/as almorzaron con espagueti, 3 niños/as comieron pupusas, 2 consumieron camarones, 3 niños/as con huevo frito, 1 niña comió con carne en viste y un niño con leche y plátanos.</p>	<p>adecuados para una alimentación sana, ya que son alimentos de comida rápida que no les proporciona los nutrientes necesarios para una nutrición sana.</p>
2	<p>¿Te sientes motivado al momento de iniciar las clases cuando has almorzado en tu casa?</p>	<p>Todos los alumnos/as de primer grado respondieron que sí se sienten motivados cuando han almorzado en su casa, diez niños/as manifestaron que llegan con ánimos para leer y escribir, seis niños/as sienten que el alimento les da energía y fuerza y cinco niños/as respondieron que cuando almuerzan en su casa llegan llenos a la escuela.</p>	<p>Todos los encuestados mencionan que si se motivan al almorzar en sus casas. 12 niños/as llegan motivados porque les ayuda a prestar atención, 2 niños porque ya llegan comidos, 3 niñas porque están llenos, y 5 niños/as porque les dan ganas de estudiar.</p>	<p>Todos/as los estudiantes respondieron que sí se sienten motivados al almorzar en sus casas, de cuales 22 niños/as manifestaron que les da animo de estudiar, aprender y prestar atención en la clase y 8 niños/as respondieron que la comida les da energía para las actividades escolares.</p>	<p>Se puede apreciar que todos/as los/as niños/as llegan motivados a sus clases esto debido a que almuerzan en sus casas y esto les genera acciones positivas en su aprendizaje, de acuerdo a esta respuesta consideramos que es fundamental que los y las niños/as se alimenten antes de irse a la escuela ya que solo de esa manera se podrán mantener activos en las horas de clase.</p>

3	¿Qué es lo que más te gusta de la disciplina de Lenguaje y Literatura?	De los 21 niños/as encuestados, diez manifestaron que lo que más les gusta de la clase de Lenguaje y Literatura es dibujar y escribir, cuatro comentaron que les gusta como da la clase la maestra, dos les gusta pintar, tres leer lecciones y dos leer cuentos y leyendas.	Del número de alumnos/as encuestados cinco dijeron que lo que más les gusta de la materia es escribir el sustantivo plural, 3 niños/as le gustan las silabas, 5 niños/as la forma en que la maestra da la clase, 3 niño le gusta que la maestra le dicte, 2 niña le gusta prestar atención, 2 niñas la unidad 4, y dos niños les gustan las actividades de lenguaje.	Del total de alumnos/as encuestados, 8 niños/as respondieron que lo que más les gusta de Lenguaje es la Escritura y lectura, mientras que 3 dijeron que las palabras graves y agudas, también 7 niños/as manifestaron que les gusta las silabas, 5 niños/as le gusta dibujar, 3 dijeron que las narraciones y cuentos porque aprenden mucho y 4 niños/as les gusta trabajar en equipo.	Se puede notar que a los y las estudiantes del Primer Ciclo les gusta la lectura y escritura, además como desarrollan las clases las maestras y algunos temas que le parece interesante los cuales se desarrollan en la asignatura de Lenguaje y Literatura, por lo tanto, creemos que la maestra debería de enfatizar más en los temas que a los niños y niñas les agrada más ya que eso aumentará la curiosidad y la motivación del niño y niña a la hora de la clase.
4	¿Qué aprendizajes de la disciplina de Lenguaje y Literatura pones en práctica en la escuela, con tus compañeros y compañeras, tu familia y comunidad?	Del total de alumnos/as encuestados del primer grado todos manifestaron que los aprendizajes que ponen en práctica de la materia de Lenguaje y Literatura son la escritura y lectura.	Todos los alumnos/as encuestados 18 manifestaron que los aprendizajes que ponen en práctica es la Lectura, mientras que 4 practican el juego.	De los aprendientes del tercer grado 15 dijeron que el aprendizaje que ponen en práctica es la lectura, 10 manifestaron que la caligrafía, y 5 ponen en práctica el respeto a los demás.	Se puede apreciar que son pocos los aprendizajes que los y las estudiantes del Primer Ciclo ponen en práctica, pero los que mencionan son necesarios para su día a día porque la lectura y escritura es algo que les va a servir en todo momento de sus vidas.
5	¿Tu mamá o encargada prepara alimentos que le proporciona el Centro Educativo para ti y tus	Todos los niños/as contestaron que su mamá participa en la elaboración de los alimentos y nos comentan lo siguiente: dos	Del total de alumnos/as del segundo grado todos respondieron que sus madres si preparan los alimentos. Y nos	El total de alumnos/as encuestados respondieron que si colaboran sus madres de familia en la preparación de los	Todas las madres de familia de los alumnos/as del Primer Ciclo participan para la elaboración de los alimentos, algunas de ellas

	compañeros y compañeras, cuales son los alimentos que te prepara?	niños/as mencionaron que lo que preparan sus madres es poleada, dos respondieron que pan francés con crema, tres niños/as frijoles fritos, una niña arroz con chipilín, un niño leche y cereal, dos niños/as frutas picada, cuatro niños/as arroz con leche, dos arroz aguado con pollo, una niña dijo que sándwich, un niño respondió galletas, un niño arroz con salchicha y una niña arroz con verdura .	responden lo siguiente: 5 niños/as manifiestan que sus madres preparan arroz en leche, 3 niñas arroz con crema y fresco, 2 niños comentan que sus madres llevan frutas picadas, 5 niños/as dicen que arroz con frijoles, 3 niños arroz con pollo, 2 niñas dicen que yuca frita, un niño dice que llevan sándwich, y una niña galletas con fresco.	alimentos, y de los cuales 3 alumnos/as dijeron que sus mamás preparan sándwich, 8 niños/as comentaron que arroz frito y frijoles, 3 alumnos/as dijeron que las madres llevan macarrones con arroz y queso, 3 niños llevan pan francés con frijoles licuados, 1 niño lleva galletas con refresco de horchata, 4 manifestaron que sus mamás llevan arroz con leche, 1 niña dijo que su madre lleva sorbetes, 5 manifestaron que preparan arroz blanco con salchicha, 1 lleva pizza y soda, 1 niño dijo que su madre lleva hamburguesas y refresco.	llevan alimentos que le entrega la institución del programa PASE, pero otras madres (aunque son pocas) llevan otros tipos de comidas que no son de beneficio nutricional para los alumnos/as, es por ello que consideramos que debería de haber orientación hacia las madres de familia sobre los alimentos que deben elaborar, de esa manera se disminuiría la práctica de llevar otros tipos de comida que no son los que proporciona el programa PASE.
6	¿Consumes todo el alimento que te preparan las madres incluyendo la bebida?	Todos los 21 alumnos/as manifestaron que, si lo consumen todo, quince respondieron que lo consumen porque es un alimento rico y seis dijeron que les gusta como lo preparan.	Todos los alumnos/as contestaron que si consumen todo el alimento. 10 niños/as dicen que lo consumen porque todo lo que preparan es rico, 5 niños/as porque tienen hambre, y 7 niños/as porque les gusta.	Todos los encuestados respondieron que si consumen completo el alimento. 7 de ellos dijeron que lo consumen todo ya que lo preparan muy delicioso, 10 porque tienen hambre, 7 porque valoran el trabajo de las madres y porque la comida	Todos/as los alumnos/as consumen los alimentos, algunos lo hacen porque llegan a la escuela con hambre, otros lo consideran que es delicioso y que los preparan de una buena manera.

				es muy saludable, y 6 niños/as dijeron que no hay que desperdiciar la comida.	
7	¿Consideras que te ayuda la alimentación en la adquisición de los aprendizajes en la disciplina de Lenguaje y Literatura?	Todos/as los alumnos/as coinciden que sí les ayuda una buena alimentación en su aprendizaje por lo tanto ocho niños/as consideran que la alimentación los motiva a ir a la escuela, trece niños/as manifiestan que les da energía para aprender a leer, escribir y pensar.	Del total de estudiantes del segundo grado 12 mencionaron que una alimentación les da energía para leer y escribir, y 10 comentan que les ayuda a prestar atención en clases.	Todos los alumnos/as del tercer grado respondieron que si les ayuda la alimentación. Del total de ellos y ellas 12 dijeron que la alimentación les proporciona energía y fuerza para todo el día, 8 consideran que les ayuda a aprender mejor, 11 niños/as dicen que prestan más atención en clase y se concentran mejor.	Los alumnos/as encuestados consideran necesaria e indispensable la alimentación para que puedan obtener un buen aprendizaje ya que esta les genera cambios positivos y además de su aprendizaje les ayuda a desarrollarse física e intelectualmente, está más que claro que la alimentación debe ser una base fundamental no solo en el/la escolar sino también de toda persona que se mantiene activa día con día.
8	¿Te gusta comprar en el cafetín escolar?	Todos los alumnos/as encuestados respondieron que sí les gusta, de estos catorce manifestaron comprar porque venden cosas muy ricas de comer y tomar mientras que a siete niños/as le gusta comprar porque venden golosinas.	Todos manifestaron que sí les gusta comprar en el cafetín escolar, 5 niños/as dicen que les gusta porque solo un cafetín hay, 8 niños/as porque los alimentos son ricos, 5 niños/as porque tienen hambre y 4 niños/as porque llevan dinero.	Todos los/as aprendientes manifestaron de acuerdo a esta interrogante que, si les gusta comprar en el cafetín escolar, debido a las siguientes razones. 6 de ellos y ellas porque hay variedad de cosas que les gusta consumir, 5 dicen que cocinan muy rico, 6 porque llevan hambre, 5 dicen que a veces ofrecen	Los aprendientes del Primer Ciclo opinaron que compran en el cafetín porque les gusta la variedad de alimentos que ofrece porque les da apetito, algunos alimentos son saludables y pueden comprarlos porque llevan dinero, desde nuestro punto de vista también opinamos que por ser el

				cosas saludables y atienden rápido, 8 dicen que a veces no llevan refrigerio las mamás.	único cafetín todos los niños y niñas se ven obligados a comprar en él, y por otra parte también observamos que los precios en los alimentos son accesibles, y la atención del personal es rápida.
9	¿Te gustaría que el cafetín de tu escuela incluyera o vendiera otras cosas?	Todos/as los niños/as contestaron que sí, del total de ellos y ellas a cinco les gustaría que vendiera Pizza, tres niños/as palomitas, un niño paletas, dos niñas galletas, cuatro frutas, una niña le gustaría que vendieran donas, dos niños/as les gustaría jugos y bebidas carbonatadas, un niño turrone, uno café con leche y una niña enchiladas.	Los alumnos/as del segundo grado respondieron que sí les gustaría que el cafetín de la escuela vendiera otros productos. 8 niños/as les gustaría que vendieran golosinas, 4 niños/as les gustaría que vendieran sodas, 4 niños/as útiles escolares, 1 niña le encantaría que vendieran vegetales, 2 niños/as dijeron sopas maruchan y 3 niños/as almuerzos con carne.	Del número de estudiantes encuestados: 3 dijeron que no les gustaría que vendieran otros productos en el cafetín. Los demás dijeron que si y detallaron que les gustaría la venta de los siguientes productos: 6 alumnos/as golosinas, 4 jugos naturales y frutas, 7 desean la venta pizza y sodas, 4 mencionaron que arroz con leche, 2 prefieren la venta de juguetes, 1 prefiere choco bananos helados, y minutas, 3 dijeron que desearían que vendieran licuados de frutas y almuerzos.	Son pocos los estudiantes que están conformes de lo que se vende en el cafetín, pero la mayoría considera que deberían vender otros productos como útiles escolares, alimentos saludable, pero otros mencionan alimentos que no son saludable y que tampoco son permitidos venderlos en la escuela ya que está prohibida su venta, en cuanto a estos resultados pensamos que la mayoría de niños y niñas se están adaptando a no consumir el tipo de alimentos chatarras y bebidas carbonatadas que antes consumían en el cafetín, mientras que otros aun desean consumir esos alimentos, aunque no

					descartamos la posibilidad que saliendo de la escuela los compren.
10	¿Les visita el Ministerio de salud y cuáles son los beneficios que les brindan?	De los 21 niños y niñas encuestados diecinueve estudiantes contestaron que si les visita el Ministerio de Salud, y doce respondieron que llegan a realizar charlas de hábitos higiénicos, tres de ellos/as manifiestan que llegan promotores a curar a los niños y niñas que están enfermos, y cinco dijeron que visitan para vacunar, Mientras tanto dos estudiantes contestaron desconocer que se realicen visitas.	Del total de alumnos/as encuestados 15 alumnos/as contestaron que no se realizan visitas muy a menudo, mientras que 7 dijeron que si llegaban hacer campañas de vacunación y les regalaban pastillas.	De los alumnos/as encuestados 20 manifestaron que no se realizan visitas por parte del Ministerio de Salud. Mientras que 10 niños y niñas respondieron que si reciben visitas de promotores de salud, y les brindan charlas sobre hábitos higiénicos, reglas de convivencia, y campañas de vacunación.	Se puede apreciar que la información proporcionada por parte de los y las estudiantes varia ya que son distintas versiones que cada uno/a tiene, consideramos que los que dijeron que no, es porque no llegaron a clase ese día, así mismo podría ser que si han estado presente en las charlas pero no saben realmente de qué institución han llegado a impartirlas o también porque no les visitan seguido. Sin embargo lo lógico sería que hubieran visitas más frecuentes por parte del Ministerio de Salud ya que entre más unidad exista entre ellos y la escuela mejores resultados se obtendrán en la población estudiantil.



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
 FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
 DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
 SECCIÓN DE EDUCACIÓN

Entrevista dirigida a maestras del Centro Escolar Pablo J. Aguirre, del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino.

Objetivo: Recopilar valiosa información sobre la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

CUADRO DE RESPUESTAS DE LAS ENTREVISTAS REALIZADAS A LAS MAESTRAS DEL PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL TURNO VESPERTINO DEL CENTRO ESCOLAR PABLO J. AGUIRRE.					
Nombre de las maestras:		Lisset del Rosario Cruz Vásquez	Tatiana Hernández	Mirna Lazo	Se elaboró una entrevista para recopilar información sobre los conocimientos que tiene las maestras acerca del Programa PASE y como este se desarrolla en el Centro Escolar. Esta entrevista se le realizó a cada maestra del Primer Ciclo de Educación Básica.
Fecha y hora de realización.		Martes 14 de junio de 1:19 a 2:00 pm	Lunes 13 de junio de 2016, de 4:38 a 4:45 pm	Martes 14 de junio de 2016 de 2:10 a 2:30 PM	
N	PREGUNTAS	PRIMER GRADO	SEGUNDO GRADO	TERCER GRADO	REFELEXIÓN
1	¿Qué conocimientos tiene acerca del Programa de	La maestra de primer grado explicó un poco sobre sus conocimientos acerca del	De acuerdo a la interrogante planteada la docente de segundo	La profesora encargada del tercer grado manifiesta de acuerdo a	Se puede apreciar que entre las maestras de Primer Ciclo, la que tiene un

<p>Alimentación y Salud Escolar (PASE)?</p>	<p>programa PASE y nos dice que este se inició a través de una investigación que se hizo, y que comenzó hace muchos años cuando se tuvo conocimiento de que los niños/as estaban desnutridos, y tenían mala alimentación y por ello los niños tenían bajo rendimiento escolar y se notó una repitencia de grado por la falta de conocimientos que adquirirían los niños ya que venían muchos sin desayunar y almorzar, y el rendimiento académico no es igual de un niño bien alimentado a un niño mal alimentado.</p> <p>Igual se dice en el programa que los niños deben de estar nutridos.es por ello que el MINED inicio el programa de los alimentos y también de los cafetines saludables, que aquí la departamental de san miguel fue la que inicio primero con los cafetines saludables, desde hace mucho tiempo se están dando los alimentos, y estos</p>	<p>grado manifestó que lo que ella conoce sobre el programa PASE, es que es el programa que le da a los niños/as la alimentación.</p>	<p>la interrogante que el programa PASE, es aquel que es distribuido a los centros escolares para beneficiar al niño/a en su alimentación.</p>	<p>amplio conocimiento acerca del Programa PASE es la profesora de primer grado ya que nos menciona como se inició y con qué fin se ha implementado el programa, mientras que las otras maestras si saben pero es poco el conocimiento que tienen a cerca de ello, por lo tanto opinamos que las demás maestras deberían de conocer más a fondo sobre el programa de alimentación escolar PASE, ya que todo maestro/a debe comprometerse a actualizarse en todo lo relacionado al ámbito educativo, solo de esa manera se generan aprendizajes positivos que contribuyen a realizar buenas prácticas educativas.</p>
---	--	---	--	--

		alimentos poseen nutrientes que todos los niños y niñas deben de tener, las calorías, los carbohidratos. De igual manera se está dando el vaso de leche que muchos de los niños que no les gustaba la leche la están consumiendo en el salón de clase, aunque en su casa no la consuman en la escuela se les está dando, esto también fortalece a que los niños/as tengan un buen desarrollo físico y mental			
2	¿Qué tipo de alimentos entrega el Ministerio de Educación y cómo se lleva a cabo la distribución en el Primer Ciclo de Educación Básica?	La maestra informa de acuerdo a la interrogante realizada que la distribución de los alimentos en el primer ciclo se realiza en conjunto con las madres de familia ya que son las encargadas de preparar los alimentos y se les da orientación de cómo lo van a preparar, también se les dice que no se permite que lleven galletas, jugos enlatados o artificiales, solo se permite el fresco de incaparina, se les da frijoles arroz, y azúcar y que cada madre tiene su creatividad	La docente de segundo grado manifiesta de acuerdo a la interrogante, que los alimentos entregados son: frijoles, arroz, azúcar, leche, aceite, incaparina. Las mamás de los niños/as se encargan de elaborarlos, y se le entrega a cada grado y luego a cada niño conforme al número de lista.	De acuerdo a la pregunta que se realizó la maestra dijo que los alimentos que se proporcionan son: azúcar, aceite, arroz, frijoles y bebida fortificada, en el caso de tercer grado es preparado por las madres de familia y se le distribuye al niño, se le da al niño conforme al número de lista. Y así preparan las mamás esos alimentos, varían a veces preparan los que dan y a veces traen otras cosas no mejor, si no quizás más preparadas con	En consideración con la información proporcionada por parte de las maestras del Primer Ciclo nos dicen que los alimentos que entrega la institución son los que el programa PASE asigna a los Centros Escolares y en cuanto a la distribución de los alimentos en el Primer Ciclo nos informan que conforme al número de lista de los alumnos/as de los distintos grados, así se les entrega los alimentos a las madres de familia para que ellas lo elaboren el día que les corresponden.

		para cocinarlos.		vegetales, y coas que salen de lo común como el arroz así solo.	Consideramos que la distribución de alimentos se realiza de forma adecuada ya que cada maestra utiliza la misma estrategia para entregársela a los niños/as, de esta manera los alimentos en crudo llegan hasta los hogares de las madres de familia para que posteriormente ellas los cocinen conforme a su creatividad.
3	¿Participan todas las madres es el proceso de elaboración de los alimentos y cuales alimentos preparan?	Conforme a esta pregunta la maestra de primer grado dijo que Sí todas las madres participaban en la elaboración de los alimentos, pero en ocasiones hay madres que no pueden cocinar los alimentos, sin embargo ellas avisan con anticipación para que otra madre de familia se encargue de elaborarlos.	En esta interrogante la docente confirmo que Si colaboran todas las madres de familia en cocinar los alimentos y menciona que los menús que preparan son: arroz en leche, arroz negrito.	La maestra dice que Sí existe colaboración en la preparación de los alimentos por todas las madres de familia. y que preparan variados menús como: arroz negrito, frijoles licuados, plátanos, crema, arroz aguado con pollo, y que llevan panes con pollo, y el que no cocina porque a veces se hace difícil por su trabajo, también lo hace fácil. Traen sus garrafas de jugo y galletas esto es lo más sencillo de la alimentación que pueden traer. Aunque si se nos	Todas las madres del Primer Ciclo participan en la elaboración de los alimentos pero cuando alguna no puede llevarlos por algún compromiso le informa a la maestra o busca otra persona para que los elabore, mientras que otras no llevan los alimentos que el programa asigna, sino que, proporcionan alimentos que no son saludables para los niños/as y no acatan las recomendaciones que la institución les han dado en donde no se les permite que lleven alimentos como, galletas o bebidas artificiales, si bien es cierto

				ha dicho que concienticemos al padre ya que no es permitido que traigan jugos artificiales, si no que un refresco natural o bebida fortificada.	cada madre de familia elabora diversos tipos de menú ya sean con el alimento que proporciona la escuela o con otros que probablemente adquieren en los supermercados, lo que sí es claro es que cada una es responsable en cumplir con elaborarlos de una o de otra forma.
4	¿Cumplen las madres de familia con traer los alimentos el día que les corresponde?	La profesora nos dice que frecuentemente las madres cumplen con llevar los alimentos el día que les corresponde, pero algunas veces hay madres que trabajan y se les dificulta un poco, pero asignan a una persona "X" que trae los alimentos.	Según la interrogante planteada la maestra nos informa que algunas madres no llevan los alimentos el día que le corresponde, debido porque a veces por el trabajo no tienen tiempo.	De acuerdo a la pregunta realizada la maestra dice que en un 80% si cumplen las madres en llevar el alimento el día asignado, pero hay otras que no. Ya que en dadas ocasiones no pueden prepararlo el día que les toca, y hay días en que se han quedado sin comer debido a la irresponsabilidad.	Podemos apreciar que no siempre se llevan los alimentos el día asignado; aunque es poca la frecuencia con que esto ocurre, algunas de las razones por las que se genera es porque algunas madres trabajan y les es difícil prepararlos ellas mismas, pero algunas toman a bien pagarle a otra persona para que los pueda preparar y llevarlos a la institución. Consideramos valioso el aporte de cada madre de familia ya que a pesar de los obstáculos presentados siempre buscan una alternativa para hacer llegar los alimentos al Centro Escolar.
5	¿Cuáles son los	Referente a esto la docente	Ella menciona que los	La docente comenta que	Las maestras mencionan

	diferentes menús que se les proporciona a los niños y niñas y en que les beneficia?	dijo que los menús que traen más frecuentes las madres de familia son: frijoles licuados con francés, queso, arroz en leche, poleada, arroz negrito, hay madres bien creativas y el arroz lo hacen con pollo, otras con salchichas o con verduras, de diferentes formas y preparan también lo que es el fresco de incaparina y cuando no se les da incaparina se les da el vaso de leche.	menús que preparan las madres del segundo grado son: Arroz negrito, frijoles molidos, plátanos, y considera que si les beneficia ya que la mayoría de alimentos traen las vitaminas y minerales que el cuerpo necesita.	algunos de los menús que preparan las madres son: Frijoles licuados, arroz, casamiento, y que hay quienes también preparan empanadas, enchiladas con pollo o frijol.	que hay variedad de menús que elaboran las madres, alguna de ellas son creativas en su preparación y realizan platillos aperitivos en donde les toca a ellas agregar otros ingredientes. Cada madre realiza su mejor esfuerzo para que los niños y niñas tengan sus alimentos día con día.
6	¿Es consumido por todos los y las aprendientes el alimento elaborado, a qué hora se les proporciona a los niños y las niñas?	La docente nos dice que el alimento es consumido por todos/as los/as alumnos/as. Nos comenta que este se les da antes del primer receso, faltando 10 minutos para las 2:00 de la tarde.	La maestra respondió que sí es consumido el alimento por todos los niños y niñas y que se les proporciona en el primer recreo a las 2:30 pm.	De acuerdo a esta interrogante la profesora manifestó que los alimentos que se llevan al tercer grado no es consumido por todos/as los/as niños/as, ya que a veces hay niños que dicen que andan llenos y no quieren consumirlo. Y hay otros que están con nutricionistas y le han prohibido el consumo de estos alimentos, en otro caso no lo consumen por no cargar el plato, pero si les han proporcionado un plato, una taza, un vaso,	La maestra del primero y segundo grado nos comenta que todos los y las estudiantes consumen los alimentos en su totalidad mientras que la maestra del tercer grado menciona que algunos no lo hacen debido a diferentes motivos algunos son médicos, otros por descuido por parte de los alumnos como de ella porque debería buscar un espacio en el aula para guardar los utensilios. Y las 3 maestras nos dicen que la hora que han asignado para consumir los

				<p>y cuchara. Por lo tanto a veces es descuido de ellos por no andar cargando las cosas, y debido al reducido espacio en el aula no se guardan allí los utensilios de alimentos. Y los alimentos se les proporcionan de 2:30pm a 3:00 pm de la tarde.</p>	<p>alimentos varía entre 2:00 a 3:00 de la tarde en el primer recreo. De acuerdo a lo que nosotras pudimos observar una de las docentes reparte el alimento justamente a la hora que van a salir al recreo y no les permite que lo consuman dentro del aula por lo tanto muchos de los niños y niñas lo que hacen es no agarrarlo.</p>
7	<p>¿Qué es lo que compran los niños y niñas en el cafetín escolar?</p>	<p>La maestra manifiesta lo siguiente: Nosotros aplicamos lo que es el cafetín saludable, no se permiten sodas, jugos artificiales, y lo que más consumen los niños son frutas, mangos, sandia, pepinos, y algunas cosas que preparan en el cafetín tales como: choco bananos, paletas, charamuscas de leche.</p>	<p>La docente encargada del segundo grado dice que sus alumnos/as compran en el cafetín Panes, frescos y charamuscas.</p>	<p>Para esta interrogante la maestra dijo que hay variedad de alimentos que ofrece el cafetín, y lo que no venden son churros, sodas, hay refrescos chilaquillas, enchiladas, hot-dog, hamburguesas, paletas, sorbetes.</p>	<p>Las maestras mencionan que si tienen conocimiento de lo que compran los alumnos/as en los recesos, al mismo tiempo comentan que el cafetín no puede vender golosinas por lo tanto los niños/as no pueden comprar y consumir este tipo de alimento en la institución, de acuerdo a lo que nosotras pudimos apreciar, el cafetín ya no está vendiendo variedad de golosinas ni chucherías, tan poco bebidas carbonatadas, pero si muchas frituras y comidas rápidas que si son muy apreciadas por los niños y niñas.</p>

8	¿Se les ha brindado capacitación a encargados del cafetín para que mejoren los productos que venden?	La maestra dijo que si se les ha brindado capacitación a la encargada del cafetín y que además tienen supervisión del MINED y del Ministerio de Salud. Pero que desconoce cada cuanto tiempo se les brinda la capacitación.	La docente nos informa que a la encargada del cafetín se le brinda una capacitación a principio de año.	Para respuesta a esta interrogante la maestra manifestó lo siguiente: Por lo que me he dado cuenta si han ido a capacitación para hacerles saber qué tipo de alimentos deben vender, y cuáles no.	Según la información proporcionada, las encargadas del cafetín ha recibido capacitación para saber que alimentos debe y no debe vender en la escuela y además son supervisadas por el MINED y el Ministerio de Salud, pero las maestras desconocen cada cuanto tiempo se les brinda la capacitación, en cuanto a nuestra opinión y observación el cafetín si ha tomado en cuenta las sugerencias brindadas ya que han reducido en gran medida la venta de productos chatarras.
9	¿Ha observado mejorías en cuanto al aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura al proporcionarles los alimentos escolares?	Según la maestra ha observado en sus alumnos/as mejorías en todas las materias. Y nos detalla que más que todo en primer grado trata de reforzar la materia de lenguaje ya que los niños/as tienen que tener como aprendizaje de la lectura y escritura, para avanzar al segundo grado. Entonces es una de las materias que se ve más horas, y si se puede	Ella nos dice que sus alumnos/as han tenido mejorías en sus aprendizajes, debido a que están bien alimentados. Y comenta que hay unos niños que no pueden comer en su casa pero luego comiendo en la escuela están más dispuestos a trabajar	Ha esta interrogante la maestra explico lo siguiente: En ese caso es difícil controlar, ya que hay niños que pueden comer, pero cuando es haragán es haragán nadie lo mueve. Ya que no presentan tareas el día que se les indica pero para comer son buenos. Entonces yo pienso que una alimentación si ayuda. Porque se dice	Nosotras consideramos de acuerdo a los resultados que si ayuda la alimentación en una mejor adquisición de los aprendizajes, las mismas maestras dicen que ellas ven los buenos resultados en los niños y niñas dentro del salón de clase, por lo tanto el tema de la alimentación debería de ser tratado de una manera más práctica o prestársele mayor importancia.

		decir que los niños tienen bastante aprovechamiento del conocimiento y la adquieren más rápido.		que con pancita llena podemos trabajar bien. Aunque en las edades de estos niños es bien difícil sacarles paso.	
10	¿Considera usted que una buena nutrición influye para que los aprendientes obtengan un mejor aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura?	La maestra considera que sí es necesaria una nutrición para un buen aprendizaje. Y nos comentó la siguiente anécdota: tengo una experiencia de una alumna que no almuerza, y como a las 3:00 pm se duerme cuando ella consume los alimentos que se dan. Entonces considero que los alimentos le caen pesados en el estómago y le da sueño, por lo que no ha almorzado y es una de las niñas que avanza pero despacio, y en la clase de lenguaje pasa dormida.	De acuerdo a esta interrogante nos dice lo siguiente: Sí influye la nutrición para el aprendizaje del niño/a ya que si están debidamente alimentados están con más ánimos y más dispuestos a trabajar.	Ella manifiesta lo siguiente: Bueno eso es lo que se dice, que una buena alimentación son buenos resultados y eso hasta para uno de adulto, ya que si uno anda sin comer, pues no hay voluntad de hacer las cosas y se siente ese malestar que desea comer para hacer las cosas bien.	Es más que claro que las maestras consideran que si es importante la nutrición para que sus alumnos/as se desempeñen de mejor manera en la asignatura de lenguaje. De acuerdo a nuestra opinión la alimentación debe ser la clave para que el niño y niña se sienta motivado, ya que si una persona no está alimentada no tendrá las energías necesarias para rendir en sus actividades diarias, y en la etapa escolar es más fundamental que el alumno/o se alimente bien ya que día con día pierde energías por el desgaste intelectual.
11	¿Considera usted que los/as estudiantes durante su proceso de formación (inicio) han mejorado sus aprendizajes en la disciplina de Lenguaje	La maestra manifestó que si ha habido mejoría de aprendizajes en los niños/as y que estos han sido tanto conductual como aprendizajes de la lecto-escritura.	Según la maestra los/as alumnos/as conforme a su inicio de formación sí han venido tenido mejorías en sus aprendizajes.	La maestra del tercer grado comunico lo siguiente: en la sección tenemos niños/as que han mejorado y otros que no. Considero que la formación no solo viene	Si ha habido cambios de aprendizaje como conductuales y de lecto-escritura, aunque la maestra del tercer grado comenta que este aprendizaje no solo se va a generar en la escuela

	y Literatura?			de la escuela sino también desde el hogar. Y si no hay en el hogar una preocupación y una enseñanza, pues difícilmente abran buenos resultados de aprendizaje en el niño o niña. Pero en un 50% si han mejorado en sus aprendizajes.	sino también depende de la enseñanza que tengan en sus hogares. Consideramos que los resultados se reflejan tanto en la actitud de los niños/as como en sus aprendizajes diarios.
12	¿El Ministerio de Salud se involucra en programas o jornadas que conlleven a la nutrición, salud y educación de los y las aprendientes?	Referente a la interrogante manifestó lo siguiente: Sí se involucra. Hay un convenio en el MINED y el Ministerio de Salud que ellos están a cargo de venir a supervisar y dar orientación de diferentes temas: hábitos higiénicos, salud dental, como cuidarse de los piojos, que eso afecta mucho a básica, campañas de vacunación y salud.	Ella menciona que si existe involucramiento y que consiste en capacitar a las señoras del cafetín, y a los maestros.	Conforme a la pregunta explico lo siguiente: Yo sé que si hay campañas que el Ministerio de Salud promueve, pero yo aquí en el Centro Escolar no he visto. Sin embargo si promueven campañas de vacunación para prevenir diversas enfermedades.	Si existen jornadas en el Centro Educativo desarrolladas por parte del Ministerio de Salud y que estas benefician a la población estudiantil y al mismo tiempo a las del cafetín y a las maestras y maestros. Por lo tanto si hay apoyo e integración de los promotores de salud a la institución, aunque probablemente no con mucha frecuencia.



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
 FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
 DEPARTAMENTO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES
 SECCIÓN DE EDUCACIÓN

Entrevista dirigida a las madres de familia del Centro Escolar Pablo J. Aguirre

Objetivo: Recopilar valiosa información sobre la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

CUADRO DE RESPUESTAS DE LAS ENCUESTAS REALIZADAS A MADRES DE FAMILIA DEL PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL TURNO VESPERTINO DEL CENTRO ESCOLAR PABLO J. AGUIRRE					
Fecha y hora de realización de entrevistas.		Se entrevistaron a 14 madres de familia del Primer Ciclo del turno vespertino el día <u>Jueves 16 de junio de 2016</u> , en el cual se celebró el evento del “día de la familia” en las horas de <u>2:00 a 4:45 PM</u> . Se entrevistó a una madre de familia de primer grado el día <u>14 de junio de 2016</u> , en la hora de <u>1:00 a 1:10 PM</u> .			El total de madres que se tomaron en cuenta para realizar esta investigación fueron <u>15, 5 madres de cada grado del Primer Ciclo</u> .
N	PREGUNTAS	PRIMER GRADO	SEGUNDO GRADO	TERCER GRADO	REFELEXIÓN
1	¿Cuántos hijos/as estudian en el Centro Escolar Pablo J. Aguirre? ¿Qué grado estudian?	Una de las 5 madres de primer grado respondió que tenía 2 hijos estudiando, uno en octavo y el otro en primero. Otra madre de familia también dijo que dos de sus hijos estudiaban en el centro escolar una en primero y el	De acuerdo a la interrogante hecha a las madres de segundo grado se obtuvieron diversas respuestas. -Una de las mamás dijo que tenía 4 estudiando, una en segundo, quinto, sexto y noveno.	Las 5 madres manifestaron el número de hijos que tienen estudiando en el centro escolar. -Dos madres coincidieron en la respuesta diciendo que	Se puede mencionar que las madres con las que se contó para recolectar esta información tienen hijos/as en diferentes grados, son pocas las que tienen solo en el Primer Ciclo.

		<p>otro en cuarto grado. Una madre respondió que solo tenía un niño en primero. Mientras tanto otra madre dijo que tenía 3 estudiando, una en primero, la otra en cuarto y el otro en sexto. Otra madre entrevistada respondió que tenía dos niñas en la escuela una en primero y la otra en sexto.</p>	<p>-Dos mamás manifestaron que cada una tenía un hijo en segundo. -Otra de las mamás dijo que tenía estudiando 3 hijas, en segundo, quinto y octavo grado. -De igual manera detallo otra madre de familia que tenía 5 hijos/as estudiando una en segundo, otra en prepa, otro en noveno, otro en cuarto y el otro en sexto.</p>	<p>cada uno de sus hijos cursaban tercer grado. -Otra madre manifestó que tenía dos hijos estudiando uno en tercero y el otro en quinto. Así mismo dijo otra madre de familia que tiene un par de gemelas en tercer grado. -Otra madre de familia dijo que tenía tres hijos estudiando en el centro escolar, uno en preparatoria, el otro en tercero y uno en octavo grado.</p>	
2	¿Almuerzan sus hijos/as antes de irse para la escuela?	<p>En la interrogante planteada a las 5 madres de familia obtuvimos similares respuestas ya que todas dijeron que si almuerzan sus hijos e hijas antes de irse a la escuela, y explicaron las siguientes razones. -tres madres dijeron que almorzaban bien sus hijos para que no se fueran adormir a la clase y que era muy importante el alimentarse bien para mantenerse activo todo el</p>	<p>El total de las madres entrevistadas de segundo grado coincidieron en la respuesta Y afirman que si almuerzan sus hijos/as antes de irse a la escuela y relatan que para ellas es de suma importancia que sus hijos coman muy bien ya que solo de esa manera podrán estar más al pendiente de las clases.</p>	<p>En cuanto a esta interrogante todas las madres de familia manifestaron que si almuerzan sus hijos e hijas antes de asistir a la escuela, sus respuestas coinciden y detallan que a pesar de que ellas les proporcionan dinero siempre es importante que sus hijos e hijas vayan con el estómago lleno, ya que eso ayuda a que ellos estén más</p>	<p>Todas coincidieron que si almuerzan sus hijos/as ya que consideran que no pueden asistir a sus clases con el estómago vacío porque se duermen y no prestan la debida atención, además siempre les dan dinero para que pueda comprar algún alimento en el cafetín. Se puede observar el interés que muestran las madres por mandar alimentados/as a sus hijos e hijas al Centro</p>

		<p>día.</p> <p>-Otras dos madres de familia dijeron en la entrevista que la alimentación era prioritaria todos los días en los alumnos ya que así se evitaban enfermedades en los niños y niñas y se aumentaba la motivación.</p>		<p>atentos y activos a la hora de la clase.</p>	<p>Escolar.</p>
3	<p>¿Colabora en la elaboración de los alimentos para los/as estudiantes y cada cuánto tiempo le corresponde prepararlos?</p>	<p>De acuerdo a esta pregunta el total de 5 madres entrevistadas dijeron que si colaboraban en la elaboración de los alimentos, y cada una explico cada cuanto tiempo le correspondía prepararlos.</p> <p>-Por ejemplo una de ellas dijo que le tocaba prepararlos cada dos o tres meses.</p> <p>-dos dijeron que cada mes les tocaba cocinar los alimentos.</p> <p>- otra madre dijo que los elaboraba cada mes y medio.</p> <p>Y otra detallo que según el número de lista de sus hijos así le correspondía prepararlos.</p>	<p>El total de las 5 madres de familia detallo que si colabora en la elaboración de los alimento y especificaron cada cuanto les correspondía prepararlos.</p> <p>- Dos de ellas dijeron que los preparaban 1 vez al mes.</p> <p>-otra madre de familia explico que si colaboraba ya que era un deber y un compromiso como madre de familia. Y dijo que en el Centro Escolar hacia la repartición de los alimentos conforme al número de lista</p> <p>- Una madre dijo también que ella siempre ha colaborado y le tocaba</p>	<p>En la interrogante planteada todas las madres respondieron que si colaboran en la elaboración de los alimentos ya que para ellas es un compromiso y un deber participar en todas las actividades escolares, además dos de ellas agregaron que cuando no pueden prepararlos alimentos le pagan a alguien más para que los prepare y los lleve a la escuela. Además de esto detallaron el tiempo en que les corresponde prepararlos y todas ellas dicen que dependiendo del número de lista que tengan sus hijos/as así</p>	<p>Las madres de familia opinaron que si colaboran en la elaboración de los alimentos ya que es un deber que deben cumplir con sus hijos/as y la institución. Además nos informan que les corresponden prepararlos cada mes, mes y medio o dos meses dependiendo del número de lista de sus hijos y también de la cantidad de hijos/as que tienen en los diferente grados.</p>

			prepararlos seguido ya que eran cinco hijos/as los que tenía en el centro escolar. -otra madre dijo que ella los preparaba 2 veces al mes ya que tenía dos hijos en diferentes aulas y según el número de lista así era la frecuencia de elaboración de los alimentos.	será el tiempo en que les toca los alimentos. Tres de ellas menciona que les corresponde preparar los alimentos cada mes o mes y medio. Otra de ellas manifiesta que le corresponde prepararlos cada 3 meses. Y otra madre comenta que cada dos meses.	
4	¿Se le ha capacitado para la elaboración de los alimentos?	Mediante la interrogante planteada obtuvimos variadas respuestas ya que de las 5 madres entrevistadas dos dijeron no haber recibido ninguna capacitación y tres dijeron que si, y que una había sido impartida a inicio de año y las otras eran breves orientaciones que daban los docentes.	En la entrevista realizada a las madres de familia, tres respondieron que no se les ha capacitado para la elaboración de los alimentos, sin embargo dos de las madres dijeron que si pero que solamente había sido en los primeros repartos, pero ya después como ya era consecutivo no era necesario que les estuvieran diciendo como iban a preparar los alimentos.	De acuerdo a esta interrogante que se les realizo a las madres de familia 3 de ellas comentaron que no se les ha brindado capacitación para la elaboración de los alimentos Mientras que otra comenta que si ha recibido capacitación a principio de año ya que hacen una pequeña reunión. Y otra nos comenta que si a veces han realizado pero por su trabajo no han podido asistir.	Las opiniones que se obtuvieron varían ya que algunas madres informan no haber tenido capacitaciones, otras que si han tenido al principio de año pero hay algunas que no han podido asistir por compromiso a su trabajo, lo que sí es claro que si se han hecho capacitaciones no muy constantemente pero si se les ha brindado.
5	¿Tiene conocimiento acerca del Programa de	En cuanto a esta pregunta realizada una de las 5	Del total de las 5 madres entrevistadas, cuatro	En esta interrogante 4 madres de familia	La mayoría de madres de familia tienen

	Alimentación y Salud Escolar (PASE)?	<p>madres de familia dijo desconocer el programa de alimentación escolar. Las demás madres de familia coincidieron en las respuestas y dijeron que si tenían conocimiento del programa PASE y que era el programa donde el presidente les daba el alimento a las escuela y en el que sus hijos e hijas eran beneficiados por dicho programa.</p>	<p>dijeron tener conocimientos sobre el programa PASE, mientras una dijo desconocer el programa y detallaron lo siguiente. -Tres de ellas dijeron que era el programa que les brindaba los granos básicos para preparar los alimentos de sus hijos e hijas. -Otra madre detallo que era un refuerzo para la alimentación de los alumnos/as y que aparte de eso les ayuda para que ellos puedan estar en un mejor proceso de integración alimenticia, - -así mismo otra madre de familia dijo no tener conocimiento sobre el programa.</p>	<p>dijeron que si tenían conocimiento sobre el programa, y recalcaron que era el programa dirigido por el gobierno en el cual alimentaban a sus hijos e hijas, y por lo tanto se beneficiaba toda la población estudiantil. Mientras tanto una madre dijo que ella no sabía sobre dicho programa.</p>	<p>conocimiento aunque no es muy amplio, prácticamente solo saben lo superficial o lo básico, mientras que otras desconocen saber del programa PASE esto puede ser porque no se han informado, no han tomado interés por saber del tema o tuvieron timidez e inseguridad al dar una respuesta incorrecta.</p>
6	¿Ha observado alguna mejoría en los aprendizajes de su hijo/a a partir de los alimentos que se les ha brindado en el Centro Escolar?	<p>Las 5 madres entrevistadas afirmaron que si han visto mejoría en el aprendizaje de sus hijos e hijas. Una madre detallo que su hijo de primer grado ya estaba aprendiendo a leer. Tres de las madres de familia dijeron ver mejoras</p>	<p>En cuanto a esta interrogantes todas las madres dijeron que si observaban mejorías en los aprendizajes de sus hijos e hijas. -Tres madres explicaron que desde que inició el programa ven más</p>	<p>Las respuestas de las madres de familia de tercer grado sobre esta interrogante fueron similares ya que todas coinciden en que observan mucha mejoría de aprendizaje en sus hijos e hijas y</p>	<p>Las madres consideran que han observado mejorías en cuanto al aprendizaje de sus hijos/as y que lo han podido notar en su comportamiento, en el interés y motivación por ir a la escuela, en las notas y al momento de realizar las</p>

		<p>en las notas de sus hijos e hijas y que la maestra les informaba que sus hijos/ prestaban más atención en la clase.</p> <p>Otra de las madres dijo que observaba con más energía a su hijo cuando hacia las tareas.</p>	<p>motivados por el estudio a los niños/as y con más deseos de asistir a clases.</p> <p>-dos madres dijeron que sus hijos han respondido significativamente en el estudio y que el buen resultado se refleja en las notas.</p>	<p>que ellas lo ven reflejado en el comportamiento, y en el rendimiento académico e incluso hasta el estado de ánimo de los y las niñas.</p>	<p>tareas, de acuerdo a ello consideramos que las mejorías no solo las observan los docentes sino también las madres de familia.</p>
7	<p>¿Podría mencionar los alimentos que el Centro Educativo les entrega para que prepare y consuman los niños y las niñas y que tipo de alimentos prepara?</p>	<p>El total de las 5 madres entrevistadas de primer grado respondieron similarmente a la interrogante y dijeron que los alimentos proporcionados eran: aceite, azúcar, frijoles, arroz, aceite, incaparina.</p> <p>En cuanto al tipo de alimento que preparaban hubieron variadas respuesta:</p> <p>-Dos madres dijeron que preparaban arroz negrito, frijoles licuados y refresco de incaparina ya que detallan que conforme a lo que les dan eso deben de preparar.</p> <p>-Otra madre dijo que les cocinaba arroz con salchicha, o arroz con chipilín, y crema, y a veces poleada</p>	<p>Las madres respondieron de igual manera a la interrogante diciendo que los alimentos que el centro escolar proporciona son: arroz, polvo para bebida fortificada, aceite, frijoles.</p> <p>-Dos madres dijeron que prepara arroz con verdura, frijoles licuados con francés, y el refresco de bebida fortificada.</p> <p>-Tres de las madres manifiestan que ellas varían en el menú y les preparan: arroz con pollo, sándwich, y frutas.</p>	<p>-el número total de las 5 madres de familia opinan que los alimentos que les proporciona la escuela son: arroz, frijoles, aceite, bebida fortificada.</p> <p>-Dos madres de familia mencionan que los alimentos que comúnmente ellas preparan son alimentos panes con pollo, incaparina pero le agrega guineo para que se sienta más rico.</p> <p>-Otra madre dijo que ella elaboraba enchiladas, arroz aguado, y refresco de cocoa.</p> <p>- Así mismo dos madres detallan que ellas</p>	<p>Los alimentos que mencionan las madres que se les brinda son los alimentos que hacen parte del programa PASE y que algunas hacen parte de estos y realizan diferentes menús, mientras otras llevan otra clase de alimento con otros ingredientes, también esta preparación depende del tiempo con el que ellas cuentan para elaborarlos porque algunas trabajan y no tienen tiempo para prepararlos y otras pagan para que los puedan elaborar.</p>

		-Dos madres dijeron que veces preparaban plátanos fritos o macarrones, enchiladas, arroz en leche, ya que según ellas se han de aburrir los niños/as de comer los mismos.		cocinan arroz con pollo, o arroz con chipilín, casamiento, pan francés con frijoles y el fresco.	
8	¿Tiene una hora programada para traer y repartir los alimentos?	En cuanto al horario programado hubieron diferentes respuestas por parte de las madres de familia: -Tres madres dijeron que ellas llevaban los alimentos a la hora que iban a dejar a sus hijos al centro escolar es decir a las 12:30 AM. Debido a que no tenían tiempo de llevarlos a otra hora, pero que la hora programada era antes del primer recreo. -Otras dos madres dijeron que ellas los llevaban a las 2: PM.	Las madres manifiestan que si hay una hora programada que es a las 2:00 PM antes del primer recreo pero sin embargo por motivos de tiempo no todas cumplen con el horario. Dos madres llevan los alimentos a las 12:30PM -Una madre los lleva a la 1:00PM. -Otras dos madres dicen que por lo general llevan los alimentos a las 2:00PM ya que tienen que estar antes de que toquen el timbre para salir al receso.	-En cuanto al horario tres madres dijeron que ellas llevaban los alimentos a las 12:pm -así mismo dos madres de familia manifestaron que ellas llevan los alimentos a la 1:pm	Si existe una hora programada y esta es antes del primer recreo, pero algunas madres llevan los alimentos cuando van a dejar a sus hijos/as porque después no les queda tiempo para llevar los alimentos, por lo tanto consideramos que si se refleja la responsabilidad de cada madre de familia en cuanto a la entrega de los alimentos.
9	¿Tiene conocimiento acerca de lo que compra su hijo/a en el cafetín escolar?	De acuerdo a esta interrogante las 5 madres de familia respondieron que si tenían conocimiento sobre lo que compraban sus hijos e hijas en el cafetín escolar. -Una madre manifestó que	-las 5 madres respondieron que si conocen el tipo de alimentos que sus hijos/as compran en el centro escolar y describen lo siguiente:	-las respuestas de las madres han sido similares ya que todas han manifestado tener conocimiento sobre lo que compran sus hijos e hijas.	Todas las madres tienen conocimiento sobre lo que compran sus hijos/as en la escuela ya que algunas se dan cuenta porque les preguntan cuándo llegan a su casa y otra madre

		<p>sus hijos compraban pizza, y churros.</p> <p>-Otra mama dijo que sus hijos compraban frutas, pupusas, charamuscas, paletas.</p> <p>-tres madres de familia dijeron que ellas preguntaban a sus hijos que compraban con el dinero que les daban y ellos decían que: hamburguesas, panes con pollo, y refrescos.</p>	<p>-Dos madres afirman que sus hijos compran frutas, helados, gelatinas, y panes con pollo.</p> <p>-Una madre dijo que su hija compraba hamburguesas, chilaquitas, pupusas.</p> <p>-Dos madres manifiestan que sus hijos/as les dicen a ellas que compran refrescos, panes con salchicha, y charamuscas.</p>	<p>Dos de ellas dicen que sus hijos compran golosinas, y alimentos preparados en el cafetín.</p> <p>Tres de las madres también manifiestan que sus hijos compran diariamente frutas, panes, hamburguesas.</p>	<p>menciona que toma a bien supervisar lo que venden en el cafetín, las acciones que realizan las madres para conocer lo que compran sus hijos e hijas son variadas pero sirven para llevar un mejor control de lo que consumen sus hijos/as.</p>
10	<p>¿El Ministerio de Salud se involucra en programas o jornadas que conlleven a la nutrición, salud y educación de los y las aprendientes?</p>	<p>Las madres de familia fueron claras en responder la interrogante, de las 5 entrevistadas tres dijeron simplemente no saber nada, mientras tanto las otras dos mamás dijeron que si de vez en cuando sus hijos les llegaban contando que les visitaban los promotores de salud y que realizaban campañas de vacunación.</p>	<p>-De acuerdo a esta interrogante dos madres dijeron que no sabían si había o no integración por parte del ministerio de salud a la escuela. Mientras tanto tres madres explicaron que si llegaban aproximadamente dos veces al año especialmente cuando habían campañas de vacunación.</p>	<p>-De las madres entrevistadas de tercer grado 3 dijeron que si realizaban visitas los promotores de salud, y que les brindaban charlas sobre hábitos higiénicos sobre campañas de vacunación.</p> <p>-dos de las madres también dijeron que ellas no estaban enteradas de ese tipo de visitas por el ministerio de educación.</p>	<p>La información proporcionada varia ya que algunas opinan saber que el Ministerio de Salud realiza visitas en el Centro Escolar con diferentes campañas, mientras otras opinan no saber; esto puede ser porque sus hijos/as no les han comentado o no se informan.</p>



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
 FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
 DEPARTAMENTO DE CIENCIA Y HUMANIDADES
 SECCIÓN DE EDUCACIÓN.

GUÍA DE OBSERVACIÓN

OBJETIVO: Observar e identificar la influencia de la nutrición en el proceso de aprendizaje en la disciplina de Lenguaje y Literatura en los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

CUADRO DE RESPUESTAS DE LA GUÍA DE OBSERVACION DEL DESARROLLO DE LA DISCIPLINA DE LENGUAJE Y LITERATURA REALIZADA EN EL PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL TURNO VESPERTINO DEL CENTRO ESCOLAR PABLO J. AGUIRRE.					
Fecha y hora de realización.		Lunes 20 de junio de 2016, a la 1:15 a 2:50 pm	Lunes 20 de junio de 2016, de 2:45 a 3:30 pm	Jueves 23 de junio de 2016, de 2:45 a 3:30 pm	Se elaboró una guía de observación para conocer la forma de cómo se desarrolla la clase de Lenguaje y Literatura; esta se aplicó en cada uno de los grados de Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino.
N	PREGUNTAS	PRIMER GRADO	SEGUNDO GRADO	TERCER GRADO	COMENTARIOS
1	Recursos didácticos sobre los cuales se auxilia el docente para una mejor	La docente solo se auxilió de materiales como pizarra, plumones y los	Para el desarrollo de la clase la maestra hizo usos del pizarrón y de	La maestra del tercer grado impartió su clase con materiales como	Se pudo notar que las maestras no usan recursos nuevos para impartir sus

	comprensión.	libros de trabajos de lenguaje.	plumones.	pizarra y los plumones.	clases solo se basan en los mismos métodos tradicionales, por lo tanto consideramos que la innovación debería ser oportuna ya que de esa manera se proyectaría mejor el aprendizaje y por lo tanto habría más motivación del niño o niña por aprender.
2	Metodologías utilizadas por el docente en la materia de Lenguaje.	La docente realizo la técnica lluvia de ideas al inicio de la clase, para el desarrollo del contenido la transcripción del libro al cuaderno y para finalizar la lectura de lección y lectura de palabras en la pizarra.	No se observó que la maestra implementara ninguna metodología, fue una clase monótona y tradicionalista, es decir no hubo nada innovador.	Solo se implementó una metodología tradicional. Porque solo les lleno la pizarra acerca del tema que se trató ese día.	Se puede apreciar que las docentes no hacen uso de estrategias ni de metodologías dinámicas para impartir la clase, lo que convierte la clase en un poco aburrida y se pudo observar que los niños y niñas no tienen mucha participación a la hora de la clase esto debido a que no se les proyecta la motivación ni se les realiza actividades que los involucre a todos/as.
3	Relación estudiante-docente y estudiante - estudiante.	La maestra es amable y no los trata mal. Los alumnos/as cuando trabajan se comportan adecuadamente pero cuando terminan su	Se observó buena relación con todos los alumnos/as y la maestra también. Existe convivencia y armonía entre ambos.	Se pudo observar que entre la maestra y los alumnos/ existe poca relación porque ella los regaña. Entre los estudiantes se pudo	La maestra de primero y segundo grado son amables con sus alumnos/as solo la maestra de tercero los/as regaña mucho.

		actividad andan parados y molestando a sus demás compañeros/as.		notar que aunque se comunican y se relacionan existe entre ellos/as rivalidades.	En cuanto a los alumnos/as se pudo observar que si se llevan bien pero que siempre hay diferencias entre unos y otros, por lo tanto consideramos que debería de inculcárseles más los valores morales, y además afianzar mejor los lazos de amor y cariño entre docente y alumnos/as.
4	Relación entre la teoría y la práctica en la disciplina de lenguaje.	La maestra les pidió a los niños/as que le mencionaran palabras de algunas cosas que ellos conocían que llevaran la letra “b”. Todos/as los niños/as participaron y mencionaron cosas que estaban escritas con dicha letra.	No se observó ninguna relación entre la teoría y práctica, esto debido a que la maestra no relaciona el contenido con la realidad del entorno.	La maestra explica de acuerdo la información del libro de trabajo pero no hace relación entre la teoría y la práctica, además no relaciona la información con la realidad que se vive.	Solo en primero un hubo poca relación entre el contenido y la práctica, ya que la maestra relacionó el contenido referente a la letra que estaban viendo con algunos objetos que ellos conocen. En los otros grados la maestra lo explicaba de forma tradicional, no contrastaban la teoría con la realidad, había poco enriquecimiento de la información brindada.
5	Se desarrollan las cuatro competencias de lenguaje. (Comprensión oral, comprensión escrita,	Solo comprensión escrita y expresión escrita. Ya que los alumnos/as transcribieron del libro de	Solo la comprensión oral y la comprensión escrita	Solo expresión oral y la comprensión escrita, porque la maestra solo escribió en la pizarra y	No se desarrollan completamente las 4 competencias de lenguaje (Comprensión oral,

	expresión oral y expresión escrita).	trabajo al cuaderno y al terminar de copiar la lección se la leyeron a su maestra.		los alumnos/as escribieron, además cuando preguntaban la maestra les explico y aclaro dudas.	comprensión escrita, expresión oral y expresión escrita), solamente las dos primeras. Se pudo observar que los niños y niñas comprenden lo que escriben y lo que leen, pero sin embargo expresan muy poco todo lo que se hace en clase, probablemente por temor hablar enfrente de los demás o por que no entienden correctamente lo que la maestra expresa.
6	Se toman en cuenta las ideas de los niños y niñas al momento del desarrollo de la clase de lenguaje.	Sí. Todos lo hicieron con confianza y de forma entusiasta. Ya que la maestra tomo en cuenta cada palabra que el niño/a le mencionaba y si alguna palabra que decían no era escrita con esa letra ella le decía de forma amable y educada como era la forma correcta de escribirla.	Si, aunque hay poco desenvolvimiento porque tienen temor al participar y también porque la maestra no crea un ambiente de participación.	Hubo poca participación por parte de los alumnos/as, solo cuando tenían una duda la hacían saber a su maestra mientras tanto solo la maestra hablaba y explicaba el contenido.	Los alumnos/as tienen miedo al momento de participar puede ser que piensen que la respuesta que den pueda ser errónea y se puedan burlar de ellos/as sus demás compañeros/as. Solo en primer grado participaron abiertamente.
7	Interés y motivación de los niños y niñas durante el desarrollo de la clase.	Sí, porque trabajaron ordenadamente y si tenían alguna duda se lo hacían saber a su maestra, además de ello participaron activamente en lo que se	Se ve muy poca motivación e interés por estar atentos a la clase porque algunos estaban platicando, otros están casi durmiéndose.	No, porque algunos estaban platicando y otros molestando a sus compañeros/as, eran pocos los estudiantes que están atentos en la	Consideramos que algunos de los niños/as no se sienten motivados/as, esto podría ser causa de la forma en que las maestras imparten

		les indicaba.		clase.	sus clases, uno de los mayores problemas que se observa al momento de la clase es la bulla, los niños/as se muestran muy inquietos y aburridos por lo tanto el único entretenimiento que encuentran es estar platicando con el compañero/a de la par.
8	Participan los niños y niñas en el desarrollo de las metodologías o en la construcción de sus aprendizajes.	Sí, todos/as participaron en lo que la maestra les indico y cuando finalizaban se lo mostraban a su maestra y les leían la lección.	Si, aunque no abiertamente, es decir no todos los niños/as participan por miedo a equivocarse.	Es muy poca la participación, no se observó que la maestra implementara metodologías participativas para que ellos/as se motivaran a participar en la construcción de su aprendizaje.	En el caso de segundo y tercer grado se pudo notar participación aunque no totalmente. En primero los niño/as se emocionan cuando participan. Consideramos que hubiera más participación del alumnado si se realizarán actividades integradoras y motivacionales en donde todos y todas pudieran participar ya que a esta edad los niños/as encuentran más motivación en el juego y otras actividades recreativas.
9	Orienta y apoya el docente las actividades o tareas que se realizan.	Si, la maestra verifica el orden en que los alumnos/as trabajan y les	Si, los orienta en las actividades y responde a las dudas que estos	Si, le explica a alguien que no comprenda partes del contenido	Las maestras si los orientan y les explica en las actividades que

		ayuda en lo que no entienden.	tengan.	pero no lo hace contrastándolo con la realidad en el que él o la estudiante se desenvuelven para que le sea más comprensible.	realizan, pero una de ellas no lo hace de forma que los alumnos/as comprendan mejor. A si mismo opinamos que la orientación de las docentes siempre está presente solo que a veces hay poco interés y paciencia por parte de ellas al momento de explicarles.
10	Desenvolvimiento oral y escrito por parte del alumno y alumna.	Si, aunque en el escrito no lo hacen correctamente ya que algunas palabras se les dificulta escribirlas, omiten o se les olvidan algunas letras en las palabras.	Existe poco desenvolvimiento por temor a participar y porque los demás niños/as están platicando.	No hubo desenvolvimiento porque casi no participaron y la maestra no generaba un ambiente de confianza para que los alumnos/as pudieran participar.	No existe un completo desenvolvimiento ya que en el primer grado se les dificulta un poco esto debido a que algunos niños y niñas aun no pueden escribir correctamente, en el segundo y tercer grado existe temor al participar esto puede ser ocasionado por la actitud de las maestras o porque el niño o la niña se siente con miedo a no responder correctamente y los demás pueden burlarse.
11	En que espacios del Centro Educativo se desarrollan las competencias lingüísticas de los niños y niñas.	Se realiza en el aula y el Centro Escolar.	Las competencias se desarrollan en el aula y en el Centro Escolar.	En el aula al recibir sus clases y en los espacio del Centro Escolar en los recreos.	En Primer Ciclo las competencias lingüísticas se desarrollan en el aula y en la Institución ya que se

					observó que en el recreo los niños y niñas dialogar, jugar y compartir entre ellos/as.
--	--	--	--	--	--



UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
 FACULTAD MULTIDISCIPLINARIA ORIENTAL
 DEPARTAMENTO DE CIENCIA Y HUMANIDADES
 SECCIÓN DE EDUCACIÓN

GUÍA DE OBSERVACIÓN

OBJETIVO: Observar e identificar el proceso de alimentos que les es entregado a los y las aprendientes del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre.

CUADRO DE RESPUESTAS DE LA GUÍA DE OBSERVACION DE LOS ALIMENTOS, REALIZADA EN EL PRIMER CICLO DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL TURNO VESPERTINO DEL CENTRO ESCOLAR PABLO J. AGUIRRE					
Hora y fecha de realización.		Lunes 20 de junio de 2016, de 1:15 a 2:30 pm.	Lunes 20 de junio de 2016, de 1:15 a 2:30 pm.	Jueves 23 de junio de 2016, de 1:15 a 2:30 pm.	Se elaboró una guía de observación para conocer la forma de cómo se lleva a cabo el consumo y reparto de los alimentos, la cual se aplicó en cada uno de los grados de Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino.
N	PREGUNTAS	PRIMER GRADO	SEGUNDO GRADO	TERCER GRADO	COMENTARIOS
1	Hora de llegada de los alimentos.	Estos se los entregaron a la maestra a la 1:30 pm y los llevo una madre de familia.	Los alimentos los llevaron a la 1:00 PM, los cuales los llevo la abuela del alumno.	En el tercer grado la madre de familia llevo los alimentos a la 1:30 PM	En primero y tercer grado los alimentos los llevo la madre de familia, en segundo grado fue la abuela. Las encargadas los llevaron en una hora indicada ya que fue antes del primer receso.
2	Hora de consumo de los	La docente los	Los alimentos fueron	Al toque del timbre	Los alimentos los llevan antes del

	alimentos.	repartió el momento de escuchar el toque del timbre a las 2:30 PM en el primer recreo.	consumidos a las 2:00 PM, faltando media hora para el toque del timbre.	para salir al primer recreo la maestra comenzó a repartir los alimentos pero solo les entregaba a los niños y niñas que le pedían los alimentos.	primer recreo, ya que antes o durante este se les entrega a los alumnos/as para su consumo. Consideramos en base a lo observado que una de las formas que las maestras pueden implementar para que no se genere desorden y que los alumnos/as los consuman de forma adecuada, sería que los alimento lo repartiera minutos antes del primer receso ya que así se evitaría que algunos alumnos/as se queden sin comer por motivo de salir a recreo.
3	Alimentos que se consumen.	Este día los alumnos/as consumieron arroz en leche.	El menú que se les llevo a los niño/as este día fue pan francés con crema.	Este día los niños/as consumieron arroz con salchicha.	En dos grados se repartieron los alimentos que se entregan mientras que en segundo grado llevaron otro tipo de alimento, podría ser que esta madre opto llevar ese tipo de refrigerio porque no le quedo tiempo para elaborar los alimentos que se les dan.
4	Bebida que consumen al momento de la entrega de los alimentos.	Este día no llevaron bebida.	La bebida que consumieron fue refresco de naranja artificial	Este día los niños bebieron refresco de incaparina.	Se pudo observar que solo en el tercer grado llevaron el refresco adecuado (incaparina), en uno de ellos no llevaron tal vez por el tipo de alimento que llevaron ese día y en el segundo grado refresco artificial esto quizá porque no tuvieron tiempo de elaborarlo y se le hizo más fácil comprarlo.
5	Recipientes en que depositan las madres de familia los alimentos, para	La madre de familia tomo a bien llevar el alimento en bolsas	El recipiente donde se llevaron los alimentos fue en bolsas plásticas	Recipiente de plástico y bolsas de plástico.	Todas las madres llevaron los alimentos en bolsas plásticas, quizá por el tipo de alimentos que

	llevarlos al Centro Escolar	plásticas ya que era arroz en leche. Ya iba preparado en la bolsita para cada niño/a.	y en botellas de plástico el refresco artificial.		prepararon ese día o porque les es más fácil llevarlos así.
6	Responsables de repartir los alimentos a la hora de su consumo.	La maestra de primer grado es la que reparte los alimentos.	La responsable de repartir los alimentos a los niños/as este día fue la maestra de segundo grado.	La responsable de repartir los alimentos fue la maestra de tercer grado.	Las que se encargan de repartir los alimentos son las maestras de cada grado, ya que las madres solo llegan a dejarlos y estos son repartidos por la maestra cuando ella lo considera adecuado para consumirlos.
7	Recipiente donde toman la bebida.	Este día no tomaron bebida ya que no les llevaron.	Los y las estudiantes tomaron su bebida en vasos descartables.	La bebida fue llevada por la madre en bolsas plásticas, destinada para cada niño/a.	En el segundo grado se dio la bebida en vasos descartables porque la madre de familia ya los llevaba y el jugo iba en botellas plásticas grandes y en tercer grado la madre ya llevaba embolsada la bebida.
8	Todos los niños y niñas consumen los alimentos.	Sí. Ha todos los niños/as se les dio alimento, pero como se les entrego al momento del receso no se sabe si todos/as lo comieron totalmente o lo botaron. Pero durante el receso se observaron a algunos niños/as degustando el alimento.	Si todos y todas consumen sus alimentos, ya que la maestra se encarga de que nadie que quede sin comer por lo tanto ella los reparte media hora antes de que salgan a recreo.	No, porque estaban más emocionados por salir a recreo y a otros no les gusto lo que prepararon ese día.	En primero y segundo grado si hubo orden, mientras en tercer grado los alumnos/as estaban más emocionados por salir a recreo y a otros no les gusto lo que prepararon ese día, por eso consideramos importante que las maestras repartan los alimentos minutos antes de salir al recreo para que de esta manera los niños y niñas puedan consumirlos adecuadamente.
9	Alcanza el alimento para todos los niños y niñas.	Si y sobraron 2 bolsitas de alimentos porque faltaron dos	Sí, y sobro porque faltaron algunos niños/as.	Si y sobro alimento por los niños/as que no comieron.	En los 3 grados si alcanzó el alimento y sobró, debido a que algunos no lo consumieron por

		niños que no llegaron ese día a clases.			motivo de salir a recreo, otros porque no les gusto lo que prepararon y otros porque faltaron ese día a clase.
10	Orden a la hora de consumir los alimentos.	La maestro se los entregó cuando tocaron el timbre y formo dos filas; una de niños y otra de niñas y les iba entregando a cada uno/a de ellos/as al momento de salir a receso.	Se observó orden al momento de repartirlos ya que la maestra pasa por cada pupitre entregando el alimento y la bebida a cada niño y niña.	No hubo orden porque como fue en el primer recreo y los niños/as estaban más motivados por salir a jugar y no por comer sus alimentos.	Solo en el grado de tercero se hizo un poco difícil repartir los alimentos en orden ya que iban a recreo y salieron corriendo. En los otros grados si hubo orden ya que toman a bien darlos antes del timbre o formar filas al momento de repartirlos. Podría ser que algunos niños/as que no consumieron los alimentos fue porque andaban llenos por haber almorzado en sus casas, otros porque no les gusto ya que no les apeteció el alimento que prepararon ese día, también quizá por salir rápido al receso no quisieron comer y mejor se fueron a comprar al cafetín.

Fotografías de los niños y niñas del Primer Ciclo de Educación Básica del turno vespertino del Centro Escolar Pablo J. Aguirre, del Distrito 12-08 del Municipio de San Miguel, Departamento de San Miguel.



Alumnos/as del Primer grado sección "B".
Recibiendo la clase Lenguaje y Literatura.



Alumnos/as del segundo grado "B"



Alumnos/as del tercer grado "B"



Cafetín del Centro Escolar

BIBLIOGRAFÍA

- ⇒ UES, FMO, Percepción de los alumnos, padres de familia y maestros entorno al Programa de Alimentación y Salud Escolar. Tesis, (2013).
- ⇒ Ministerio de Educación, Memoria de Labores (1986-1987)
- ⇒ MINED, Memoria de labores (1991-1992)
- ⇒ MINED, Sistematización Escuela Saludable (2000)
- ⇒ Memoria de labores (1995-1996)
- ⇒ MINED, “PASE” Programa de Alimentación y Salud Escolar
- ⇒ Memoria de labores (2013-2014)
- ⇒ MINED, Guía de Alimentación, Programa de Alimentación y Salud Escolar, (2009-2014)
- ⇒ MINED, Guía didáctica sobre salud, alimentación y nutrición. (2006)
- ⇒ Programa de Alimentación y Salud Escolar (2009-2014)
- ⇒ MINED Programa de Alimentación y Salud Escolar, (2009-2014), Recetario
- ⇒ Ministerio de Salud de El Salvador, unidad de nutrición. Guía alimentaria para las familias salvadoreñas (2014)
- ⇒ TAMAYO Y TAMAYO, MARIO (1997) El proceso de la investigación científica; tercera edición.

DOCUMENTOS PDF:

- ⇒ Programa Mundial de Alimentos de las Naciones unidas, El Salvador.
- ⇒ Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (2011-2015)
- ⇒ OEI - Sistemas Educativos Nacionales - El Salvador
- ⇒ MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA Y ASISTENCIA SOCIAL, Guía de alimentación y nutrición de la familia salvadoreña por grupos etareos, (2009)
- ⇒ Naciones Unidas Derechos humanos, Derecho a la Alimentación Adecuada, Folleto informativo N° 34, (2010)
- ⇒ FAO, (2010).

⇒ Convención Internacional sobre los Derechos del Niño y de la Niña, parte 1

LIBRO DIGITAL:

⇒ Dra. Tamara Díaz Lorenzo, Asesora de CENDIS DE NUTRICION, CENDI I PRIMARIA, NUTRICION DE NIÑAS Y NIÑOS EN EL CENDI I PRIMARIA, COLIMA, (Enero 2016).

⇒ Ministerio del Poder Popular para la Alimentación, República Bolivariana de Venezuela, (2011)

⇒ Elementos de Nutrición Humana, Zoila Rosa Marín Rodríguez, (1979).