



UNIVERSIDAD NACIONAL “PEDRO RUIZ GALLO”



FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN

UNIDAD DE POSGRADO - MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

PROPUESTA METODOLOGICA PARA LA CAPACITACION DOCENTE
EN LA IDENTIFICACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS
ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 11502 “INCA
GARCILASO DE LA VEGA” DE LA CIUDAD DE CHICLAYO REGIÓN
LAMBAYEQUE.

TESIS PRESENTADA PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE
MAESTRO EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN
INVESTIGACIÓN Y DOCENCIA.

PRESENTADO POR:

RITA DE LA ASUNCIÓN CORONEL DEL CASTILLO

LAMBAYEQUE - PERÚ - 2019

PROPUESTA METODOLOGICA PARA LA CAPACITACION DOCENTE EN LA IDENTIFICACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 11502 "INCA GARCILASO DE LA VEGA" DE LA CIUDAD DE CHICLAYO REGIÓN LAMBAYEQUE.

PRESENTADA POR:

Lic. Rita de la Asunción Coronel del Castillo

AUTOR

Mg. Percy Carlos Morante Gamarra

ASESOR

Presentada a la Escuela de Postgrado de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo para optar el Grado de: MAESTRO EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN INVESTIGACION Y DOCENCIA.

APROBADO POR:

PRESIDENTE DEL JURADO

SECRETARIO DEL JURADO

VOCAL DEL JURADO

Marzo del 2019

DEDICATORIA

Hoy culmina una meta más en mi camino, una de las más importantes la cual no hubiera sido posible sin el apoyo de algunos ángeles que Dios puso en mi camino.

Dedico este trabajo a todos ellos, por ser parte importante de mi vida: mi familia, mi esposo y mis amigos.

Sobre todo de una manera muy especial a mi asesor Mg. Percy Carlos Morante Gamarra docente de la maestría de esta digna Universidad Nacional "Pedro Ruiz Gallo"

RITA CORONEL

AGRADECIMIENTOS

A Dios por demostrarme que con amor y dedicación a la vocación si se puede lograr aquellas ilusiones que se convirtieron en visiones y que ahora son un logro para mi vida profesional.

A los docentes de la maestría por todas y cada una de sus enseñanzas y las contribuciones a nuestro proceso de aprendizaje y por la excelencia en su metodología, porque sin ellos no hubiera sido posible investigar respecto a mi propuesta de investigación,

A la comunidad educativa de la Institución Educativa N° 11502 "Inca Garcilaso de la Vega" por su colaboración.

El autor.

TABLA DE CONTENIDOS

Dedicatoria	
Agradecimiento	
Resumen	
Abstract	
Prefacio	
	Pág.
CAPITULO 1. ANALISIS DEL OBJETO DE ESTUDIO	
1.1. Ubicación de la Institución Educativa N° 11502 “Inca Garcilaso de la Vega” -----	1
1.2. Evolución histórica tendencial del objeto de estudio -----	1
1.3. Características del problema -----	8
1.4. Metodología. -----	9
CAPITULO 2. MARCO TEORICO	
2.1. Propuesta Metodológica de Capacitación -----	12
2.1.1. ¿Qué es la capacitación? -----	12
2.1.2. Definición de capacitación -----	12
2.1.3. Importancia de capacitación en los docentes -----	15
2.1.4. ¿Qué es el aprendizaje? -----	22
2.1.5. ¿Qué es la andragogía? -----	23
2.1.6. Forma de aprendizaje de los adultos -----	25
2.1.6.1. Aprender a conocer. -----	25
2.1.6.2. Aprender a aprender -----	26
2.1.6.3. Aprender a hacer. -----	26
2.1.6.4. Aprender a ser -----	26
2.1.7. Formas más adecuadas de enseñanza y orientación a aprender. -----	26
2.1.7.1. Método de proyecto -----	26
2.1.7.2. Ejercitación -----	28
2.1.7.3. Efecto -----	29
2.1.7.4. Primacía -----	29
2.1.7.5. Intensidad -----	29

2.2. Evaluación Nutricional	31
2.2.1. Antropometría	33
2.2.1.1. Medidas antropométricas.	33
2.2.1.2. Indicadores antropométricos.	34
2.2.2. Identificación del estado nutricional	36
2.2.3. Desnutrición	36
2.2.4. Estado de malnutrición por déficit	37
2.2.5. Malnutrición relacionada con los micronutrientes	41
2.2.6. Reconocimiento de los signos físicos de desnutrición	41
2.2.7. Características fisiopatológicas del niño con desnutrición	45
2.2.8. Hábitos alimentarios.	47
2.2.9. Factores que influyen en la alimentación y situación nutricional del niño ---	48
2.2.10. Características del niño que influyen en su alimentación y situación Nutricional	49
2.2.11. Influencia del ámbito escolar en la alimentación y situación Nutricional del niño	53
2.2.12. Clasificación de Waterloow	54
2.2.13. Rendimiento académico	55

CAPITULO 3. RESULTADOS Y PROPUESTA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1 Análisis y discusión de los resultados

3.1.1. Análisis y discusión del Pre Test	57
I. Área pedagógica	57
II. Área psicológica	84
III. Área política	86
3.1.2. Análisis y discusión del Post Test	87
I. Área pedagógica	87
II. Área psicológica	114
III. Área política	116
3.2. Presentación de la propuesta de investigación	121
3.3. Fundamentos de la propuesta de investigación	123

Conclusiones -----	131
Recomendaciones -----	132
Lista de Referencias -----	134
Anexos -----	140
Anexo 01 cuestionario a los docentes -----	140
Anexo 02 ficha de observación -----	146

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Clasificación de waterlow -----	55
Tabla 2. Análisis de ítems de la prueba de investigación -----	117
Tabla 3. Identificación del estado nutricional según Pre test -----	118
Tabla 4. Identificación del estado nutricional según Post test -----	119
Tabla 5. Contrastación de la hipótesis general -----	120
Tabla 6. Programa de capacitación docente para la identificación y notificación del Estado Nutricional de sus estudiantes -----	126

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Evaluación nutricional	32
--	----

RESUMEN

La presente investigación se inició en la Institución Educativa 11502 "Inca Garcilaso de la vega", debido a que los docentes mostraron deficiencias metodológicas y de estrategias en el proceso de identificación del estado nutricional de sus estudiantes y como consecuencia de ello los estudiantes mostraban bajo rendimiento de aprendizaje; ante ello se propuso un modelo metodológico de capacitación docente para la identificación del estado nutricional de sus estudiantes, formulándose como objetivos específicos: Caracterizar el nivel de conocimientos de los docentes sobre estado nutricional, elaborar una propuesta metodológica de capacitación a docentes sobre estado nutricional, aplicar la guía metodológica a los docentes, evaluar los resultados obtenidos después de la aplicación de la metodología e identificar el estado nutricional de los estudiantes. Su hipótesis planteada fue: La ejecución de una propuesta metodológica de capacitación a los docentes contribuye a la identificación del estado nutricional de los estudiantes de la institución educativa 11502 Inca Garcilaso de la Vega. La metodología de esta investigación estuvo direccionada en el desarrollo de capacidades bajo un enfoque de desempeño docente, buscando de esta manera proponer a la Institución Educativa 11502 "Inca Garcilaso de la vega", un modelo alternativo que redunde en beneficio de los docentes y estudiantes en particular.

Se realizaron cuatro talleres de capacitación docente relacionados a la nutrición y sus efectos en el aprendizaje de los estudiantes; en donde se promovió la participación, la discusión y la reflexión de los docentes. Dicha población estuvo conformada por 14 docentes que representan el grupo control y grupo experimental; siendo 6 docentes de Educación primaria y 8 docentes en el nivel secundario. El programa se evaluó con un cuestionario para un antes y un después. Los resultados indicaron que si es posible mejorar el estado nutricional de los estudiantes mediante esta propuesta de investigación.

ABSTRACT

The present investigation was initiated in the Educational Institution 11502 "Inca Garcilaso de la Vega", because the teachers showed methodological and strategies deficiencies in the process of identification of the nutritional status of the students and as a result the students showed low performance Learning; In view of this, a methodological model of teacher training was proposed to identify the nutritional status of its students, formulating specific objectives: Characterize the level of knowledge of teachers about nutritional status, develop a methodological proposal for training teachers on nutritional status, apply the methodological guide to the teachers, evaluate the results obtained after the application of the methodology and identify the nutritional status of the students. His hypothesis was: The implementation of a methodological proposal for training teachers contributes to the identification of the nutritional status of students of the 11502 Inca Garcilaso de la Vega educational institution. The methodology of this research was aimed at the development of skills under a teaching performance approach, seeking in this way to propose to the Educational Institution 11502 "Inca Garcilaso de la vega", an alternative model that will benefit teachers and students in particular.

Four teacher training workshops were held related to nutrition and its effects on student learning; where the participation, discussion and reflection of the teachers was promoted. Said population consisted of 14 teachers who represent the control group and experimental group; being 6 teachers of primary education and 8 teachers at the secondary level. The program was evaluated with a questionnaire for a before and after. The results indicated that it is possible to improve the nutritional status of students through this research proposal.

INTRODUCCION

La enseñanza de la nutrición como un saber, es un proceso complejo que requiere del conocimiento, dominio y aplicación del profesor, para que ésta sea incorporada a todos los ámbitos del quehacer docente y que la misma se vea reflejada en la participación activa de los estudiantes, quienes necesitan estar motivados, en un ambiente adecuado, flexible, que facilite la comunicación horizontal, las relaciones interpersonales y el intercambio de opiniones y percibir la utilidad de dicho saber. Así, a través de sucesivas aproximaciones que parten de sus propias concepciones los maestros irán reestructurando dicho conocimiento y construyendo nuevos saberes más complejos. Todo lo anterior facilitará estos aprendizajes, los cuales deberán hacerse explícitos en los comportamientos alimentarios de los escolares.

Por eso, mediante esta investigación se decidió introducir una forma innovadora de enseñar para la identificación del estado nutricional de los estudiantes, tornando placentera la experiencia de aprender y para que este proceso suceda, se crea un ambiente de amistad, confianza, respeto y colaboración entre la plana docente de la Institución Educativa 11502 "Inca Garcilaso de la vega", donde se aprovecha el excelente repertorio de experiencias de cada uno, a través del intercambio de conocimientos, dudas, habilidades, informaciones y sentimientos del grupo.

La metodología utilizada de capacitación proporciona una situación de alegría y satisfacción entre los participantes, con el objetivo de facilitar el proceso de aprendizaje en los aspectos técnicos, provocando cambios paradigmáticos.

Siendo la escuela base para el aprendizaje de habilidades para la vida, incorporando la nutrición y las buenas prácticas de alimentación tanto en maestros y escolares como en padres de familia y en las comunidades en general. Debe reconocerse la contribución de la escuela en el desarrollo físico y mental de los escolares, lo mismo en la promoción de una vida sana.

En los últimos años, la evidencia científica ha mostrado que la alimentación juega un papel determinante en el proceso salud-enfermedad. Tanto la ingestión de ciertos alimentos y nutrientes, como la práctica de algunos comportamientos alimentarios, pueden favorecer o prevenir alteraciones a nivel metabólico y, por lo tanto, contribuir al desarrollo o prevención de enfermedades crónicas no transmisibles. Por ello, es importante identificar el estado nutricional de los estudiantes, así como el comportamiento alimentario (CA). El CA es un conjunto de acciones asociadas a la manera de alimentarse, que incluye el qué, cómo, por qué y para qué se ingieren determinados alimentos.

El mejoramiento de la nutrición de los escolares debe ser una estrategia de prevención, iniciada en el ámbito escolar basada en el cambio o reforzamiento de comportamientos alimentarios, partiendo del cambio mismo de los comportamientos de los maestros, promovido a través de un proceso de información oportuna y correcta con referencia a los temas de alimentación y nutrición que deberán construirse en las aulas con sus estudiantes. Es importante hacer notar que la educación alimentaria nutricional en las escuelas, debe tomar en cuenta los siguientes factores:

- √ Una nutrición adecuada es crucial para el adecuado desarrollo físico y mental de los niños y niñas en crecimiento y adolescentes.
- √ Los escolares son consumidores actuales y a futuro; por eso necesitan una educación e información relevantes a fin de adquirir hábitos alimentarios saludables a lo largo de su vida.
- √ Los escolares como futuros padres jugarán un rol muy importante en el desarrollo de sus propios hijos.
- √ Como miembros de una familia, los escolares proveen un importante eslabón entre la escuela y los padres así como con la comunidad, como un todo.

- √ La información y formación adecuada en alimentación y nutrición, es una necesidad tanto de maestros, alumnos, padres de familia y comunidad.

La capacitación es un proceso educacional de carácter estratégico aplicado de manera organizada y sistémica, mediante el cual, los colaboradores adquieren o desarrollan conocimientos y habilidades específicas relativas al trabajo y modifica sus actitudes frente a los quehaceres de la organización, el puesto o el ambiente laboral. Las teorías y modelos educativos y de comunicación social en nutrición, han demostrado su efectividad en la educación escolar en algunos países desarrollados, así como un diseño curricular orientado a lograr cambios de actitudes y prácticas (no sólo a aumentar los conocimientos de alimentación y nutrición de los escolares) o reforzamiento. Los nuevos modelos educativos y curriculares sobre esta temática, deben reforzarse entre los docentes de la Institución Educativa 11502 "Inca Garcilaso de la vega", siendo necesaria la formación de un equipo capaz de liderar estas acciones.

Los docentes de la Institución Educativa 11502 "Inca Garcilaso de la vega" poseen Algunas limitaciones que les permita identificar el estado nutricional de sus estudiantes, las cuales se plantean a continuación:

- √ La falta de formación en nutrición.
- √ La falta de materiales educativos apropiados.
- √ Un enfoque de la educación centrado en los aspectos cognitivos del aprendizaje.

Por lo que es necesario realizar esfuerzos innovadores a fin de que los escolares se formen desde tempranos años en el mejoramiento de su alimentación reforzando esta temática con aspectos metodológicos que refuercen sobre todo las buenas prácticas alimentarias cotidianas.

La investigación que se viene promoviendo en la Institución Educativa es descriptiva explicativa y

propositiva.

La propuesta de esta tesis de investigación, se basa en desarrollar la capacidad de los docentes de la Institución Educativa 11502 “Inca Garcilaso de la vega” permitiéndoles identificar el estado nutricional de sus estudiantes y por ende que los educandos de la misma Institución Educativa adquieran una capacidad crítica para elegir una alimentación saludable en un mundo que cambia rápidamente, con una continua diversificación de los alimentos procesados y una pérdida de las buenas costumbres en la alimentación familiar.

El **PROBLEMA** que se presenta es que los docentes desconocen de estrategias para identificar el estado de riesgo nutricional de los estudiantes con el fin de optimizar o mejorar el proceso de aprendizaje, ante ello el problema se tradujo en la interrogante ¿En qué medida el diseño de un programa de capacitación docente contribuye en la identificación del estado nutricional de los estudiantes de la Institución Educativa 11502 “Inca Garcilaso de la vega” desde el proceso de enseñanza-aprendizaje?

En consecuencia el **OBJETO DE ESTUDIO**, se centra en el proceso formativo de los docentes de la Institución Educativa 11502 “Inca Garcilaso de la vega”

EL **CAMPO DE ACCIÓN** está dado por la propuesta de un modelo de programa de capacitación docente que les permita identificar el estado nutricional de los estudiantes de la Institución Educativa 11502 “Inca Garcilaso de la vega”

El **OBJETIVO GENERAL** de la investigación fue diseñar y ejecutar un propuesta metodológica para la capacitación docente que les permita identificar el estado nutricional de los estudiantes de la Institución Educativa 11502 “Inca Garcilaso de la vega” y como **OBJETIVOS ESPECIFICOS** fue caracterizar el nivel de conocimientos de los docentes sobre estado nutricional, elaborar una propuesta metodológica de capacitación a docentes sobre estado nutricional, aplicar la guía

metodológica a los docentes, evaluar los resultados obtenidos después de la aplicación de la metodología y por último identificar el estado nutricional de los estudiantes de la Institución educativa.

La **METODOLOGÍA** empleada en el presente trabajo de investigación se dio en la aplicación de las encuestas a los docentes de la Institución Educativa 11502 "Inca Garcilaso de la vega", se analizó la información de las encuestas obtenidas, se aplicaron cuatro talleres relacionados a la formación docente en nutrición escolar y su proceso de aplicación en la educación, se evaluó la eficacia de las estrategias y recursos empleados en la identificación del estado nutricional de los estudiantes.

La **HIPÓTESIS** que se demostró fue: Si diseñamos y posteriormente aplicamos un modelo de programa de capacitación docente en nutrición escolar entonces contribuirá a desarrollar capacidades que permita a los maestros identificar el estado nutricional de los estudiantes de la Institución Educativa 11502 "Inca Garcilaso de la vega"

Para lograr el objetivo y el supuesto de investigación planteado se desarrollaron tareas específicas, descritas en tres capítulos:

En el **primer capítulo** se hace una recolección y un análisis de las tendencias del objeto de estudio, dónde se ubica, cómo surge el problema, sus características, así como la metodología para la recolección de los datos.

En el **segundo capítulo** se detalla la definición de los términos y las bases teóricas que sustentan el trabajo.

En el **tercer capítulo** se hace un análisis e interpretación de los resultados obtenidos en un primer momento; es decir antes de aplicar el programa, la Propuesta de capacitación docente que permita

identificar el estado nutricional de los estudiantes, así como los resultados después de aplicar el programa.

El desarrollo de las tareas de la investigación implicó establecer una relación metodológica entre el método cuantitativo mediante el cual se recogió datos del pasado y futuro de la investigación referida a la identificación del estado nutricional de los estudiantes siguiendo un patrón lineal relacionando los hechos observables del problema y su relación con el objeto de investigación mediante encuestas, entrevistas, observaciones y el método cualitativo que permitió ver los aspectos que se van presentando dentro del propio proceso de investigación de la capacidad adquirida del docente para identificar el estado nutricional de sus estudiantes de la Institución Educativa 11502 “Inca Garcilaso de la vega”

La búsqueda de las fuentes teóricas se realizó a partir de criterios tales como: estudio de la temática para las ciencias sociales, nivel de generalización de los resultados teórico-metodológicos expuestos y profundidad en el análisis del estado del arte de la problemática. Analizar la literatura ha permitido la identificación del concepto del estado nutricional de estudiantes, de sus clasificaciones, de sus categorías, formación y desarrollo, así como su función como eje transversal de la formación para la identificación del estado nutricional del niño y adolescente.

El autor.

CAP. I ANÁLISIS DEL OBJETO DE ESTUDIO

1.1. Ubicación.-

La Institución Educativa 11502 "Inca Garcilaso de la vega" se encuentra ubicado en el centro poblado de Pachерres de la provincia de Chiclayo, Región Lambayeque.

Esta institución educativa cuenta con una población estudiantil de 145 de los cuales 95 son del nivel primario y 50 del nivel secundario, siendo atendidos por 6 docentes especialistas en educación primaria y 8 docentes especialistas en el nivel secundario.

Esta Institución Educativa cuenta con grandes aspiraciones como es el estudio para la superación y aprendizaje para la vida y es por ello que considera como factor principal el estado nutricional del educando.

Si bien es cierto que el estado nutricional es la situación de salud y bienestar que determina la nutrición en una persona o colectivo. Asumiendo que las personas tenemos necesidades nutricionales concretas y que estas deben ser satisfechas, un estado nutricional óptimo se alcanza cuando los requerimientos fisiológicos, bioquímicos y metabólicos están adecuadamente cubiertos por la ingestión de nutrientes a través de los alimentos.

1.2. Evolución histórica tendencial del objeto de estudio.-

En el contexto internacional.-

En Honduras la Secretaría de Educación con la cooperación técnica de la FAO ha desarrollado recientemente una experiencia piloto encaminada a mejorar la situación nutricional de los escolares, a través del reforzamiento de los temas de alimentación y nutrición existentes en el Diseño Curricular Nacional de la Educación Básica. Esta experiencia se desarrolló en 15 escuelas de los departamentos de Colón, Intibucá, Olancho,

Cholulca y Copán. El proyecto contemplaba la definición, el diseño y validación tanto de estrategias y actividades educativas como de materiales didácticos pertinentes, que apoyarían las prácticas pedagógicas de los docentes para desarrollar la temática de alimentación y nutrición. Este proyecto se inició en 1997 con una investigación en conocimientos, actitudes y prácticas en alimentación y nutrición de maestros, escolares y madres de familia y una evaluación del estado nutricional de los escolares. A la vez se identificaron las necesidades de capacitación de los docentes y madres de familia; lo mismo que el tipo y utilización de los alimentos en el interior de la escuela y en sus alrededores. Toda esta información fue relevante para diseñar las estrategias de abordaje de la enseñanza de la alimentación y nutrición en las escuelas primarias. También se realizó la revisión y análisis del Diseño Curricular Nacional de la Educación Básica (DCNEB), para sistematizar la incorporación de los contenidos de alimentación y nutrición en una guía metodológica y definir los materiales educativos que reforzarían los temas de la currícula. En base a las actividades anteriores se definió, diseñó y validó un conjunto de materiales didácticos para apoyar el proceso de enseñanza aprendizaje de los escolares y la capacitación a los maestros y se elaboró una Guía Metodológica para la Enseñanza de la Alimentación y Nutrición. Tanto la guía como los materiales educativos elaborados se validaron en su momento y se han utilizado para la capacitación de docentes durante los años que duró el proyecto piloto. De las necesidades de capacitación identificadas en la investigación inicial, como de necesidades detectadas en los momentos de capacitación de los docentes, surgió un plan de capacitación como una necesidad para unificar los contenidos que requerirán los docentes en la implementación de la enseñanza de la alimentación y nutrición a los escolares.

Smith, C. y Ramakrishnan, U. (2006). El estudio investigó la relación entre la situación de la mujer y la nutrición infantil en tres regiones en desarrollo: el sudeste asiático, el África subsahariana, y América Latina y el Caribe. En este Informe se han reunido los

datos de la Encuesta Demográfica y Sanitaria de 117.242 niños de menos de tres años de edad provenientes de 36 países en desarrollo. Los resultados empíricos no dejan lugar a dudas: en las tres regiones una situación más elevada de la mujer tiene un efectivo positivo significativo sobre la situación nutricional del niño. Más aún, los datos confirman que la situación de la mujer ejerce influencia sobre la nutrición del niño, porque cuanto más elevada sea la situación de la mujer mejor será su propio estado nutricional, mejor atención recibe, y mejor es la calidad de la atención que presta a sus hijos. (INIA, España). (18)

En el contexto nacional.-

En el Perú el Ministerio de Salud ha definido entre las prioridades nacionales la atención de los problemas de nutrición y alimentación por su impacto durante las diferentes etapas de la vida y sobre la calidad de ésta.

El estado nutricional en nuestro país es el resultado de un gran número de condiciones sociales y económicas y constituye un indicador muy sensible del nivel general de desarrollo. Si bien es cierto que estas dos últimas décadas se han producido mejoras relativas en algunos factores relacionados con la nutrición, el grado de avance y la inestabilidad de éstos aún condiciona y determina altas cifras de desnutrición, particularmente en niños y niñas de las zonas rurales y urbano marginales de las zonas urbanas del país. Es nuestro interés buscar la manera o modo de estudiar esta realidad en las instituciones educativas de la localidad, específicamente en la Escuela N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo, proponiendo para ello una Guía Metodológica que nos acerque a la capacitación docente para realizar estudios diagnósticos y descriptivos de esta realidad concreta.

La educación en nutrición ha sido reconocida como uno de los elementos esenciales para contribuir a la prevención y control de los problemas relacionados con la alimentación. Los

niños en edad escolar constituyen uno de los grupos prioritarios porque la nutrición apropiada es crucial para su desarrollo físico y mental saludable; los escolares son consumidores actuales y futuros y constituyen un importante vínculo entre la escuela y el hogar, así como con la comunidad.

La falta de capacitación en las escuelas respecto a nutrición para que los docentes identifiquen el estado nutricional de los estudiantes representa quizá el aspecto más crítico; por un lado se carece de programas de educación en nutrición que les permita conocer los principios básicos de la ciencia de la Nutrición, y por otro lado, en la mayor parte de los currículos de formación carecen de asignaturas de nutrición aplicada o de lo contrario, se encuentra incorporada a otras asignaturas y son dictados por profesionales que no son de la especialidad. En efecto, en menos de la mitad de los países de América Latina y Asia, la formación de los maestros incluye contenidos de nutrición, situación que es mejor en el Caribe, África y el Cercano Oriente.

Huamán L. (2006) Identificó las características del estado nutricional de los niños y las niñas menores de 5 años de ámbitos de extrema pobreza y las características de sus prácticas alimentarias. El estudio fue de tipo descriptivo, transversal, de carácter poblacional por que estudió el comportamiento de un fenómeno a través de muestras representativas de niños y niñas menores de cinco años y sus respectivas madres en cinco distritos de extrema pobreza del Perú. La prevalencia de desnutrición crónica fue del 53,7%, de anemia el 58%, el 45% de los niños y niñas inician la lactancia materna inmediatamente después del nacimiento, el 58% inician oportunamente su alimentación complementaria; durante el proceso infeccioso el 82% de las madres proporcionan menor cantidad de alimentos al niño, un día antes de la encuesta solo el 78% de los niños y niñas consumieron sus tres comidas principales. Es Indispensable el conocimiento del comportamiento de las prácticas nutricionales y demás

determinantes de la desnutrición en ámbitos específicos para diseñar e implementar intervenciones efectivas orientadas a la superación de la desnutrición infantil disminuyendo las brechas de desigualdad e inequidad existentes.

Burgos, G. y Carrasco, M. (2004) El problema de la desnutrición infantil ha sido fuertemente ligado a la pobreza, sin embargo también intervienen otros factores como la prevalencia de enfermedades infecciosas, la inseguridad alimentaria que tienen las familias de menores recursos y sobretodo la educación y las prácticas inadecuadas de alimentación y nutrición infantil por parte de las madres y familias en general. El presente trabajo tuvo como finalidad identificar las prácticas de alimentación en niños menores de 2 años de edad en Nievería, localidad urbano marginal situada en el cono este de Lima. Para la realización del trabajo se tomó una muestra de 60 madres con niños entre 6 y 24 meses de edad. Las prácticas de alimentación infantil encontradas se reflejaron en una dieta baja en energía, con poco consumo de alimentos de origen animal, trayendo como consecuencia ingesta deficientes de micronutrientes como hierro y zinc.

La desnutrición sigue siendo uno de los problemas más graves y prevalentes en nuestro país. En el Perú, la desnutrición crónica tiene una prevalencia del 9.32% de los niños menores de 5 años, con una mortalidad del 18 por mil nacidos vivos.

Cuando se aborda el tema de la nutrición, usualmente se suele asociar a tópicos de alimentación; sin embargo, la situación nutricional y de salud de las personas no sólo depende del consumo adecuado de alimentos en términos de calidad y cantidad, sino también de la ausencia de enfermedades como las infecciones, especialmente gastrointestinales. El conjunto de alteraciones originadas por el desequilibrio de estos factores se le conoce con el término de malnutrición. Generalmente, dos indicadores describen la situación de la salud de una población: prevalencia de desnutrición crónica y

prevalencia de anemia en niños y niñas menores de cinco años. En tal sentido la desnutrición es un indicador de desarrollo del país, y su disminución contribuirá, a garantizar el desarrollo de la capacidad física, intelectual, emocional y social de las niñas y niños.

Según los datos registrados por el INEI 2017, la desnutrición infantil, según el área de residencia, tiene mayor prevalencia en las regiones rurales (25,4%%), frente al área urbana (5.5%) donde los niveles de desnutrición, también están aún por encima de los niveles mundialmente aceptados (menor al 3%). Y en términos de regiones naturales, se evidencia un mayor porcentaje en la Región de la sierra (27.6%), seguido de la selva con (21.7%) y en la costa con (10.3%)

Según los datos de la ENDES 2015, en el primer semestre del año la desnutrición crónica en los niños menores de cinco años habría bajado a nivel nacional solamente 0,4 puntos porcentuales, al pasar de 14,6 por ciento a 14,2 por ciento. Esto significa una importante desaceleración en el ritmo de reducción de la desnutrición infantil. En el año 2014, la desnutrición crónica infantil descendió 2,9 puntos porcentuales, bajando de 17,5 a 14,6 por ciento.

La ENDES señala que la DC se redujo a 14.6% en niños y niñas menores de cinco años durante el año 2014 alcanzando el objetivo nacional de reducir el promedio nacional a 15% para el 2015. Sin embargo el quintil de la población con menores ingresos aún está muy por encima del promedio con un 34% de DC.

Los niños de Tacna y Huancavelica que presentan retraso en su crecimiento son 25% y 35% respectivamente. Otros departamentos con elevado porcentaje de este indicador son Cajamarca (32%), Amazonas (31%), Apurímac (27%), Ayacucho (26%) y Ucayali (26%).

En las zonas rurales sí se registra una disminución de la desnutrición crónica infantil, que en los primeros seis meses de 2015 habría bajado de 28,8 a 27,5 por ciento.

En el contexto local.-

Una adecuada nutrición es primordial para el crecimiento y desarrollo del niño, pues las afectaciones nutricionales que se producen durante la infancia tienen repercusiones durante el resto de su vida.

El estado nutricional, como resultado directo del consumo y la utilización de los alimentos, es un indicador importante del nivel de salud y de la calidad de vida de la población, así como del grado de satisfacción de sus necesidades básicas. Por esta razón, la valoración nutricional de la población, en especial la de riesgo alto como son los escolares, es un elemento de gran importancia en Salud Pública.

En la actualidad, es un problema de salud la presencia de malnutrición como consecuencia de las malas condiciones socio-económicas y culturales. A nivel individual, esto se traduce en una ingesta inadecuada de nutrientes, su absorción deficiente, o su abuso.

Este problema es más grave en los primeros años de vida, dado que las primeras etapas de la vida son las más importantes para su crecimiento y desarrollo, es por esto que una deficiencia nutricional en esta etapa se manifiesta con alteraciones físicas, cognitivas, psicológicas e incluso, de índole social.

El nivel socioeconómico y el nivel de ingresos, son algunos de los factores que contribuyen al estado nutricional de los escolares. Si bien es cierto que en la sociedad, un buen nivel socioeconómico mejora la calidad de vida, también puede contribuir a que se realicen modificaciones en los hábitos dietéticos, al condicionar una dieta rica en grasas y

carbohidratos.

En el Perú, coexisten las dos entidades patológicas con respecto al estado nutricional de los escolares: la desnutrición y la obesidad. Diversos estudios han demostrado que un factor que ha cobrado gran relevancia en la actualidad, es la cantidad de horas que pasan los niños frente al televisor, el cual contribuye de manera muy importante, a la aparición de sobrepeso y obesidad.

Al conocer el estado nutricional de los escolares, se pueden realizar diagnósticos oportunos e intervenciones terapéuticas, que eviten secuelas ulteriores, e incluso, permitirá el establecimiento de nuevas políticas de salud encaminadas a mejorar las condiciones nutricionales de este sector de la población.

1.3. Características del problema.-

El proceso de aprendizaje de los estudiantes de la Institución Educativa N° 11052 “Inca Garcilaso de la Vega” del distrito de Chiclayo, se ha visto siempre desde una óptica académica implícita en diversos modelos y teorías que proponen mejorar el mismo, sin considerar otros aspectos del estudiante como el de su salud, la cual se basa en el estado de nutrición. Por otra parte se sabe que el estado nutricional es un factor decisivo en el estado de salud, es decir que; un estado de nutrición adecuado se constituye en un buen estado de salud, el cual define a la vez las formas de producción de las personas tornándose así en un círculo virtuoso, en otro caso; un estado de malnutrición (por déficit o por exceso) acarrea un estado de salud deteriorado, ocasionando un círculo vicioso.

Considerando que la mayor parte de los currículos de los docentes no consideran un curso de nutrición aplicada en su formación académica que les permita tener elementos para identificar el estado de riesgo nutricional de los estudiantes con el fin de optimizar o mejorar el proceso de aprendizaje. Por estas razones estoy convencido que es importante

capacitar a los docentes en el monitoreo, identificación y notificación del estado nutricional del estudiante.

Por ello es primordial hacer una reflexión sobre el programa metodológico de capacitación en esta Institución Educativa N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo, para determinar que éste debe ser fundamental en la teoría y la práctica, con una visión donde lo que importa es la actualización del docente y su formación permanente en congruencia con los contextos socioculturales de la actualidad.

Entonces, lo que se pretende es demostrar la trascendencia de considerar al docente como un eje fundamental, es por ello que con este estudio de investigación se demostrará que es necesario que los docentes estén en condiciones de identificar cuando un estudiante está en riesgo nutricional para prevenir problemas de malnutrición y lograr un proceso de enseñanza aprendizaje con mayor asertividad.

Ante ello la presente investigación permitirá elaborar una propuesta metodológica de capacitación para los docentes de dicha Institución Educativa con el fin de lograr que los estudiantes mejoren en su salud y por ende en sus aprendizajes.

1.4. Metodología.-

El proceso de la investigación se inició mediante:

- ✓ La aplicación de encuestas a los docentes de la Institución Educativa 11502 "Inca Garcilaso de la vega".
- ✓ Se analizó la información de las encuestas obtenidas a los docentes de la Institución Educativa 11502 "Inca Garcilaso de la vega".
- ✓ Se aplicó cuatro talleres relacionados a la identificación del estado nutricional de los estudiantes y sus consecuencias en el aprendizaje.

√ Se evaluó la eficacia de las estrategias y recursos empleados para la identificación del estado nutricional de los educandos; para ello se tuvo en cuenta los siguientes aspectos:

1. Se controló la asistencia puntual de los participantes (docentes).
2. Se aplicó a los participantes un cuestionario de preguntas básicas que hacen referencia a los principales aspectos abordados en la temática.
3. Luego de cada sesión se dio un espacio de tiempo para que los participantes intercambien opiniones.
4. Durante el desarrollo del taller los docentes capacitadores formularon preguntas al azar.
5. Los docentes participantes participaron espontáneamente respondiendo interrogantes.
6. Al finalizar el evento de las cuatro sesiones; los participantes resolvieron un cuestionario que abarcó todas las temáticas tratadas, asignándole el mayor puntaje a las interrogantes que se refieren a la identificación del estado nutricional de los estudiantes.
7. Se realizó la evaluación y sistematización de los beneficios de la investigación.

√ Se consideró la evaluación y autoevaluación constante a través de la observación, resolución de interrogantes, cuestionarios y el diseño de una matriz de un trabajo de investigación científica.

- ✓ Finalmente la evaluación se realizó teniendo en cuenta los resultados de los talleres con presentación de productos acreditables elaborados por los docentes participantes, demostrando la capacidad para identificar el estado nutricional de los estudiantes.

CAP. II MARCO TEÓRICO

2.1. Propuesta metodológica de capacitación.-

2.1.1. ¿Qué es la capacitación?

La capacitación es un proceso educacional de carácter estratégico aplicado de manera organizada y sistémica, mediante el cual los colaboradores adquieren o desarrollan conocimientos y habilidades específicas relativas al trabajo, y modifica sus actitudes frente a los quehaceres de la organización, el puesto o el ambiente laboral. Como componente del proceso de desarrollo de los recursos humanos, la capacitación implica por un lado, una sucesión definida de condiciones y etapas orientadas a lograr la integración del colaborador a su puesto de trabajo.

2.1.2. Definición de capacitación.-

La capacitación es aquella información, aprendizaje básico que se da al personal de una organización para complementar los conocimientos y formación que ha llevado y así poder desempeñar su labor o trabajo, dentro de ella. (Jaime A. Grados). La capacitación de personal es vista como un aprendizaje impartido al personal que labora en las organizaciones, esto con el objetivo de aumentar los conocimientos y/o cambiar las actitudes en el desempeño de su trabajo, en ella. Así mejorar el desarrollo personal y profesional del propio empleado. Es necesario establecer diferencias entre capacitación y aprendizaje. La capacitación es una actividad planeada y basada en necesidades reales de una organización y orientada hacia un cambio en los conocimientos, habilidades y actitudes del colaborador mientras el aprendizaje es un proceso por el cual el individuo, a través de la práctica, adquiere conocimientos, habilidades y actitudes que conducen a un cambio relativamente permanente de conducta.

Existen diversas definiciones de capacitación; las líneas que siguen recogen algunas de ellas:

"...es toda acción organizada y evaluable que se desarrolla en una organización para modificar, mejorar y ampliar los conocimientos, habilidades y actitudes del personal en conductas produciendo un cambio positivo en el desempeño de sus tareas... El objeto es perfeccionar al trabajador en su puesto de trabajo." (Aquino y otros, 1997, p, 101)

"La capacitación está orientada a satisfacer las necesidades que las organizaciones tienen de incorporar conocimientos, habilidades y actitudes en sus miembros, como parte de su natural proceso de cambio, crecimiento y adaptación a nuevas circunstancias internas y externas... Compone uno de los campos más dinámicos de lo que en términos generales se ha llamado, educación no formal." (Blake, O.1997, p, 72)

"La capacitación es, potencialmente, un agente de cambio y de productividad en tanto sea capaz de ayudar a la gente a interpretar las necesidades del contexto y a adecuar la cultura, la estructura y la estrategia (en consecuencia el trabajo) a esas necesidades" (Gore, E., 1998)

"El término capacitación se utiliza con frecuencia de manera casual para referirse a la generalidad de los esfuerzos iniciados por una organización para impulsar el aprendizaje de sus miembros... Se orienta hacia las cuestiones de desempeño de corto plazo." (Bohlander, G. y otros; 1999)

"Actividades que enseñan a los empleados la forma de desempeñar su puesto actual." (Davis, K. y otros; 1992, p, 203)

"La capacitación consiste en una actividad planeada y basada en necesidades reales de una organización u organizaciones, orientada hacia un cambio en los conocimientos, habilidades y actitudes del colaborador... La capacitación es la función educativa de una organización u organizaciones, en la cual se satisfacen necesidades presentes y se prevén necesidades futuras respecto de la preparación y habilidad de los colaboradores." (Siliceo; 1996)

La Enciclopedia Británica conceptualiza a la Capacitación como la acción por la que se adquiere aptitud y habilidad para realizar algo.

La Wikipedia por su parte dice que la Capacitación es la adquisición de conocimientos, principalmente de carácter técnico, científico y administrativo. Consiste en una actividad planeada y basada en las necesidades reales de una organización y orientada hacia un cambio en los conocimientos del colaborador. Es la preparación teórica que se les da al personal con el objeto de que cuente con los conocimientos adecuados para cubrir el puesto con toda la eficiencia."

La capacitación es una acción destinada a incrementar las aptitudes y los conocimientos del trabajador con el propósito de prepararlo para desempeñar eficientemente una unidad de trabajo específico e impersonal. (Espinosa, 2012, pág. 40).

En su obra "Como realizar un proyecto de capacitación" (Pain, 2012) menciona que la capacitación es un proceso, porque está formada por una serie de etapas que facilita al colaborador de una organización el desarrollo de conocimientos, mejora sus habilidades y comportamientos, para desempeñar el puesto de trabajo encomendando, facilitándole las oportunidades de crecimiento dentro de la empresa. La capacitación lo que busca principalmente es que no solo el

colaborador de una empresa se empape de conocimientos, sino, que también se aprecie en la transformación de su actitud para que pueda ser más eficiente en el puesto de trabajo que está desempeñando.

De acuerdo con (Reynoso, 2007) define a la capacitación como: El proceso de aprendizaje al que se somete una persona a fin de obtener y desarrollar la concepción de ideas abstractas mediante la aplicación de procesos mentales y de la teoría para tomar decisiones no programas; la capacitación se encuentra dirigida a niveles superiores de la misma”.(p.166)

Por lo que puede definirse entonces como capacitación a los efectos de la presente investigación como una propuesta metodológica para la capacitación docente, ofreciendo la posibilidad de identificar el estado nutricional de los estudiantes y proporcionando a la comunidad educativa la oportunidad de adquirir mayores aptitudes, conocimientos y habilidades que aumentan sus competencias, para desempeñarse con éxito en su puesto. De esta manera, también resulta ser una importante herramienta motivadora.

2.1.3. Importancia de la capacitación en los docentes.-

La capacitación y actualización son técnicas necesarias de aplicar a las empresas en general, con la finalidad de moldear a su capital humano, motivarlo, desarrollar su desempeño individual satisfactoriamente y lograr con ello mejorar la calidad del producto de la empresa.

El capital humano o talento humano como se le desee llamar, necesita capacitarse y actualizarse constantemente y estar a la vanguardia de los adelantos tecnológicos, sobre todo en las escuelas que es donde más se detectan necesidades de capacitación, los docentes tienen que poner mucho de su parte

para hacer más productivo el método de enseñanza-aprendizaje, ya que también de ellos depende el crecimiento personal y profesional de sus alumnos.

La educación escolar tradicional que aún se sigue impartiendo debe desaparecer, los maestros de todos los niveles deben capacitarse y actualizarse para que se efectúe el cambio en ellos y desarrollen su desempeño al máximo. Los maestros de mayor antigüedad en el trabajo así como los maestros nuevos, como es bien sabido, son encargados de transmitir sus conocimientos y de moldear a sus alumnos, por lo tanto para que puedan ofrecer una excelente calidad educativa deben estar totalmente preparados, capacitados y actualizados.

La investigación es una actividad cotidiana en la vida del profesor, también se deben descubrir nuevas ideas para saber comprender la conducta del alumno y poder interactuar de una manera acorde a los diferentes tipos de capacidades que posean. La capacitación y actualización en los maestros se puede considerar un factor fundamental debido a que vivimos en un mundo en donde la tecnología avanza a pasos agigantados.

Otra de las importancias de la capacitación y la actualización en las escuelas además de cambiar la actitud y conducta del maestro, consiste en incrementar sus habilidades, destrezas e innovar día con día su manera de impartir la clase, haciendo que su metodología sea congruente a los nuevos tiempos.

Nuestro país en los últimos años ha estado inmerso en una serie de reformas que buscan el desarrollo social, económico y educativo. Destacando la reforma educativa que busca cerrar esas brechas de productividad y calidad de vida en relación a los países en desarrollo. Por lo que es urgente la formación y actualización de los profesores, sin mejores docentes no será posible cambiar la

educación, porque somos los actores permanentes del proceso de enseñanza que se lleva a cabo en las Instituciones Educativas.

La labor del docente es fundamental para que los estudiantes aprendan y trasciendan, para esto la capacitación es un proceso de vital importancia dentro de cualquier organización, empresa e institución sin importar el giro o sector a la que estas pertenecen ya que, permite el mejoramiento de la calidad de los productos y servicios que ofrecen al mercado, reduce el ciclo de producción de los mismos, el tiempo del entrenamiento, el índice de accidentes, reducción de mantenimientos de tecnología y maquinaria entre otros aspectos.

La importancia de la capacitación en las Instituciones Educativas, este proceso es vital dentro de las organización que ofrecen el servicio de la educación, ya que definitivamente permitirá el desarrollo y optimización de las competencias educativas, proporcionando un sólido fundamento teórico, operativo y compromiso ético-social que sustente una educación de calidad.

La educación en la actualidad tiene como misión esencial la formación de profesionales altamente capacitados que actúen como ciudadanos responsables, competentes y comprometidos con el desarrollo social, ello implica que el proceso de formación de los docentes de cualquier nivel educativo estén llenos de conocimientos y habilidades integrales que permita cumplir con las funciones que requiere su profesión, por este motivo la capacitación no es una herramienta más para cumplir con las necesidades estudiantiles es una obligación que debe ser practicada en cualquier Institución Educativa.

La formación docente es un reto que el gobierno debe de afrontar ante los nuevos desafíos y desarrollos que se experimentan en el mundo científico tecnológico. Es

por eso que la capacitación de nuevos saberes y la adaptación a la tecnología es una forma estratégica que el docente de estos tiempos debe asumir como herramienta fundamental para absorber los cambios y transformaciones que se experimenta en el área educativa.

La tarea del profesor es tan compleja que exige el dominio de unas estrategias pedagógicas que faciliten su actuación didáctica. Por eso, el proceso de aprender a enseñar es necesario para comprender mejor la enseñanza y para disfrutar de ella.

La capacitación para el docente, es una parte muy importante dentro de la educación ya que se presentan retos para el profesor día a día y es de suma importancia que este cuente con las herramientas necesarias para poder darles solución, el profesor tiene la responsabilidad de formar a los alumnos en todos sus aspectos y si este no cuenta con los saberes necesarios no podrá transmitirles conocimientos a los educandos es por ello que el profesor debe de conocer perfectamente los contenidos de enseñanza para saber lo que se enseña y saberlo enseñar ya que si no se usan las estrategias indicadas con los alumnos se puede perder el proceso de enseñanza- aprendizaje.

Sin embargo, es una realidad que muchas instituciones educativas de nuestro país, no cuenten con una capacitación de hábitos alimenticios de los estudiantes y su relación con los aprendizajes.

En las instituciones educativas los docentes son profesionistas que provienen de diferentes áreas de preparación, que incursionan en la docencia por convicción personal, o como un medio laboral viable para desarrollarse en el campo productivo. Lo anterior se evidencia porque, a pesar de la buena preparación

profesional, el nivel de aprovechamiento en el aprendizaje por parte de los alumnos es limitado, provocando bajas calificaciones, desaliento, fastidio e incluso deserción de los mismo de su Institución Educativa.

Por ello, es necesario que surja una transformación, en relación a la capacitación pedagógica y bajo las condiciones óptimas para que el docente pueda lograr la formación de los estudiantes no solo como profesionistas sino como seres humanos con valores y principios que son tan necesarios en nuestra época.

La capacitación en las diferentes instituciones educativas debe de cubrir las necesidades de formación elementales para realizar buenas practicas docentes ya que estas repercuten en el desarrollo educativo del alumno, es esta la verdadera importancia de cumplir de manera óptima el servicio de la educación, lo cual en el fondo representa la razón principal de una buena capacitación en instituciones de este giro.

Normalmente una buena capacitación docente debe de incluir algunas áreas generales de competencia, congruentes con la idea de que el profesor apoya al alumno a construir el conocimiento, crecer como persona y ubicarse como actor critico de su entorno.

Dichas áreas de competencia, son primeramente el conocimiento teórico suficiente profundo y pertinente acerca del aprendizaje, el desarrollo y comportamiento humano, además el despliegue de valores y actitudes que fomenten el aprendizaje y las relaciones humanas genuinas, dominar los contenidos y materias que enseña, controlar las estrategias de enseñanzas que faciliten el aprendizaje del alumno.

Independientemente de cual sea el objetivo de las diferentes capacitaciones que se pueden llevar a cabo dentro de las instituciones educativas, tal vez servirá para reforzar si es el caso, los lineamientos en relación a política educativa o normatividad vigente, así mismo puede optimizar la capacidad para elaborar planes y proyectos de desarrollo de diferentes métodos y técnicas de planificación y enseñanza educativa, por otro lado puede desarrollar la capacidad de organización, manejo y optimización de los recursos humanos, financieros y materiales de la institución educativa.

Por otro lado puede desarrollar la capacidad ejecutiva para conducir las instituciones educativas de manera efectiva y coherente, en un ambiente de participación cooperación, ética profesional y alto sentido de servicio a la comunidad propiciando un clima institucional adecuado y la práctica de valores.

Además permitirá desarrollar capacidades de liderazgo, incorporando nuevos conocimientos, estilos y técnicas de organización que dinamicen el cambio institucional orientado a fortalecer la autonomía de las instituciones educativas.

Continuando con esta lista de beneficios, la capacitación en las instituciones educativas permitirá monitorear la gestión y quehacer educativo orientado a la identidad de la institución educativa.

En otro orden de ideas, la obsolescencia también es una de las razones por la cual, las instituciones educativas deben preocuparse por capacitar a sus docentes, pues ésta procura actualizar sus conocimientos con las nuevas técnicas y métodos de trabajo que garantizan eficiencia.

Para las organizaciones educativas, la capacitación debe ser de vital importancia porque contribuye al desarrollo personal y profesional de los individuos a la vez

que redundan en beneficios para la misma. La capacitación a todos los niveles constituye una de las mejores inversiones y una de las principales fuentes de bienestar para el personal y la organización.

Por lo tanto la capacitación en las organizaciones educativas, son fundamentales para el cumplimiento de las necesidades y expectativas de sus clientes (estudiantes y padres de familia) pues al otorgar un servicio de calidad con docentes que presentan las habilidades y conocimientos necesarios para llevar a cabo el proceso de enseñanza- aprendizaje, provocara que los estudiantes vean su desarrollo profesional como un deseo de superación personal, mejoramiento de calidad de vida y mejores oportunidades laborales, es decir, un docente bien capacitado es señal de estudiantes bien preparados.

Para que la educación sea de calidad en nuestro país es necesario la transformación del sistema educativo, por la cual se hace necesario una nueva reconfiguración del rol del docente; donde la formación de los maestros sea durante todo su vida laboral.

Para esto es necesario el apoyo de las autoridades educativas, cuyo propósito sea contribuir al desarrollo de los actores principales del proceso de enseñanza, donde se tenga acceso a recursos pedagógicos, a una formación no solo en el ámbito pedagógico, sino también en el campo disciplinar para trabajar de manera planeada y actualizada, buscando siempre el aprendizaje de los estudiantes.

La formación debe de aprovechar el potencial de las tecnologías con la intención de cerrar todas aquellas brechas que se presentan en el desempeño de los docentes en el aula, para la cual las instituciones educativas deberán contar con planes de formación que incluyan actualizaciones continuas y adecuadas

que les permitan a los docentes acceder a promociones para un mejoramiento de su calidad de vida.

Finalmente de manera general, la capacitación beneficia a las organizaciones principalmente en, conducir a la rentabilidad más alta y a actitudes más positivas, mejora el conocimiento del puesto a todos los niveles, crea mejor imagen, mejora la relación jefes-subordinados, se promueve la comunicación a toda la organización, reduce la tensión y permite el manejo de áreas de conflictos, se agiliza la toma de decisiones y la solución de problemas, promueve el desarrollo con vistas a la promoción y contribuye a la formación de líderes y dirigentes. Del mismo modo existen beneficios para el talento humano, ayuda al individuo para la toma de decisiones y solución de problemas, alimenta la confianza, la posición asertiva y el desarrollo, contribuye positivamente en el manejo de conflictos y tensiones, forja líderes y mejora las aptitudes comunicativas, sube el nivel de satisfacción con el puesto, permite el logro de metas individuales, desarrolla un sentido de progreso en muchos campos, y elimina los temores a la incompetencia o la ignorancia individual.

Todo esto conllevara a los docentes a la transformación del trabajo en aula, implementando técnicas de enseñanza innovadoras, propiciando ambientes de aprendizaje y materiales acordes a las exigencias del mundo en que vivimos.

2.1.4 ¿Qué es el Aprendizaje?

Es una actividad individual que se desarrolla en un contexto social y cultural. Es el resultado de procesos cognitivos individuales mediante los cuales se asimilan e interiorizan nuevas informaciones (hechos, conceptos, procedimientos, valores), se construyen nuevas representaciones mentales significativas y funcionales

(conocimientos), que luego se pueden aplicar en situaciones diferentes a los contextos donde se aprendieron. Aprender no solamente consiste en memorizar información, es necesario también otras operaciones cognitivas que implican: conocer, comprender, aplicar, analizar, sintetizar y valorar. En cualquier caso, el aprendizaje siempre conlleva un cambio en la estructura física del cerebro y con ello de su organización funcional. Este proceso de aprendizaje está estrechamente vinculado con la educación, el desarrollo personal y la calidad de vida.

2.1.5. ¿Qué es la Andragogía?

La Andragogía se ocupa de Educación y Aprendizaje de los adultos. Desde 1833 Alexander Kapp intentó explicar la teoría educativa de Platón. Principios Siglo XX, Eugen Rosenback, retoma el término pero manifiesta que: “la integración básica sobre educación de adultos se inició, en Europa y en Estados Unidos de (Norte) América, en forma bastante tardía comparando con la pedagogía. Apenas a finales de los cincuenta se inician los esfuerzos de sistematización, articulación y difusión de teorías acerca del aprendizaje humano adulto; así como de estrategias y métodos capaces de expresarse en términos de una didáctica para un aprendizaje que no es niño ni adolescente: el adulto” Cazau, P.(2001). Knowles (1970), el padre de la educación de adultos, elaboró una teoría de la andragogía más acabada como “el arte y la ciencia de ayudar a adultos a aprender”.

Alcalá (1997) afirma, “Andragogía es la ciencia y el arte que, siendo parte de la Antropología y estando inmersa en la Educación Permanente, se desarrolla a través de una praxis fundamentada en los principios de Participación y Horizontalidad; cuyo proceso, al ser orientado con características sinérgicas por

el Facilitador del aprendizaje, permite incrementar el pensamiento, la autogestión, la calidad de vida y la creatividad del participante adulto, con el propósito de proporcionarle una oportunidad para que logre su autorrealización” Alcalá, A. (1997); y explica que la praxis andragógica es “un conjunto de acciones, actividades y tareas que al ser administradas aplicando principios y estrategias andragógicas adecuadas, hace posible facilitar el proceso de aprendizaje en el adulto”.

La Andragogía proporciona la oportunidad para que el adulto que decide aprender, participe activamente en su propio aprendizaje e intervenga en la planificación, programación, realización y evaluación de las actividades educativas en condiciones de igualdad con sus compañeros participantes y con el facilitador; lo anterior, conjuntamente con un ambiente de aprendizaje adecuado, determinan lo que podría llamarse una buena praxis andragógica”. Alcalá, A (1997).

La Andragogía, disciplina educativa, tiene en cuenta distintos componentes del individuo, como ente psicológico, biológico y social; una concepción nueva del ser humano como sujeto de su propia historia, cargado de experiencias dentro de un contexto socio cultural cuyos destinatarios y participantes en el proceso de formación son sujetos adultos.

Para la Andragogía, lo fundamental es reconocer a los sujetos como destinatarios y participantes en los procesos educativos desde “entrenamientos ocasionales o en el trabajo, a nivel técnico y directivo, de crecimiento y enriquecimiento personal que promuevan la movilización social, el grado de alfabetismo y el desarrollo de la carrera”. Graham, P. (2002).

Los adultos expresan sus particularidades, “están conscientes de sus necesidades educativas y son lo suficientemente maduros como para seleccionar si buscan o no medios para educarse y en qué forma; están adecuadamente experimentados a través de la vida y el trabajo; lo cual les permite razonar y aplicar conocimientos particulares a su rango de experiencia, para ser capaces de escoger cuándo y dónde estudiar y aprender, pudiendo medir los costos de dicho aprendizaje. Los adultos tienen tiempo limitado y deben balancear las demandas de la familia, el trabajo y la educación. Igualmente se puede asumir que ellos ya han adquirido un conocimiento propio y del mundo, suficiente para sobrevivir; aunque no puedan controlar el entorno a su gusto...” Graham, P. (2002).

2.1.6 Forma de aprendizaje de los adultos.

Estilos de aprendizaje adulto Son diversos; algunos lo hacen en grupos, otros individualmente, algunos son experimentadores y otros requieren asesoría, pero todos, cada vez, toman más interés por la capacitación en el puesto de trabajo. Se requieren programas que se adecuen a los estilos de los participantes que serán más receptivos cuando perciban que los objetivos del programa de formación responden a sus necesidades y expectativas.

En este contexto se ubica el aprendizaje adulto que según Cazau (2001) se basa en:

2.1.6.1. Aprender a conocer.- Desarrollar habilidades, destrezas, hábitos, actitudes y valores que le permitan al adulto adquirir las herramientas de la comprensión como medio para entender el mundo que lo rodea, comunicarse con los demás y valorar la importancia del conocimiento y la investigación.

2.1.6.2. Aprender a aprender.- Desarrollar habilidades, destrezas, hábitos,

actitudes y valores que le permitan adquirir o crear métodos, procedimientos y técnicas de estudio y aprendizaje para que puedan seleccionar y procesar información eficientemente, comprender la estructura y el significado del conocimiento a fin de que lo pueda discutir, negociar y aplicar. El aprender a aprender constituye una herramienta que le permite al adulto seguir aprendiendo toda la vida.

2.1.6.3. Aprender a hacer.- Desarrollar sus capacidades de innovar, crear estrategias, medios y herramientas que le dan la posibilidad de combinar los conocimientos teóricos y prácticos con el comportamiento socio cultural, desarrollar aptitudes para el trabajo en grupo, la capacidad de iniciativa y de asumir riesgos.

2.1.6.4. Aprender a ser.- Basado en el desarrollo de la integridad física, intelectual, afectiva y social; teniendo en cuenta las relaciones que establece con todo el entorno, tanto laboral como social, y ética del sujeto en su calidad de adulto, de trabajador, como miembro de una familia, de estudiante, como ciudadano. El aprendizaje adulto crea competencias.

2.1.7. Formas más adecuadas de enseñanza y orientación a aprender.-

2.1.7.1 Método de Proyectos.-

Para aprovechar las particularidades que caracterizan al sujeto adulto, a su modo de aprendizaje, etc., se recomienda utilización del método de proyectos, o bien el método de problemas, para tener “un plan de actividades diseñado con propósitos educativos, de acuerdo con un cronograma de trabajo, para ser desarrollado en condiciones reales, en contextos socio laborales y culturales, tangibles y concretos”. Segovia, L. (S/F). El proyecto de aprendizaje se distingue por los

siguientes aspectos:

✓ **Relación con el mundo circundante.-**

El aprendizaje se realiza teniendo en cuenta situaciones problemáticas del entorno físico y social del formando.

✓ **Relación con los intereses de quienes aprenden.-**

Debe estar relacionado con los intereses particulares de los alumnos.

✓ **Orientación hacia la elaboración de productos.-**

Producto en el sentido amplio de la palabra que contribuya a mejorar el medio ambiente físico y social; pues se integra el aprendizaje y la acción.

✓ **Trabajo interdisciplinario.-**

Como los problemas que se presentan pueden ser multicausales, una sola discusión científica no basta para solucionarlos; por lo que necesitan valerse de varias materias para abordar la situación desde diferentes puntos de vista.

✓ **Relación social.-**

Aprender en planteamiento cooperativo y distribución del trabajo; en la interpretación y valoración que tiene el producto con las otras actividades que se realizan en interacción con grupos.

✓ **Relación multidimensional de los fines de aprendizaje.-**

Se persiguen fines de aprendizaje en varias dimensiones que se apoyan recíprocamente: saber y poder, pensar y actuar, percibir y decidir, recordar y producir.

✓ **Posibilidad de generalizar.-**

Los proyectos de aprendizaje son instrucción; organizan situaciones didácticas y situaciones de la vida; de manera que el adulto se prepara y aprende para la acción.

El diseño de cualquier dispositivo de formación debe partir de la propuesta de objetivos que den respuesta a las necesidades reales de aprendizaje. Es necesario pensar en formas pertinentes de enseñar en contextos sociales, políticos y económicos concretos.

La andragogía ofrece alternativa flexible para aplicar sus principios y lograr métodos de enseñanza aprendizaje en correspondencia con las necesidades actuales y futuras.

A la hora de diseñar un dispositivo de formación debemos tener en cuenta las leyes de la andragogía que enuncia Calderón (1998)

2.1.7.2. Ejercitación.-

Se recuerda con mayor claridad y por mayor de tiempo lo repetido y ejercitado, sobre todo si se vincula con la solución de una actividad práctica porque eleva el nivel de motivación de las personas. Existen investigaciones que demuestran que se memoriza: 90 % de lo que se hace, 70 % de lo que se habla, 50 % de lo visto y

oído, 30 % de lo visto, 20 % de lo oído y 10 % de lo leído.

2.1.7.3. Efecto.-

Experiencias de resultados satisfactorios son mejor comprendidas y memorizadas que las asociadas a un fracaso. No se aprende mejor si constantemente se demuestra la incapacidad de los individuos. Por eso los objetivos deben formularse acorde con las posibilidades de cumplirlos y que permitan a través de ellos manifestar potencialidades y desarrollar capacidades.

2.1.7.4. Primacía.-

La primera experiencia debe ser fuerte e imborrable, más que las sucesivas. En esta se basa la máxima de que es más fácil enseñar que borrar lo aprendido.

2.1.7.5. Intensidad.-

Todo aprendizaje debe asociarse a vivencias que provoquen impacto emocional. Las experiencias rutinarias y monótonas hacen que decaiga el interés y se entorpezca el aprendizaje.

2.1.7.6. Utilidad.-

Los conocimientos aprendidos y las capacidades desarrolladas son mejor recordados y consolidados si está asociadas a las actividades que posteriormente realizarán los estudiantes durante el ejercicio de su profesión.

Tomando las ideas de Kraft (1995), recordemos, además que:

- √ Los adultos se comprometen a aprender cuando los métodos y objetivos se consideran realistas e importantes y se perciben con utilidad inmediata.

- ✓ El aprendizaje de adultos tiene siempre una implicación personal que deriva en desarrollo, autoconcepto, preocupación, juicios, autoeficacia.
- ✓ Los adultos desean tener autonomía y ser el origen de su propio aprendizaje, es decir, quieren implicarse en la selección de objetivos, contenidos, actividades y evaluaciones.
- ✓ Los adultos se resisten a aprender en situaciones que creen que ponen en duda su competencia o se vean impuesta.
- ✓ La motivación de los adultos para aprender es interna; lo que se puede hacer es animar y crear las condiciones que promuevan lo que ya existe en los adultos.
- ✓ El aprendizaje adulto se fomenta mediante conductas y actividades de formación en las que se demuestre respeto, confianza y preocupación por el que aprende.

Es una actividad individual que se desarrolla en un contexto social y cultural. Es el resultado de procesos cognitivos individuales mediante los cuales se asimilan e interiorizan nuevas informaciones (hechos, conceptos, procedimientos, valores), se construyen nuevas representaciones mentales significativas y funcionales (conocimientos), que luego se pueden aplicar en situaciones diferentes a los contextos donde se aprendieron.

2.2. Evaluación nutricional.-

La evaluación nutricional es un proceso sistemático que nos permite obtener, verificar e interpretar datos, que expliquen la causa y el estado de los problemas relacionados con la nutrición de los individuos.

El estado nutricional es la condición resultante de la ingestión, digestión y utilización de los nutrientes; se puede evaluar combinando varios indicadores que incluyen cada una de las partes del proceso.

La evaluación nutricional tiene fines diagnósticos y como tales es una herramienta imprescindible para todos los profesionales que se desempeñan en el área de la nutrición. Su principal utilidad es proporcionar información para conocer tempranamente la magnitud y características del problema nutricional de un individuo o comunidad y orientar posibles acciones tendientes a corregir los problemas encontrados.

El uso de la antropometría física es una herramienta básica para valorar el crecimiento y desarrollo del niño, al igual sirve para evaluar el estado nutritivo del adulto. El adecuado uso de esta herramienta nos permite conocer nuestra situación nutricional y a la vez actualizar esta información periódicamente.

Para realizar la evaluación nutricional se utilizan diferentes parámetros como son: antropométricos, dietarios y de actividad física, de acuerdo con la siguiente ilustración:

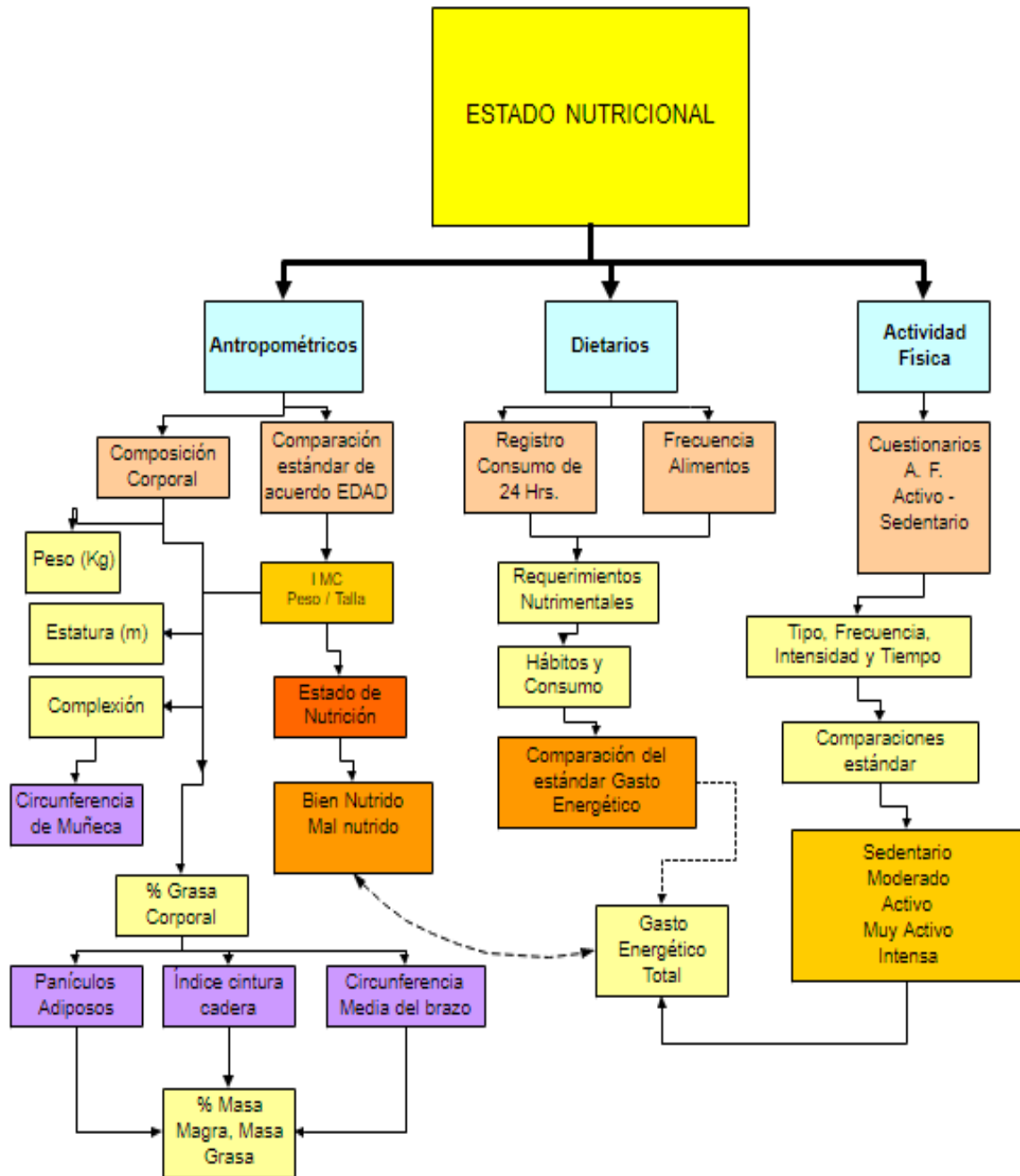


Figura 1. Evaluación nutricional

2.2.1. Antropometria.-

Es el estudio de mediciones físicas del cuerpo, constituye un índice de salud en cualquier sociedad. La valoración antropométrica es de gran importancia para evaluar el estado de nutrición, tanto de un individuo como de una colectividad. La detección de cambios en el estado nutricional mediante estas mediciones resulta relevante si consideramos que un pobre estado nutricional está asociado a enfermedades, de allí su importancia en clínica como en salud pública.

La antropometría es el método más útil y práctico para la evaluación del estado nutritivo del individuo, por ser objetivo fácil de realizar, de bajo costo y de alto nivel de exactitud y de aceptabilidad. Con más frecuencia se utiliza el peso y la talla.

2.2.1.1. Medidas Antropométricas.-

a. Peso.- Es una medida muy sensible que muestra el estado actual de nutrición, con variaciones muy rápidas e importantes, la medición del peso es un método de control más frecuente y más conocido, el peso es un excelente indicador del estado de salud y desnutrición, lo que proporciona la mayor cantidad de información, no es el peso en un momento determinado sino la evolución del peso en el tiempo.

Para la medida de niños, el peso debe determinarse en ropa ligera y descalzo, para ello se utiliza básculas, vigilando que estén bien calibradas.

b. Talla.- Es una medida estable del crecimiento de una persona debido a que solo va en aumento. Esta, refleja la historia nutricional anterior del individuo ya que cuando se produce algún grado de desnutrición su

incremento se hace más lento o se detiene. Este efecto es lógicamente, más marcado en edades más tempranas cuando la velocidad de crecimiento es mayor, esta medida siempre debe referirse a la edad.

2.2.1.2. Indicadores Antropométricos.-

Los indicadores antropométricos indican el estado de nutrición de un individuo y sirve para comparar una población o un individuo consigo mismo en diferentes momentos, por lo general se presentan los datos comparados con valores internacionales de referencia por el Centro Nacional de Estadística Sanitaria de los Estados Unidos de América (NCHS).

a. Peso para la edad (P/E).-

Corresponde a la relación entre el peso real de un niño y su peso teórico normal expresado como porcentaje. Este indicador diagnostica combinadamente desnutrición aguda y crónica.

Es sensible a pequeños cambios, detectando rápidamente situaciones de dieta insuficiente, aunque también puede reflejar una enfermedad reciente como diarrea o sarampión. Tiene validez limitada en los niños de bajo peso de nacimiento y en desnutridos recuperados, los cuales aunque ostentan velocidades normales de aumento de peso van a tener pesos reales inferiores al peso promedio. El déficit del peso para la edad indica la existencia de desnutrición global del individuo sin especificar si la desnutrición es aguda o crónica, es el indicador más conocido de mayor uso en salud pública, permite una evaluación del estado general de nutrición, no diferencia el retardo de crecimiento (malnutrición crónica) de una pérdida de peso reciente (malnutrición aguda) mide la malnutrición en forma global.

b. Peso para la talla (P/T).-

Es un excelente indicador del estado nutricional actual y permite reubicar en el grupo de normales a aquellos niños que aun cuando su peso y talla sean bajos para la edad cronológica, tengan una relación Peso/Talla normal. Este hecho indica un equilibrio entre ambas medidas y en nuestro medio muchas veces es la resultante de una desnutrición compensada pero que ha dejado como secuela una talla baja o enanismo nutricional. El indicador P/T viene a ser el indicador más sensible y un indicador del estado nutricional reciente. Un déficit de peso en relación con el esperado para la talla adelgazamiento o emaciación, es decir, mide los efectos de una malnutrición aguda o severa.

c. Talla para la edad (T/E).-

El déficit de talla permite inferir insuficiencias alimenticias crónicas, ya que la estatura se afecta lentamente en el tiempo. A mayor déficit nutricional, mayor cronicidad de la desnutrición.

Al interpretar este indicador se debe tener presente a los niños altos y delgados y aquellos que genéticamente presentan una talla bajo lo normal, ya que pueden ser diagnosticados erróneamente. Este indicador de crecimiento lineal refleja el pasado nutricional y de salud del individuo o población. Más que reflejar desnutrición se le considera un indicador del nivel de vida que se traduce en un retardo en el crecimiento lineal o talla baja. Actualmente para calcular los indicadores P/T y T/E se utilizan los valores de referencia de la National Center For Health Statistics (NCHS) de los Estados Unidos de Norte America, recomendado para estos fines por la OMS. No existe un límite universal y definitivamente aceptado para considerar a un niño como

normal o anormal en los se refiere a su evaluación nutricional por antropometría.

2.2.2. Identificación del estado nutricional.-

Estado nutricional es la situación en la que se encuentra una persona en relación con la ingesta y adaptaciones fisiológicas que tienen lugar tras el ingreso de nutrientes. Evaluación del estado nutricional será por tanto la acción y efecto de estimar, apreciar y calcular la condición en la que se halle un individuo según las modificaciones nutricionales que se hayan podido afectar.

1. Clasificación: El estado nutricional se clasifica en dos grandes grupos; normal y malnutrición.

a) Estado nutricional normal: Es el estado de equilibrio entre las necesidades nutricionales y el consumo de nutrientes.

Estado nutricional normal (óptimo): $\text{Requerimientos} = \text{consumo de nutrientes}$

b) Estado de malnutrición: Es el estado de desequilibrio entre los requerimientos o necesidades nutricionales y la ingesta de nutrientes.

Estado de malnutrición: $\text{Requerimientos} + \text{o} - \text{consumo de nutrientes}$

2.2.3. Desnutrición.-

La desnutrición es una causa primaria de morbilidad y mortalidad, y un factor que complica otras muchas enfermedades. Las creencias calóricas intrauterinas dan lugar a algunos nacimientos PEG. Posteriormente el déficit de proteínas, calorías y micronutrientes producen retaros en el desarrollo moderado o grave en el 50% de los niños, con defectos del desarrollo cognoscitivo. La sensibilidad a enfermedades infecciosas aumenta, las infecciones agudas y crónicas tienden a exacerbar la alteración nutricional y a menudo provocan la muerte del niño.

2.2.3.1. Causas de la desnutrición.-

- a) **Intrínsecos:** La absorción dificultosa de los alimentos por condiciones orgánicas anormales, metabolismo basal aumentado, mala digestión de los alimentos y abuso de algunos, dietas inadecuadas, aceleración del tránsito intestinal, deficiencia enzimática, etc.

La suspensión o deficiencia en los procesos nutritivos, con la consiguiente atrofia y degeneración de órganos y tejidos.

- b) **Extrínsecos Dietéticos.-** El consumo insuficiente de nutrientes (causado por la pobreza o escasez) de los alimentos, la inadecuada alimentación (por ignorancia o por falta de conocimiento).

2.2.4. Estado de malnutrición por déficit.-

La desnutrición, es el resultado de un consumo insuficiente de alimentos o por la presencia de enfermedades, como las infecciones virales, bacterianas o parasitarias que afectan el aprovechamiento de los nutrientes en la persona (FAO, 2002), que afecta principalmente a la población infantil y está estrechamente vinculado al proceso de crecimiento. Estas dos causas se pueden presentar de manera conjunta agravando la situación nutricional, manifestándose no sólo en una disminución del crecimiento físico, sino principalmente en el deterioro de la capacidad productiva mental y física (INIE- PRISMA, 1996).

Existen cuatro tipos principales de desnutrición: **emaciación, retraso del crecimiento, insuficiencia ponderal, y carencias de vitaminas y minerales**. Por causa de la desnutrición, los niños, en particular, son mucho más vulnerables ante la enfermedad y la muerte.

La insuficiencia de **peso respecto de la talla** se denomina **emaciación**. Suele indicar una

pérdida de peso reciente y grave, debida a que la persona no ha comido lo suficiente y a que tiene una enfermedad infecciosa, como la diarrea, que le ha provocado la pérdida de peso. Un niño pequeño que presente una emaciación moderada o grave tiene un riesgo más alto de morir, pero es posible proporcionarle tratamiento.

En estado agravado se denomina Marasmo, la marcada emaciación muscular y la reducción extrema de grasa subcutánea dan al paciente con DPE severa no edematosa un aspecto de “huesos y piel. Los niños marasmáticos frecuentemente tienen 60% o menos del peso esperado para su estatura y muestran una talla baja. El cabello tiende a ser seco, delgado, sin su brillo normal y algunas veces escaso. La piel es seca, delgada, con poca elasticidad y se “arruga” fácilmente al pellizcarla. Los niños son apáticos, pero generalmente conscientes de su alrededor, con una mirada de ansiedad y tristeza. Estas características, junto con el hundimiento de las mejillas los pómulos resaltados como consecuencia de la desaparición de la grasa subcutánea de la cara, le dan al niño marasmático un aspecto parecido al de un anciano o un mono.

Algunos pacientes tienen poco apetito; otros manifiestan hambre, pero raras veces toleran grandes cantidades de alimentos y vomitan con facilidad. Muestran una debilidad marcada y muchas veces no se pueden parar sin ayuda.

La presión arterial y temperatura corporal pueden ser bajas y el pulso puede estar normal o elevado. Pueden mostrar hipoglicemia, particularmente después de ayunar durante seis o más horas, frecuentemente acompañada por hipotermia de 35.5°C o menos. Las vísceras usualmente son pequeñas. Pueden tener distensión abdominal. Los ganglios linfáticos son fácilmente palpables.

Con frecuencia muestran complicaciones tales como gastroenteritis aguda, deshidratación, infecciones respiratorias, y lesiones oculares debidas a hipovitaminosis. Las infecciones

sistémicas pueden llevar a shock séptico o síndrome de coagulación intravascular con altas tasas de mortalidad. La historia dietética juega un papel importante para el diagnóstico diferencial de la DPE secundaria a SIDA, tuberculosis, cáncer y otras enfermedades emaciantes.

La talla insuficiente respecto de la edad se denomina retraso del crecimiento. Es consecuencia de una desnutrición crónica o recurrente, por regla general asociada a unas condiciones socioeconómicas deficientes, una nutrición y una salud de la madre deficientes, a la recurrencia de enfermedades y a una alimentación o unos cuidados no apropiados para el lactante y el niño pequeño. El retraso del crecimiento impide que los niños desarrollen plenamente su potencial físico y cognitivo.

En estado grave se denomina Kwashiorkor, la principal característica es un edema suave, depresible sin dolor, generalmente en pies tobillos y piernas, pero que en casos severos se puede extender al perineo, extremidades superiores y cara. Muchos pacientes tienen lesiones cutáneas pelagroides en los sitios de edema y en áreas de presión (por ejemplo, en las nalgas y espalda) o irritación frecuente (por ejemplo, en el perineo y cara interna de los muslos). La piel puede ser eritematosa y brillante en las regiones de edema, alternando con zonas de resequedad, hiperqueratosis e hiperpigmentación que tienden a confluir. La epidermis se desprende fácilmente en colgajos, dejando expuestos tejidos que se infectan fácilmente. La grasa subcutánea tiende a preservarse, y puede haber cierto grado de emaciación muscular. La deficiencia de peso, después de corregir por el peso del edema, generalmente no es tan severa como en el marasmo. Los niños pueden tener una talla baja o normal, dependiendo de la duración del episodio actual y de su historia nutricional.

Los niños pueden estar pálidos, con extremidades frías y cianóticas. Son apáticos e irritables, lloran fácilmente y tienen una expresión de tristeza y malestar. Con frecuencia

muestran anorexia (que algunas veces obliga a alimentarlos por tubo nasogástrico), vómitos posprandiales y diarrea. Estas condiciones generalmente mejoran a medida que la recuperación nutricional progresa, sin necesidad de tratamiento específico para los trastornos gastrointestinales. A menudo tienen hepatomegalia con un hígado suave a la palpación debido a una infiltración grasa muy marcada. El abdomen protruye debido a asas intestinales y estómago distendidos. La peristalsis es irregular y lenta. El tono y la fuerza muscular están reducidos. Con frecuencia muestran taquicardia. Pueden tener hipotermia e hipoglicemia después de períodos cortos de ayuno. El cabello es seco, quebradizo, sin su brillo normal y se arranca fácilmente sin causar dolor. El cabello rizado se torna lacio y la pigmentación generalmente cambia adquiriendo un color café mate, rojizo o blanquecino-amarillento. Los niños que pasan alternadamente por períodos con ingestiones muy deficientes y relativamente buenas de proteínas, pueden mostrar bandas de cabello normal y cabello despigmentado, lo que ha dado origen al llamado “signo de la bandera”.

Los niños muestran complicaciones, la diarrea y las infecciones respiratorias y cutáneas son más frecuentes y severas. Pueden tener infecciones sin fiebre, taquicardia, dificultad respiratoria o leucocitosis, lo que dificulta su diagnóstico. Las causas de muerte más frecuentes son edema pulmonar con bronconeumonía, septicemia, gastroenteritis y disturbios hidroelectrolíticos. Se debe hacer un diagnóstico diferencial de otras afecciones que producen edema e hipoproteinemia, así como de DEP secundaria debida a alteraciones en el metabolismo y absorción de proteínas.

Otra forma de desnutrición grave es Kwashiorkor marasmático. Esta forma de Desnutrición proteico energética edematosa combina las características clínicas del kwashiorkor y el marasmo. Las principales manifestaciones son el edema del kwashiorkor con o sin lesiones cutáneas, y la emaciación muscular y reducción de grasa subcutánea del marasmo. En las

etapas iniciales del tratamiento, cuando el edema desaparece, el paciente adquiere un aspecto muy similar al del niño marasmático. Los pacientes muestran características bioquímicas de kwashiorkor y marasmo (ver adelante) pero predominan las alteraciones debidas a una deficiencia severa de proteínas.

Otra forma de desnutrición de los niños que pesan menos de lo que corresponde a su edad sufren insuficiencia ponderal. Un niño con insuficiencia ponderal puede presentar a la vez retraso del crecimiento y emaciación. La forma grave es Kwashiorkor marasmático. Esta forma de Desnutrición proteico energética edematosa combina las características clínicas del kwashiorkor y el marasmo. Las principales manifestaciones son el edema del kwashiorkor con o sin lesiones cutáneas, y la emaciación muscular y reducción de grasa subcutánea del marasmo. En las etapas iniciales del tratamiento, cuando el edema desaparece, el paciente adquiere un aspecto muy similar al del niño marasmático. Los pacientes muestran características bioquímicas de kwashiorkor y marasmo, pero predominan las alteraciones debidas a una deficiencia severa de proteínas.

2.2.5. Malnutrición relacionada con los micronutrientes.-

Las ingestas inadecuadas de vitaminas y minerales (los denominados micronutrientes) se pueden reunir en un mismo grupo. El organismo necesita micronutrientes para producir enzimas, hormonas y otras sustancias esenciales para un crecimiento y desarrollo adecuado.

El yodo, la vitamina A y el hierro son los más importantes en lo que se refiere a la salud pública a escala mundial; sus carencias suponen una importante amenaza para la salud y el desarrollo de las poblaciones de todo el mundo, en particular para los niños y las embarazadas de los países de ingresos bajos.

2.2.6. Reconocimiento de los signos físicos de desnutrición carencial.-

a. Cabeza.- Se debe investigar las masas musculares temporales, las facies y las

faneras, palpación de parótidas.

b. Pelo.- Fino y quebradizo, por deficiencia de proteínas, se arrancan con facilidad y poca tracción, y las puntas se rompen fácilmente.

Ojos.-

a. Xeroftalmía: Empieza con sequedad de la conjuntiva bulbar (xerosis conjuntival), por deficiencia de vitamina “A”.

b. Queratomalacia: Es la fase terminal de la xeroftalmía, la hiperqueratosis compromete a la córnea lo que favorece el reblandecimiento corneal y el desprendimiento corneal.

c. Nictalopatía: Es la dificultad para adaptarse a la oscuridad o para adaptarse al cambio de una luz brillante a la oscuridad por falla funcional de la retina es signo de deficiencia de la vitamina “A”

d. Vascularización circuncorneal, llamada también inyección pericorneal; Consiste en la penetración al limbo corneal de las arteriolas subconjuntivales, se debe a deficiencia de riboflavina.

e. Palidez de la conjuntiva: Se debe a la deficiencia de hierro.

Fisuras en los ángulos de los párpados: Se deben a deficiencia de riboflavina.

f. Xerosis conjuntival: Por deficiencia de vitamina”A”.

g. Xerosis corneal: Se caracteriza por la opacidad y se debe a la deficiencia de vitamina”A”.

h. Xantelasma: Son masas pequeñas y amarillentas alrededor, se debe a

deficiencia de complejo “B”

i. Piel: Las zonas más afectadas son las expuestas al medio ambiente, son las que más probablemente muestran señales en caso de desnutrición

j. Hiperqueratosis folicular tipo I: Consiste en el bloqueo de los folículos pilosos, en las bases pilosas aparecen unas salientes corneas, y la piel se torna seca y áspera. Al inicio, aparecen en los muslos y en los antebrazos, después, a nivel de los glúteos. Se debe a deficiencia de vitamina “A”.

k. Hiperqueratosis folicular tipo II: En las bases pilosas, aparecen pequeñas hemorragias (como carne de gallina). Se debe a deficiencia de vitamina “C”.

l. Petequias: Son pigmentos de sangre desnaturalizada color café en determinadas zonas de la piel. Se debe a deficiencia de vitamina “C”.

m. Collar de Casal: Se debe a deficiencia de niacina.

Piel fisurada:

a. Dermatitis formamosaico que se encuentra generalmente en la parte inferior de la pierna. Se debe a deficiencia de vitamina “a” y proteínas.

b. Disebácea nasolabial: Tapones de queratina amarillenta surgen de los folículos, se observa en cada uno de los lados de la nariz y algunas veces se extiende a otras partes de la cara. Se debe a deficiencia de riboflavina.

c. Dermatitis escrotal: La piel del escroto se afecta, se vuelve seca e irritada, con descamación, prurito intenso e infección secundaria. Se debe a deficiencia de riboflavina.

d. Boca: Se deben examinar los labios, la lengua, los dientes y las encías.

e. Estomatitis angular: Se caracteriza por el agrietamiento de los ángulos de la boca, se debe a deficiencia de riboflavina.

f. Glositis: Es una inflamación de la lengua, comprende una denudación irregular, atrofia papilar y la denominada lengua magenta. Se deben a deficiencia de riboflavina, niacina, ácido fólico, tiamina, piridoxina y cobalamina.

g. Queilosis: Inflamación de los labios, pruriginosa con agrietamiento de las fisuras por deficiencia de riboflavina y cobalamina.

h. Gingivitis interdental: Encías inflamadas y sangrantes sobre todo en las zonas interdentes. Se debe a deficiencia de vitamina "C".

i. Hipogeusia: Es la disminución de la capacidad para percibir el sabor de los alimentos. Se debe a deficiencia de zinc.

j. Atrofia o hipertrofia de papilas: Se debe a deficiencia de ácido fólico y niacina

k. Caries dental: Es la degradación molecular del hueso, producido por la desmineralización del componente inorgánico de los tejidos duros del diente. Se debe a deficiencia de calcio y zinc.

L. Sistema musculoesquelético: Se debe examinar el tejido muscular, las deformidades óseas y glandulares.

m. Depleción muscular: Se debe a la deficiencia de proteínas.

Tensión y dolor de piernas al caminar: por deficiencia de vit. “E”.

n. Debilidad muscular: Por deficiencia de tiamina y niacina.

o. Rigidez y debilidad de las piernas: Por deficiencia de cobalamina.

p. koiloniquia: Es una uña cóncava, conocida como uña de cuchara, se debe a deficiencia de hierro.

q. Retardo en el crecimiento: Por deficiencia de vitamina “A”.

r. Edema: El edema en los miembros inferiores es característico de las deficiencias proteicas graves y puede observarse en el beri-beri agudo

s. Raquitismo: Es una deformación ósea debido a la deficiencia de vitamina “D”. Puede presentar una curvatura de la columna y de las piernas.

t. Pecho de paloma: Es una proyección del tórax en el área del esternón por deficiencia de vitamina “D”.

u. Bocio: Es el agrandamiento de la tiroides. La tiroides es incapaz de producir suficiente cantidad de la hormona tiroidea para satisfacer las demandas corporales. Se debe a deficiencia de yodo.

w. Cretinismo: Deficiencia mental cuádruplejía o hemiplejía, mutismo y sordera, estatura pequeña. Se produce durante la gestación. Por deficiencia de yodo.

x. Crecimiento de las parótidas: Por avitaminosis generalizada.

2.2.7. Características fisiopatológicas del niño con desnutrición.-

2.4.5.1. Factores que propician la desnutrición: La desnutrición es un problema

social y como tal, tiene sus factores desencadenantes, tales como: Factores sociales y económicos, biológicos y ambientales.

2.4.5.1.1. Factores sociales y económicos.- La pobreza acompaña casi siempre a la desnutrición. Esto lleva a baja disponibilidad y acceso a los alimentos, falta de medios para producirlos o comprarlos, malas condiciones sanitarias, hacinamiento, mal cuidado de los niños, ignorancia, tabú y malas prácticas alimenticias, caprichos alimenticios y factores emocionales.

2.4.5.1.2. Factores biológicos.- Uno de los principales de la desnutrición infantil es la desnutrición materna, con el riesgo del bajo peso al nacer. Otros son las enfermedades infecciones virales, bacterianas, protozoarias y parasitarias. La enfermedad diarreica y las infecciones respiratorias son también otros factores biológicos responsables de la desnutrición infantil, porque se acompañan generalmente de anorexia, vómitos, con la disminución de absorción intestinal y aumento del catabolismo corporal. Las dietas inadecuadas tanto en cantidad como en calidad, las anomalías metabólicas, estrés, etc., también contribuyen a una absorción defectuosa o insuficiente de los alimentos.

2.4.5.1.3. Factores ambientales.- En este grupo debe incluirse el hacinamiento, las malas condiciones sanitarias, los ciclos agrícolas, malas prácticas de cultivos, cambios de clima, catástrofes naturales, etc.

2.4.5.1.4. Grupo de riesgo.- La desnutrición crónica es más frecuente en infantes, especialmente en prematuros o con bajo peso al nacer (menor de 2,500 gr), y en los niños preescolares, mujeres embarazadas o en etapa de lactancia, luego los ancianos y adolescentes.

2.2.8 Hábitos alimentarios.-

Se definen hábitos alimentarios como un conjunto de conductas adquiridas por un individuo o un grupo de individuos, por las cuales preparan y consumen alimentos como parte de prácticas culturales, sociales y religiosas. Son infinitamente complejos, puesto que derivan de las primeras experiencias del hombre están influidos por numerosos factores tales como: la familia, el ambiente social, economía, geografía, etnias, o religión. En general, estos factores son clasificados por distintos autores en: fisiológicos, físicos, familiares y sociales.

Los cambios de los hábitos alimentarios en niños son condicionados, sobre todo, por los modelos de estructura familiar cada vez más dominantes como las familias de un solo hijo, mono parentales y divorciados; menor supervisión familiar de los alimentos y bebidas que ingiere el niño, tanto dentro como fuera del hogar; mayor libertad de elección y de disponibilidad económica para el niño que los compra. En gran parte la familia es sustituida por la influencia de los amigos o por medios de comunicación en la elección de los menús, por lo que la mayoría de los niños de los países desarrollados no cumplen las recomendaciones dietéticas.

Las necesidades de nutrientes van de acuerdo con la actividad física, sexo y con las tasas de crecimiento, no son iguales en las diferentes edades de un individuo, por ejemplo a medida que los jóvenes se aproximan a la adolescencia el aumento de

estos nutrientes es mayor. El aporte apropiado de nutrientes es un factor decisivo para conseguir un crecimiento y desarrollo adecuados del niño. El conocimiento de las necesidades nutritivas propias de cada periodo de la infancia es la base para establecer la alimentación correcta de cada individuo, en función de su capacidad digestivo-metabólica para asimilar los alimentos y sus necesidades biológicas (crecimiento y actividad física). Varios autores refieren que los niños no deben tomar los mismos alimentos que los adultos ya que esto les puede conducir a una ingesta calórica excesiva que derive en sobrepeso y posible riesgo futuro de obesidad; así, el niño debe tomar alimentos con alta densidad nutricional que le permita obtener los nutrientes que necesita con una cantidad menor de calorías, pues si toma los mismos alimentos que el adulto pero en cantidades menores corre el riesgo de tener aportes nutricionales insuficientes de nutrientes que afecten su correcto desarrollo.

2.2.9. Factores que influyen en la alimentación y situación nutricional del niño.-

Los hábitos, gustos y aversiones alimentarias se empiezan a formar desde el nacimiento y se desarrollan en la infancia. Una vez adquiridos estos hábitos, persistirán a lo largo de la vida, siendo muy difíciles de modificar. Por ello, es de gran importancia que se adopten hábitos alimentarios adecuados en la edad escolar, ya que facilitarán la prevención de trastornos y enfermedades como obesidad, diabetes, dislipidemias, anorexia nerviosa, etc. en etapas posteriores de la vida.

Los factores que influyen en los hábitos alimentarios del escolar son las características propias del niño, el entorno familiar, el entorno escolar y, finalmente, el entorno social.

2.2.10. Características del niño que influyen en su alimentación y situación nutricional.-

2.2.10.1. Preferencias personales.-

El desarrollo de las preferencias alimentarias se produce desde la infancia y va a determinar los hábitos alimentarios en la edad adulta. En el desarrollo de dichas preferencias, juega un importante papel la neofobia, que es la aversión a probar alimentos nuevos. En este sentido, se ha visto que los niños que son más reticentes a probar nuevos alimentos consumen menos frutas y verduras que los que aceptan mejor los alimentos nuevos.

En el desarrollo de las preferencias alimentarias también es importante promover el contacto con alimentos nuevos, ya que se ha demostrado que esto contribuye a aumentar la aceptabilidad por los mismos. En un estudio realizado en escolares se observó que la exposición a una verdura desconocida por los mismos en ocasiones diarias se asociaba con un aumento de la aceptación y consumo de la misma.

2.2.10.2. Padecimientos de enfermedades.-

Los niños que presentan alguna patología suelen tener por lo general, un consumo de alimentos limitado y en algunos casos, menos apetito, lo que contribuye a limitar aún más su ingesta.

Además, los niños con enfermedades crónicas suelen requerir dietas especiales para tratar su patología, teniendo que ajustar su consumo de alimentos, considerando los permitidos y restringidos y debiendo enfrentarse con la aceptación de sus compañeros y amigos, lo cual produce

en algunas ocasiones la rebeldía del niño hacia la dieta prescrita, especialmente cuando se acerca a la pubertad.

2.2.10.3. Influencia del ambiente familiar en la alimentación y la situación nutricional del niño.-

La influencia del ámbito familiar en el desarrollo de la alimentación de los niños es decisiva ya que influye de manera directa en los hábitos alimentarios.

Los padres crean ambientes para los niños que pueden fomentar el desarrollo de comportamientos saludables o pueden promover el sobrepeso y desórdenes alimentarios.⁵⁰ Por ejemplo, en la familia se estimula el comportamiento activo o sedentario de los hijos o se controla el dinero que estos destinan para golosinas, bollos, refrescos, helados.

2.2.10.4. Preferencias, creencias, actitudes y estilos de alimentación de los padres.-

Los niños observan la manera de comer de los padres y hermanos, aprendiendo e imitando los comportamientos de estos, pues son su modelo a seguir.

2.2.10.4.1. Preferencia, creencias y actitudes de los padres.-

Las preferencias, creencias, actitudes y el consumo de los alimentos de los niños está relacionado con los que tienen sus padres y, principalmente, con los que tiene la madre, ya que esta suele pasar mucho más tiempo con el niño que el resto de

los integrantes familiares y tiene un rol fundamental en la educación y transmisión de pautas alimentarias a su hijo.

Por lo general, los padres tienden a tener en casa alimentos que les agradan y que consumen habitualmente, que son también los que van a ser consumidos y valorados por los niños. Se ha demostrado que las preferencias y el consumo de los padres están relacionados con los de sus hijos, esto se ha constatado, por ejemplo, en relación con el consumo de frutas y verduras.

Por otra parte, las creencias de los padres sobre qué alimentos son más o menos saludables también condiciona la alimentación de sus hijos. Por último, la actitud de los padres hacia los alimentos, también es un factor predictivo de los gustos y aversiones a los alimentos y de la calidad de la dieta en los escolares. En este sentido, se ha observado que cuando los padres tienen comportamientos saludables, como el consumo de alimentos bajos en grasa, los hijos también adoptan dicho comportamiento. De la misma manera, es frecuente que las hijas de madres que controlan su ingesta o siguen alguna dieta en especial, adopten patrones similares.

2.2.10.4.2. Estilos de alimentación de los padres.-

Los padres suelen tomar medidas encaminadas a modificar el comportamiento alimentario de sus hijos con el fin de hacerlo lo más adecuado posible. De esta manera, se intenta aumentar el consumo de alimentos considerados como “buenos para la

salud” y limitar el de los considerados “malos”. También es frecuente estimular el consumo de una mayor cantidad de alimentos de los que el niño voluntariamente aceptaría, forzando equivocadamente la ingesta.

De acuerdo con el tipo de actitud que tengan los padres con respecto a la conducta alimentaria del niño, existen tres tipos de caracteres de los padres: autoritario o estricto, permisivo y moderado.

Los padres autoritarios controlan lo que sus hijos comen sin importarles las preferencias o los gustos de los mismos. Los padres permisivos se caracterizan por permitir al niño consumir cualquier tipo de alimento en las cantidades que desee, limitándose únicamente la selección a lo que haya disponible en el hogar. Por último, los padres con carácter moderado representan un equilibrio entre los anteriores y se caracterizan porque, aunque estimulan al niño a comer alimentos sanos, le ofrecen varias opciones para elegir y es el niño el que selecciona qué alimento consume.

Los estilos de alimentación de los padres se han asociado tanto a la ingesta de alimentos como al peso corporal del niño. El estilo autoritario se ha relacionado con un bajo consumo de frutas, jugos y verduras y se ha observado que los niños presentan valores de índice de masa corporal (IMC) más elevados y un porcentaje mayor de grasa corporal (GC%). Esto

se debe, por una parte, a que a estos niños se les ha acostumbrado a no dejar nada de comida en los platos, lo que les ha hecho menos sensibles a la señal de saciedad, y a que, el hecho de haberles restringido la ingesta de alimentos ricos en grasa y azúcar, hace que los consuman de una forma más compulsiva cuando tienen ocasión.

El estilo permisivo se ha relacionado con un consumo menor de lácteos y de todos los nutrientes, excepto la grasa, y con un consumo mayor de alimentos ricos en azúcares así como snacks, y en general alimentos poco saludables.⁵⁸ Finalmente, los hijos de padres con carácter moderado consumen una mayor cantidad de frutas y verduras y menor cantidad de alimentos con alta densidad energética, lo que se relaciona con el mejor control de peso en estos niños.

2.2.11. Influencia del ámbito escolar en la alimentación y situación nutricional del niño.-

El ámbito escolar influye en los hábitos alimentarios del niño principalmente por la influencia que ejercen los compañeros y amigos modulando la conducta alimentaria. Aunque los padres constituyen una influencia muy importante en las preferencias y comportamientos alimentarios del niño, cuando este comienza a acudir al colegio sus profesores y compañeros de clase se convierten en un nuevo modelo a seguir, influyendo sobre su actitud ante los alimentos, así como en la elección de éstos. De esta manera, puede aparecer un rechazo súbito a una comida determinada o producirse el reclamo de un alimento en particular. Otras veces la

decisión de comer ciertos alimentos ofertados en el comedor escolar depende de la influencia de los amigos y de sus preferencias, todo esto puede repercutir sobre el estado nutricional del niño.

Por otra parte, durante este período existen importantes diferencias en cuanto al peso, forma corporal y velocidad de crecimiento de unos niños a otros. Por ello es común la realización de comparaciones entre compañeros y la existencia de burlas hacia los que se alejan del peso que se entiende como adecuado, lo que puede llevar a que el niño modifique sus hábitos alimentarios.

Por ello es fundamental que la familia, y principalmente la madre, sepa crear unos hábitos alimentarios saludables en su hijo, mientras que en el medio escolar, el comedor escolar debe constituir un recurso que ayude a mejorar la situación nutricional y la educación alimentaria del niño con la finalidad de prevenir enfermedades.

2.2.12 Clasificación de Waterlow.-

Este sistema de clasificación permite identificar a los niños que requieren atención, según el deterioro del estado nutricional que presenten, es decir que están desnutridos o en riesgo de serlo. Los niños con desnutrición crónica aguda a los severamente desnutridos necesitan tratamiento prioritario seguido por los niños “desgastados” o con malnutrición aguda, y a los que sufren malnutrición crónica “achicados”. Con esta clasificación no se identifica a los niños que sufren sobrepeso.

Esta clasificación utiliza los indicadores P/T Y T/E

Tabla 1. Clasificación de waterlow

P/T	T/E	> 95 %	< 95%
> 110 %		OBESO	DESNUT. CRONICO OBESO
110 - 90 %		NORMAL	DESNUT. CRONICO
< 90 %		DESNUT. AGUDA	DESNUT. CRONICO REAGUDIZADO

Fuente: Tesis "Relación las prácticas alimentarias de las madres con el estado nutricional de los niños" (Edith Tania Mamani Quispe)

2.2.13. Rendimiento Académico.-

Para poder entender este concepto hay que definir los siguientes términos:

✓ **Aptitud.-** Cualidad que hace que una persona sea apta o adecuada para ciertas funciones, es la capacidad propia de un individuo para aprender conocimientos.

✓ **Desempeño.-** Cumplir con las tareas, actividades, obligaciones de una profesión, cargo o labores escolares en un curso escolar.

En el proceso enseñanza-aprendizaje señala la suficiencia de conocimientos y habilidades adquiridas.

✓ **Rendimiento.-** Es una medida de las capacidades obtenidas; en el medio escolar son todas las evaluaciones obtenidas en un proceso de instrucción o formación, nos permite comprobar qué alumno desarrolló sus competencias establecidas en el currículo.

Un buen rendimiento académico refleja los tipos de hábitos de estudio, las estrategias en los aprendizajes y los conocimientos adquiridos.

Cuando un individuo fracasa en los estudios nos indica que hubo desorganización personal, retraimiento social, conductas disruptivas, reprobación del curso y/o retroalimentación.

CAP. III RESULTADOS Y PROPUESTA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. ANALISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.-

3.1.1. Análisis y discusión del pre test aplicada a los docentes de la Institución Educativa N° 11502 "Inca Garcilaso de la Vega" para determinar sus niveles de preparación y motivación en la identificación y notificación del estado nutricional de sus estudiantes.

I. AREA PEDAGOGICA

A. CONOCIMIENTO DE HABITOS ALIMENTICIOS:

CUADRO 01

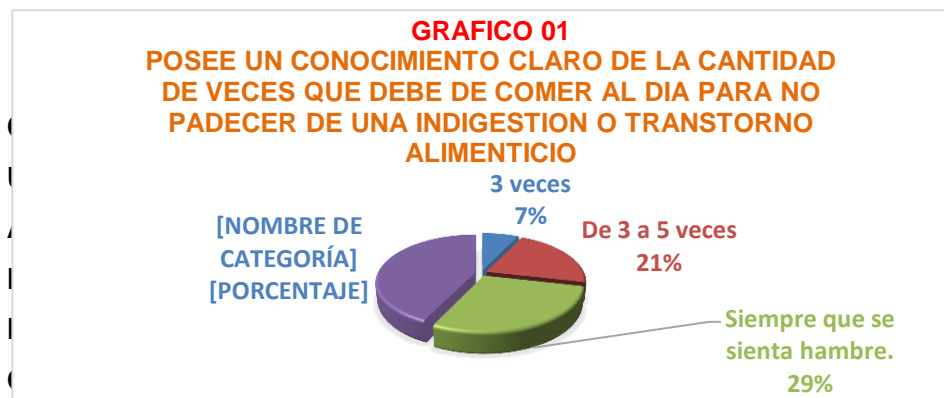
POSEE UN CONOCIMIENTO CLARO DE LA CANTIDAD DE VECES QUE DEBE DE COMER AL DIA PARA NO PADECER DE UNA INDIGESTION O TRANSTORNO ALIMENTICIO

Items	f	%
a. 3 veces	1	7
b. De 3 a 5 veces	3	21
c. Siempre que se sienta hambre.	4	29
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	6	43
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 43% de los encuestados manifiesta que desconoce las cantidades de veces que se debe de comer al día mientras que un 29% manifiesta que se debería de comer siempre que se tenga hambre lo que representa un indicador que el maestro no tiene la capacidad de promover los buenos hábitos alimenticios.



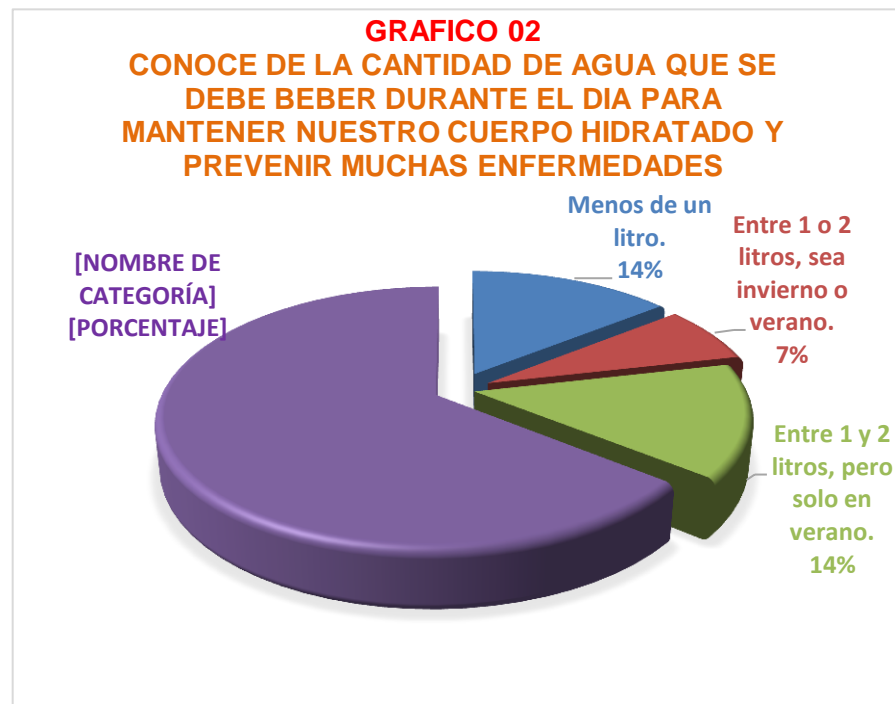
**CONOCE DE LA CANTIDAD DE AGUA QUE SE DEBE BEBER
DURANTE EL DIA PARA MANTENER NUESTRO CUERPO
HIDRATADO Y PREVENIR MUCHAS ENFERMEDADES**

Items	f	%
a. Menos de un litro.	2	14
b. Entre 1 o 2 litros, sea invierno o verano.	1	7
c. Entre 1 y 2 litros, pero solo en verano.	2	14
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	9	65
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 65% de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que desconocen los beneficios que brinda el beber agua para la buena digestión y el buen funcionamiento de nuestro organismo; lo cual repercute en la calidad del proceso de enseñanza y aprendizaje que debe brindar a sus estudiantes.



**RECONOCE LA IMPORTANCIA DE LOS PRIMEROS ALIMENTOS
COMO ES EL DESAYUNO Y LAS CALORIAS QUE APORTA EN LA
DIETA DIARIA**

Items	f	%
a. Si	6	43
b. No	8	57
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 57% de los encuestados manifiesta que no cree que el desayuno aporte calorías a la dieta diaria; lo cual repercute en la calidad del proceso de enseñanza y aprendizaje que debe brindar a sus estudiantes.



IDENTIFICA QUE ALIMENTOS SON PARTE DE UN DESAYUNO EQUILIBRADO

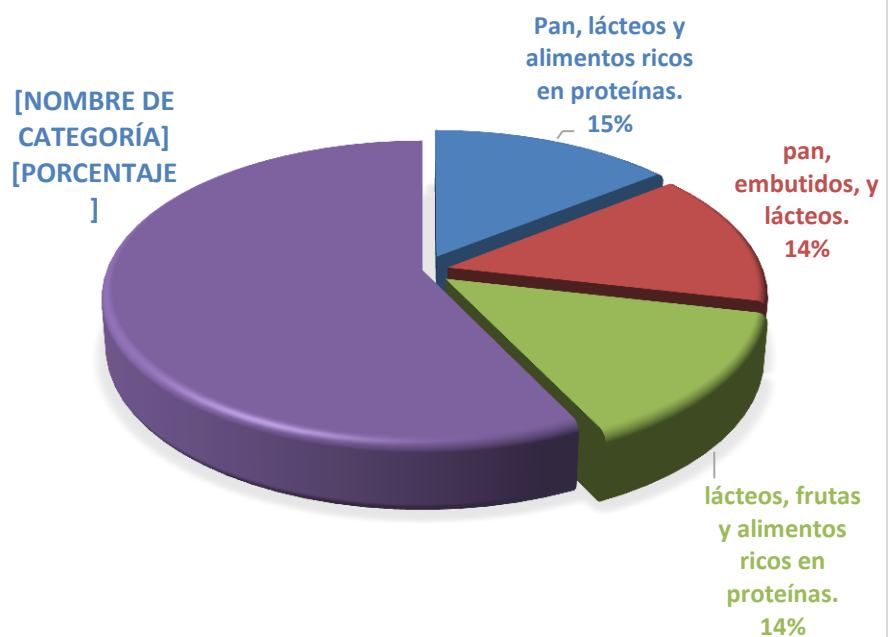
Items	f	%
a. Pan, lácteos y alimentos ricos en proteínas.	2	14
b. pan, embutidos, y lácteos.	2	14
c. lácteos, frutas y alimentos ricos en proteínas.	2	14
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	8	57
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 57% de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que no tienen ni idea que un desayuno saludable todas las mañanas ayuda a mantener el equilibrio nutricional a lo largo del día, además de prevenir el riesgo de sufrir problemas de obesidad y sobrepeso y que por lo contrario no desayunar reduce el rendimiento y la concentración de los estudiantes.

GRAFICO 04
IDENTIFICA QUE ALIMENTOS SON PARTE DE UN DESAYUNO EQUILIBRADO



CUADRO 05

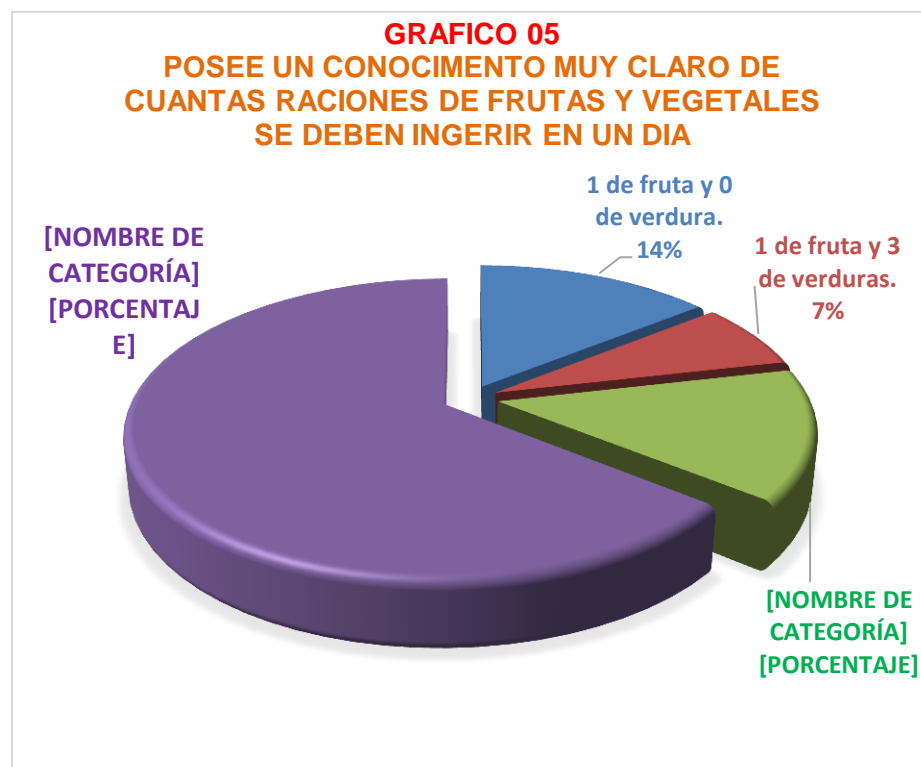
**POSEE UN CONOCIMIENTO MUY CLARO DE CUANTAS RACIONES
DE FRUTAS Y VEGETALES SE DEBEN INGERIR EN UN DIA**

Items	f	%
a. 1 de fruta y 0 de verdura.	2	14
b. 1 de fruta y 3 de verduras.	1	7
c. 3 de frutas y 3 de verduras.	2	14
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	9	65
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 65% de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que desconocen que las verduras junto a las frutas son los alimentos que más agua proporcionan al cuerpo y que además ayudan en el crecimiento y desarrollo del organismo de los estudiantes.



CUADRO 06

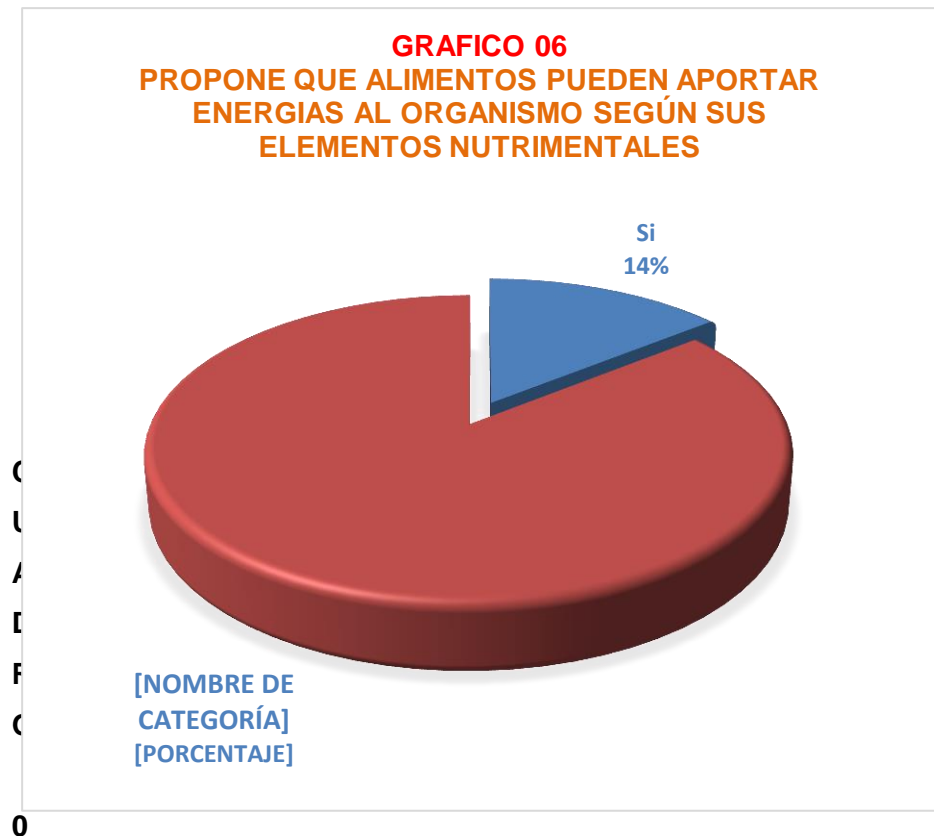
**PROPONE QUE ALIMENTOS PUEDEN APORTAR ENERGÍAS AL
ORGANISMO SEGÚN SUS ELEMENTOS NUTRIMENTALES**

Items	f	%
a. Si	2	14
b. No	12	86
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86% de los encuestados manifiesta que no conoce de la composición de una buena dieta alimenticia.



7

**EXPLICA CLARAMENTE DE COMO DEBE SER UNA DIETA
ALIMENTICIA Y SU IMPORTANCIA PARA EL BUEN
FUNCIONAMIENTO DEL ORGANISMO**

Items	f	%
a. Diferente cada día.	2	14
b. Diferente solo algunas veces durante la semana.	2	14

c. Diferente solo durante los fines de semana.	1	7
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	9	65
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 65% de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que desconocen que la dieta equilibrada aporta nutrientes y energía para mantener las funciones del organismo en un contexto de salud física y mental.

CUADRO 08
RECONOCE LA NECESIDAD DE UTILIZAR UN CONSEJO DE
NUTRICION PARA MEJORAR EL ESTADO DE SALUD DE SUS



ESTUDIANTES

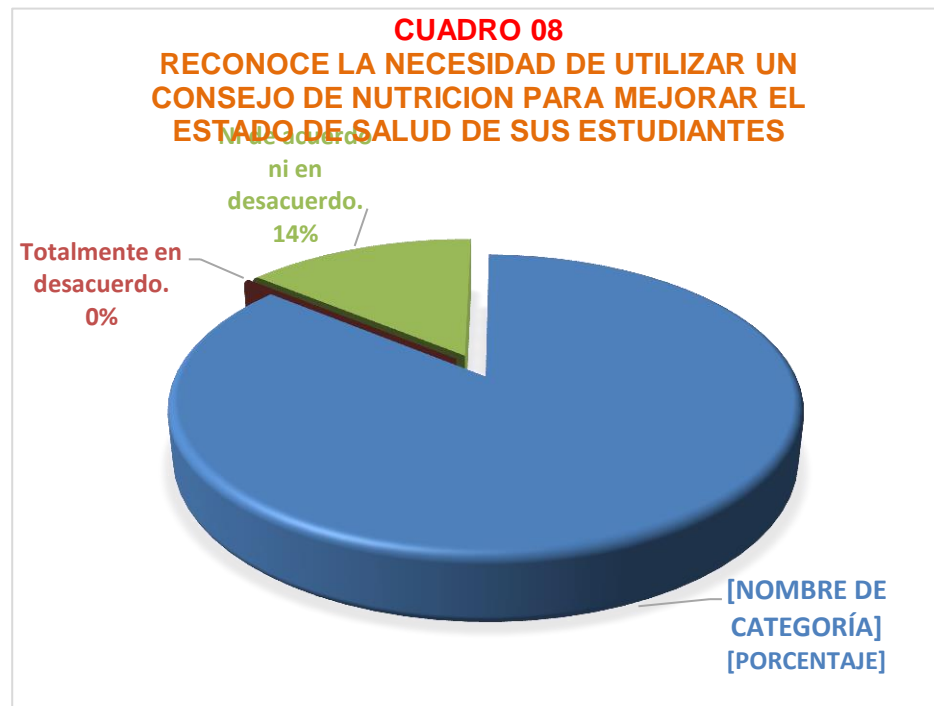
Items	f	%
a. Totalmente de acuerdo.	12	86
b. Totalmente en desacuerdo.	0	0
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	2	14

TOTAL	14	100
--------------	-----------	------------

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86% de los encuestados manifiesta que está totalmente de acuerdo en recibir, indagar y poner en práctica consejos de nutrición que ayuden a mejorar el estado de salud física y mental de sus estudiantes.



CUADRO 09
REFLEXIONAN DE LO QUE NECESITAN PARA IDENTIFICAR, NOTIFICAR Y ASESORAR DEL ESTADO NUTRICIONAL Y BUENOS HABITOS ALIMENTICIOS EN SUS ESTUDIANTES

Items	f	%
a. Más información.	9	64
b. Apoyo social	2	14
c. Compromiso o motivación personal.	3	22
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0

TOTAL	14	100
--------------	-----------	------------

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

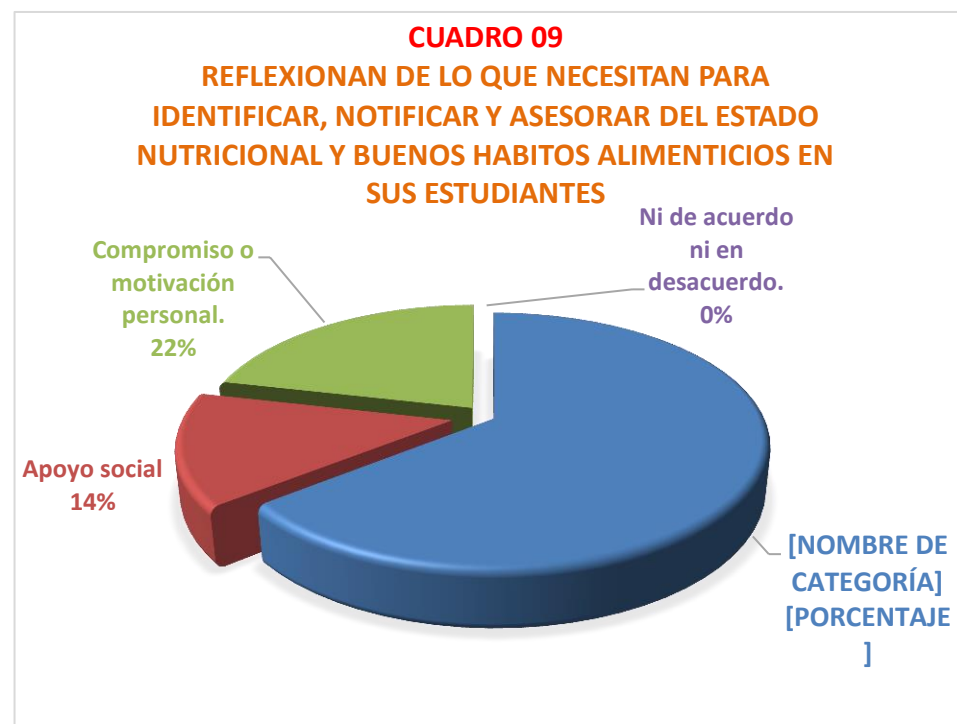
INTERPRETACIÓN

Un 64% de los encuestados manifiesta que le hace falta leer, investigar y profundizar sus conocimientos respecto a los buenos hábitos alimenticios y que este conocimiento los llevara a poder identificar, notificar y asesorar del estado nutricional de cada uno de sus estudiantes y un 22% de los encuestados poseen estos conocimientos pero les falta mayor compromiso y motivación personal.

B. NOTIFICACION DEL ESTADO NUTRICIONAL:

CUADRO 10
PROMUEVEN LA LECTURA DE LAS ETIQUETAS PARA
AVERIGUAR SU CONTENIDO NUTRIMENTAL

Items	f	%
a. Si	10	71



b. No	4	29
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca

Garcilaso de la Vega del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 71% de los encuestados manifiesta que si considera de suma importancia leer las etiquetas de los alimentos en envases porque los alimentos empacados llevan una etiqueta con información sobre nutrición que incluye el contenido de grasas.

CUADRO 11



IDENTIFICAN CLARAMENTE EL INDICE DE LA MASA CORPORAL

Items	f	%
a. En las personas con obesidad varía de 25 a 30.	0	0
b. Permite estimar el grado de obesidad.	0	0
c. Permite calcular la composición corporal.	0	0
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	14	100
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

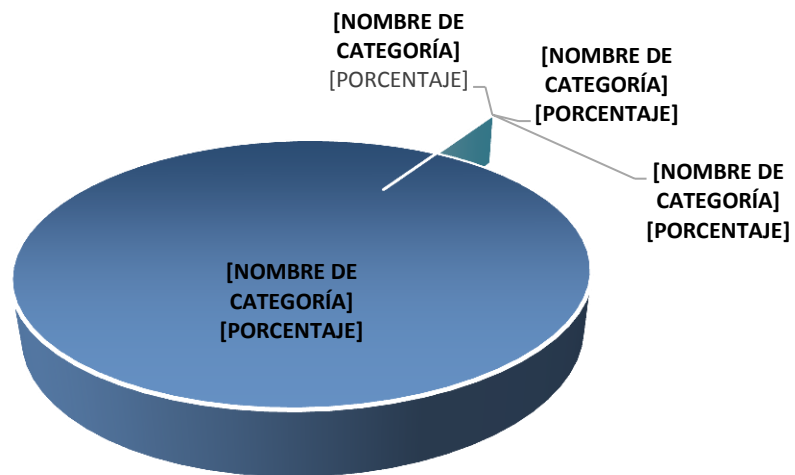
INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que no tienen conocimiento que es el IMC y que esta guarda relación existente entre el peso y la talla y que a la vez sirve para identificar el sobrepeso y obesidad.

CUADRO 12
NOTIFICACION DE UN ESTUDIANTE CON SOBREPESO

Items	f	%
a. No tiene el peso ideal para su altura.	0	0

CUADRO 11
IDENTIFICAN CLARAMENTE EL INDICE DE LA MASA CORPORAL



b. Si su IMC es superior a 30.	0	0
c. Si su IMC está entre 25 y 30.	0	0
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	14	100

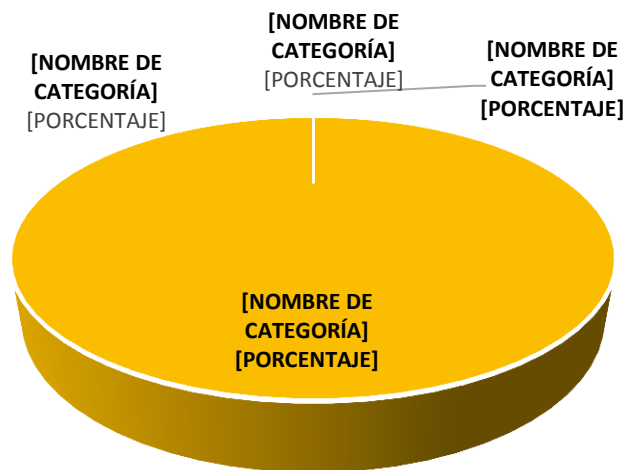
TOTAL	14	100
--------------	----	-----

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que no tienen conocimiento de cómo poder identificar y notificar a un estudiante con sobrepeso y obesidad.

CUADRO 12
NOTIFICACION DE UN ESTUDIANTE CON SOBREPESO



CUADRO 13

**BRINDA ASESORAMIENTO A SUS ESTUDIANTE DE ACUERDO A
SUS NECESIDADES ENERGETICAS**

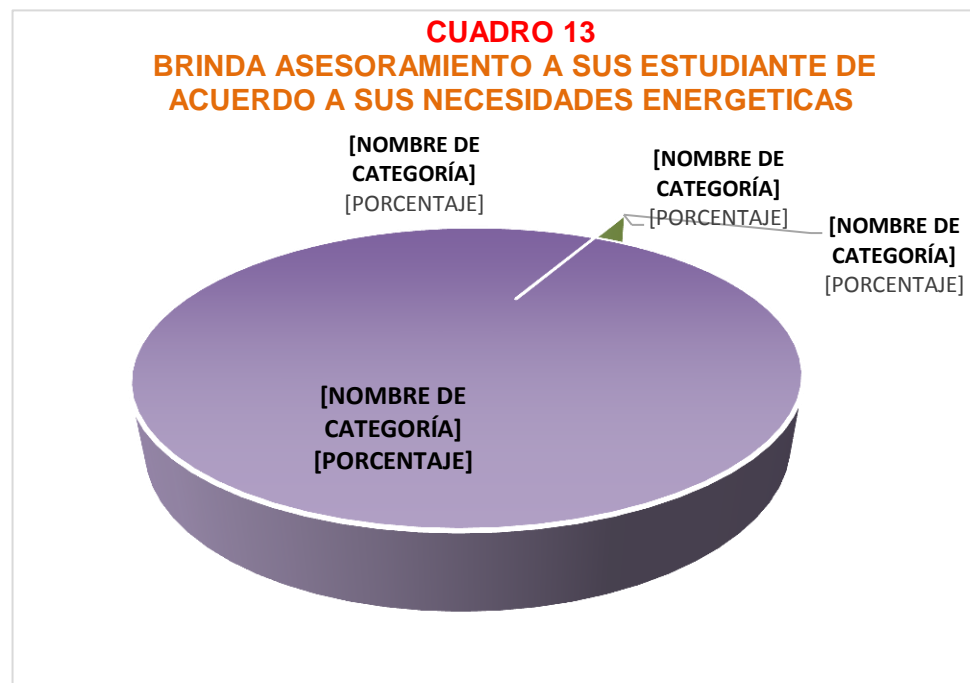
Items	f	%
a. Sólo del peso y la altura.	0	0
b. Sólo de la actividad física que realiza diariamente.	0	0
c. Del peso, la altura, la edad y la	0	0

actividad física.		
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	14	100
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que no tienen conocimiento que las necesidades energéticas dependen del metabolismo basal, la actividad física y del crecimiento tisular.



CUADRO 14
CONOCIMIENTO DEL CONSUMO ENERGETICO DEL ORGANISMO

Items	f	%
a. Durante el día.	0	0
b. Durante el día, exceptuando las horas de sueño.	0	0

c. Durante la práctica de ejercicio físico.	0	0
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	14	100
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que no tienen conocimiento que para mantener el organismo en equilibrio la energía consumida debe ser igual a la utilizada, o sea que las necesidades energéticas diarias han de ser igual al gasto energético total diario. Si se consume más energía de la necesaria se engorda y si se consume por debajo de las necesidades se entra en desnutrición y por ende se adelgaza al utilizar las reservas del organismo.



CUADRO 15

**IDENTIFICA EL TIPO DE DIETA PARA QUE UN ESTUDIANTE
PIERDA SOBREPESO**

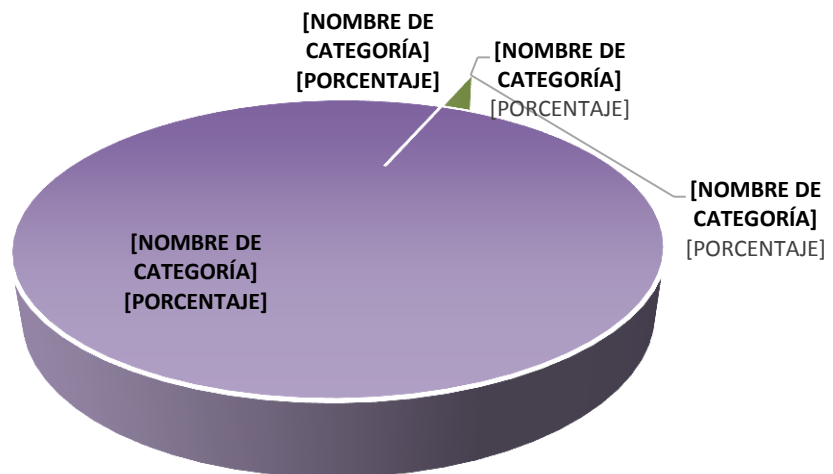
Items	f	%
a. Dieta hipoglucémica y ejercicio físico.	0	0
b. Dieta hipoproteica y ejercicio físico.	0	0
c. Dieta hipocalórica equilibrada y ejercicio físico.	0	0
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	14	100
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que no tienen conocimiento del tipo de dieta a recomendar a un estudiante con sobrepeso.

CUADRO 15
IDENTIFICA EL TIPO DE DIETA PARA QUE UN ESTUDIANTE PIERDA SOBREPESO



CUADRO 16

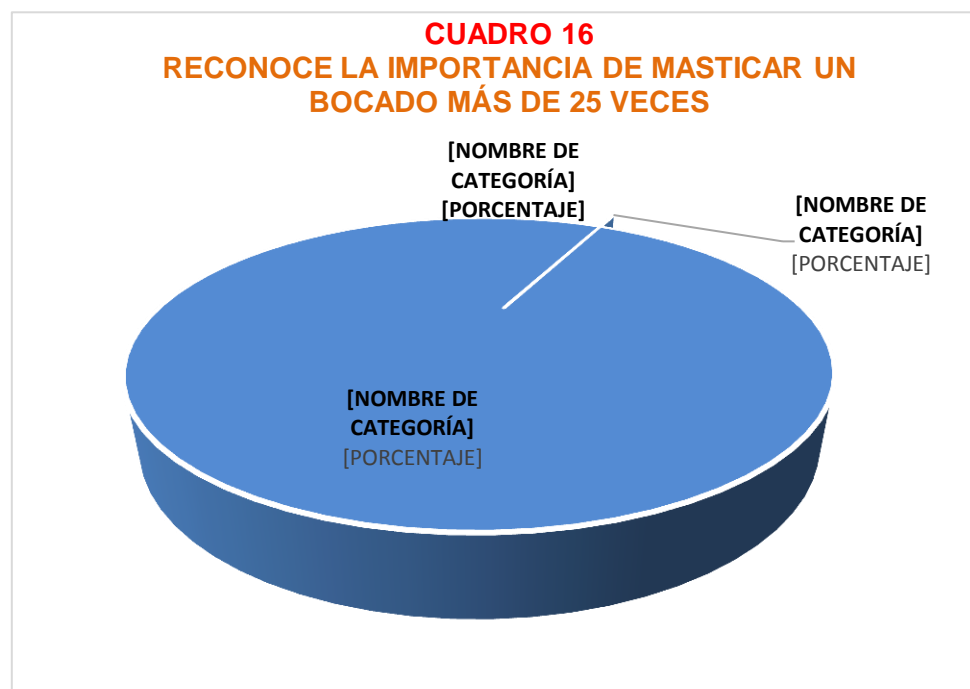
RECONOCE LA IMPORTANCIA DE MASTICAR UN BOCADO MÁS DE 25 VECES

Items	f	%
a. totalmente de acuerdo.	0	0
b. totalmente en desacuerdo.	0	0
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	14	100
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que no tienen conocimiento que una mejor trituración de los alimentos lleva los nutrientes de forma más eficiente hacia el torrente sanguíneo, lo que ayudaría a la secreción hormonal del intestino, los procesos digestivos y



de absorción.

C. IDENTIFICACION DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES:

CUADRO 17

POSEE UN CONOCIMIENTO CLARO DE LA NECESIDAD DEL ORGANISMO DE INGERIR AGUA FRESCA DURANTE EL DIA

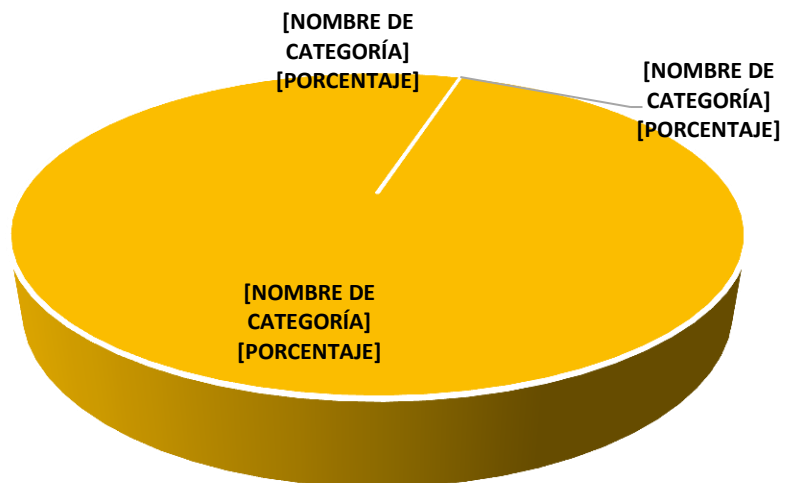
Items	f	%
a. totalmente de acuerdo.	0	0
b. totalmente en desacuerdo.	0	0
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	14	100
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que no tienen conocimiento que el agua regula la temperatura corporal, metaboliza los alimentos y limpia el organismo expulsando impurezas o residuos.

CUADRO 17
POSEE UN CONOCIMIENTO CLARO DE LA NECESIDAD DEL ORGANISMO DE INGERIR AGUA FRESCA DURANTE EL DIA



CUADRO 18
IDENTIFICA CLASES DE ALIMENTOS QUE CONTIENEN VITAMINAS
C

Items	f	%
a. El pan integral.	0	0
b. Los pimientos.	0	0
c. El pescado.	0	0
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	14	100
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que no tienen conocimiento que alimentos conforman las clases de vitaminas.



CUADRO 19
POSEE UN CONOCIMIENTO CLARO DE LAS SUSTANCIAS QUE
APORTAN LAS VITAMINAS A NUESTRO ORGANISMO

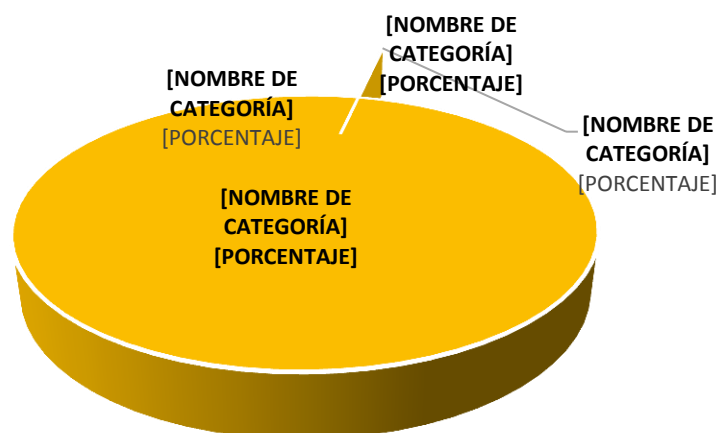
Items	f	%
a. Hay que ingerir la mayor cantidad posible.	0	0
b. Ingeridas en grandes cantidades pueden provocar efectos perjudiciales.	0	0
c. Las hidrosolubles, las podemos adquirir a través del consumo de agua embotellada.	0	0
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	14	100
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que no tienen

CUADRO 19
POSEE UN CONOCIMIENTO CLARO DE LAS
SUSTANCIAS QUE APORTAN LAS VITAMINAS A
NUESTRO ORGANISMO



conocimiento que las vitaminas son necesarias para la regulación de muchas funciones diferentes del cuerpo.

CUADRO 20
POSEEN UN CONOCIMIENTO DE QUE GRASAS NO SE DEBEN
INGERIR EN EXCESO

Items	f	%
a. Grasas mono-insaturadas.	0	0
b. Grasas poli-insaturadas.	0	0
c. Grasas saturadas.	0	0
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	14	100
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que no tienen conocimiento del tipo de grasa dañino para la salud.



CUADRO 21
TIENEN UN CONCEPTO CLARO DE LO QUE SIGNIFICA HACER
UNA DIETA MEDITERRANEA

Items	f	%
a. Consumo diario de carnes rojas.	0	0
b. Elevado consumo de frutas y verduras.	0	0
c. Debe ser combinado con el ejercicio físico.	0	0
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	14	100
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que no está

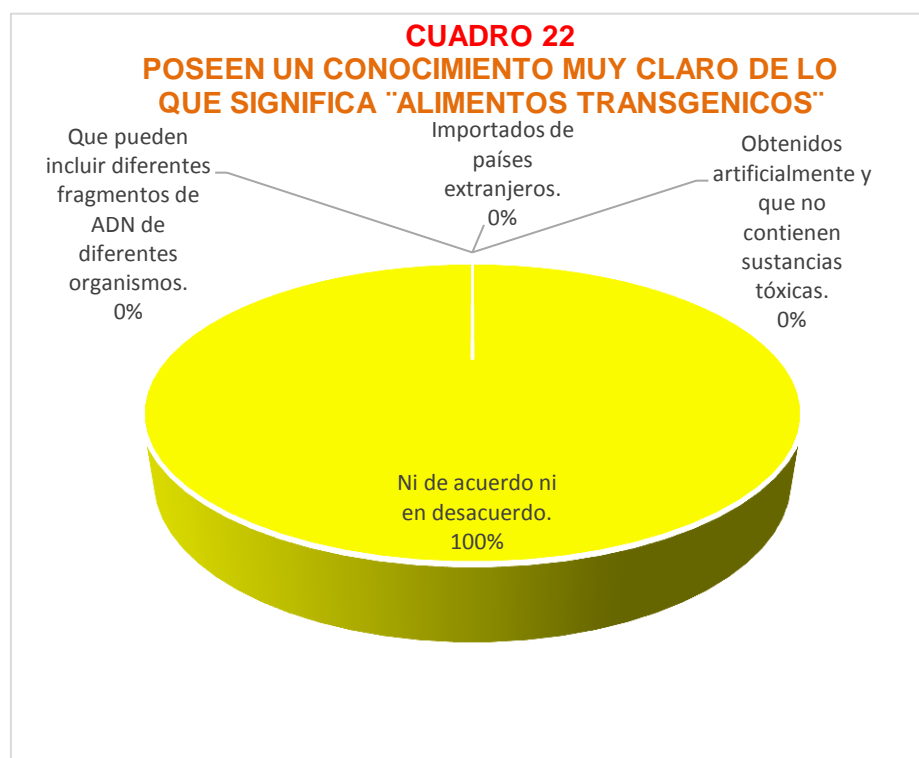


ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que no tienen conocimiento de la característica principal de la dieta mediterránea debe hacerse simultáneamente con el ejercicio físico alrededor de 30 min al día.

CUADRO 22
POSEEN UN CONOCIMIENTO MUY CLARO DE LO QUE SIGNIFICA
"ALIMENTOS TRANSGENICOS"

Items	f	%
a. Importados de países extranjeros.	0	0
b. Que pueden incluir diferentes fragmentos de ADN de diferentes organismos.	0	0
c. Obtenidos artificialmente y que no contienen sustancias tóxicas.	0	0
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	14	100
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.



INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que no está

ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que no tienen conocimiento del significado de alimentos transgénicos.

CUADRO 23
CONOCEN LA IMPORTANCIA DE LA FIBRA ALIMENTARIA EN LA
DIETA ALIMENTICIA

Items	f	%
a. Porque incrementa la digestibilidad de los alimentos.	0	0
b. Porque facilita el tránsito intestinal.	0	0
c. Porque aumenta la absorción de los nutrientes.	0	0
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	14	100
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

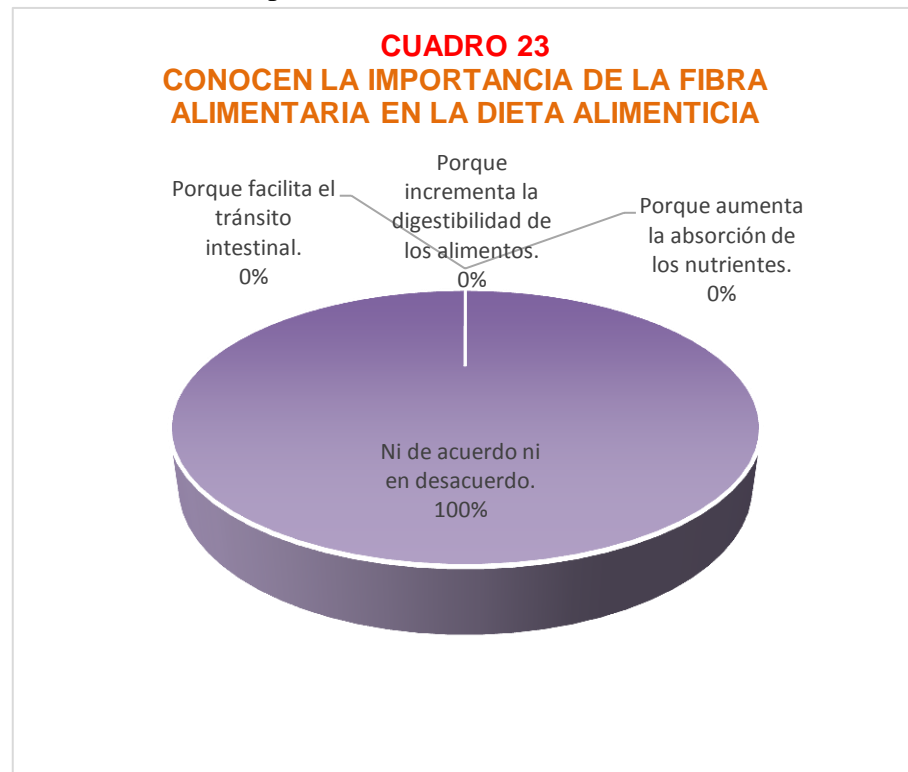
INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que no tienen conocimiento de la importancia que la fibra cumple un papel fundamental en la defecación y en el mantenimiento de la microfibras del colon y además que ayuda a prevenir del estreñimiento.

CUADRO 24
TIENEN CLARIDAD DE LOS BENEFICIOS QUE BRINDAN LOS
ALIMENTOS INTEGRALES AL ORGANISMO DEL ESTUDIANTE

Items	f	%
a. Son bajos en calorías.	0	0
b. Son bajos en azúcar.	0	0
c. Son ricos en fibra alimentaria	0	0
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	14	100
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca



Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

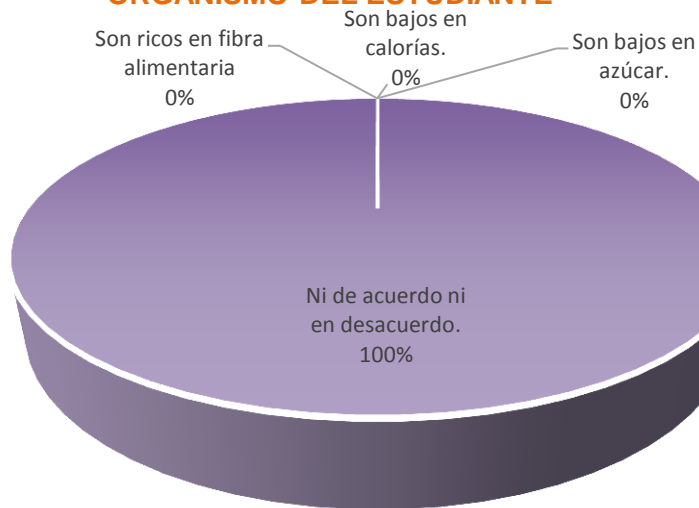
Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que no tienen conocimiento que los alimentos integrales están en su composición de estado natural y que estos no han sido variados por la genética aportando así a la alimentación sana y equilibrada ya que son considerados como fuente de energía y fibra contribuyendo a evitar enfermedades.

D. ALTERACIONES DE LA SALUD RELACIONADOS CON LA ALIMENTACION Y LA NUTRICION:

CUADRO 25
IDENTIFICAN CLARAMENTE TIPOS DE TRASTORNO DEL
COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO

Items	f	%
a. Obesidad y dislipemia (alteración del colesterol y/o triglicéridos).	0	0

CUADRO 24
TIENEN CLARIDAD DE LOS BENEFICIOS QUE
BRINDAN LOS ALIMENTOS INTEGRALES AL
ORGANISMO DEL ESTUDIANTE



b. Anorexia nerviosa y Bulimia nerviosa.	0	0
c. Enfermedad celíaca y dispepsia.	0	0
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	14	100
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

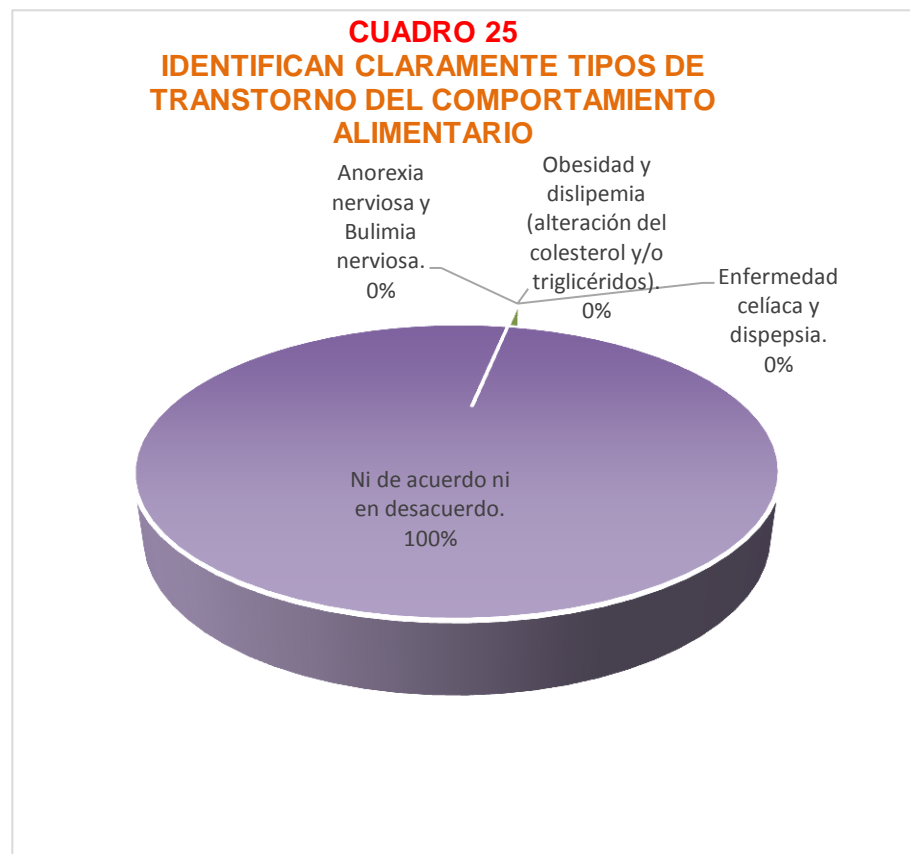
Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que no tienen conocimiento de las causas de los trastornos del comportamiento alimentario.

CUADRO 26
RECONOCEN LA IMPORTANCIA DE INGERIR ALIMENTOS
SALUDABLES PARA OBTENER BUENOS APRENDIZAJES EN LOS
ESTUDIANTES

Items	f	%
a. totalmente de acuerdo.	14	100
b. totalmente en desacuerdo.	0	0
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

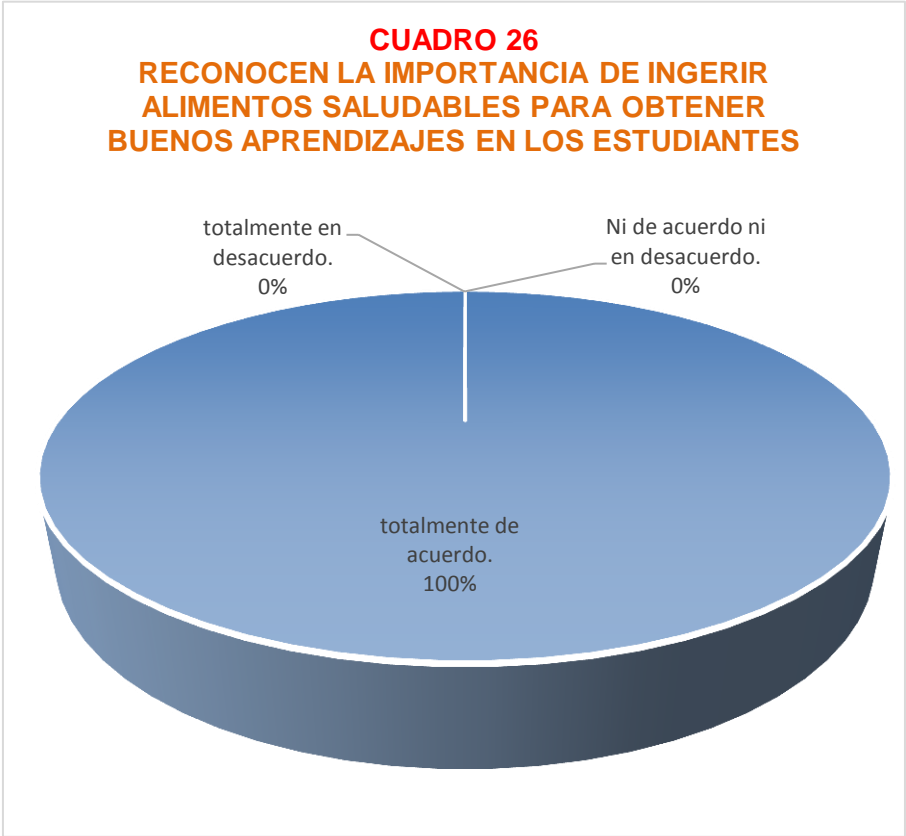
Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN



Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que si está de acuerdo en que la salud depende de la clase de alimentos que se ingieren.

CUADRO 27
NOTIFICAN DE MANERA DETALLADA LAS CAUSAS DE LA
INTOXICACION ALIMENTARIA



Items	f	%
a. Consumo excesivo de alimentos que contienen vitaminas y minerales.	0	0
b. Consumo de alimentos contaminados.	0	0
c. Consumo excesivo de alimentos	0	0

muy condimentados.		
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	14	100
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que no está ni de acuerdo ni en desacuerdo lo cual significa que no tienen conocimiento que la intoxicación alimentaria se da cuando uno ingiere alimento o agua que contiene bacterias, parásitos o virus o toxinas producidas por estos microorganismos.

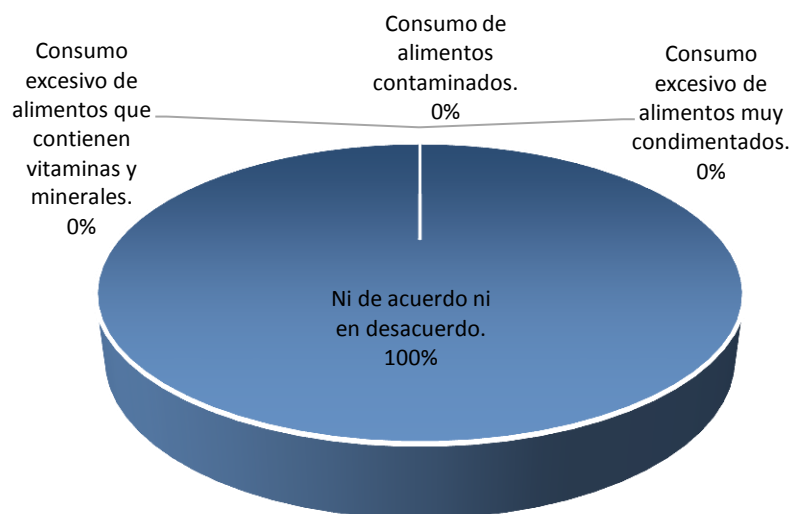
II. AREA PSICOLOGICA

CUADRO 28

DOCENTES SE MUESTRAN MOTIVADOS PARA IDENTIFICAR, NOTIFICAR Y ASESORAR SOBRE EL ESTADO NUTRICIONAL DE SUS ESTUDIANTES

Items	f	%
-------	---	---

CUADRO 27 NOTIFICAN DE MANERA DETALLADA LAS CAUSAS DE LA INTOXICACION ALIMENTARIA



a. totalmente de acuerdo.	0	0
b. totalmente en desacuerdo.	14	100
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% señala que no se sienten motivados para asesorar, lo que implica que es un factor importante la desmotivación hacia el estado nutricional lo que origina que no exista una actitud profesional hacia la identificación y notificación de estudiantes que padecen desconcentración y bajos rendimientos académicos.

CUADRO 29

DOCENTES SE SIENTEN CAPACITADOS PARA ENSEÑAR



NUTRICION Y PROPICIAR LOS BUENOS HABITOS ALIMENTICIOS EN SU COMUNIDAD EDUCATIVA

Items	f	%
-------	---	---

a. totalmente de acuerdo.	0	0
b. totalmente en desacuerdo.	14	100
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% de los encuestados señala que está totalmente en desacuerdo por motivos que no tienen el conocimiento adecuado de cómo hacerlo. Esto refleja que la Institución educativa no tiene los docentes adecuados para propiciar el buen hábito alimenticio.



III. AREA POLITICA

CUADRO 30

**LA INSTITUCION EDUCATIVA APUESTA POR LA CALIDAD EN
NUTRICION QUE DEBEN POSEER SUS ESTUDIANTES PARA
LOGRAR APRENDIZAJES DE CALIDAD**

Items	f	%
a. totalmente de acuerdo.	0	0
b. totalmente en desacuerdo.	14	100
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% de los encuestados señala que está totalmente en desacuerdo lo cual evidencia que hasta la fecha la Institución educativa no le interesa el estado nutricional de los estudiantes,



3.1.2. Análisis y discusión del post test (segunda encuesta) a los docentes de la Institución Educativa N° 11502 "Inca Garcilaso de la Vega" para

determinar sus niveles de preparación y motivación en la identificación y notificación del estado nutricional de sus estudiantes.

I. AREA PEDAGOGICA.-

A. CONOCIMIENTO DE HABITOS ALIMENTICIOS.-

CUADRO 01

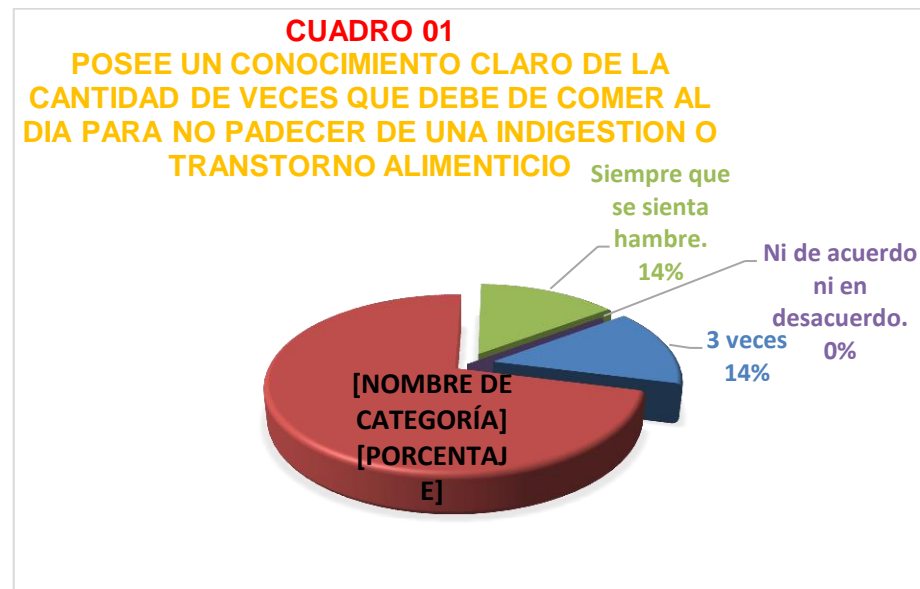
POSEE UN CONOCIMIENTO CLARO DE LA CANTIDAD DE VECES QUE DEBE DE COMER AL DIA PARA NO PADECER DE UNA INDIGESTION O TRANSTORNO ALIMENTICIO

Items	f	%
a. 3 veces.	2	14
b. De 3 a 5 veces	10	72
c. Siempre que se sienta hambre.	2	14
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 72% de los encuestados manifiesta que debería de comer entre 3 a 5 veces lo cual evidencia que posee un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



CUADRO 02

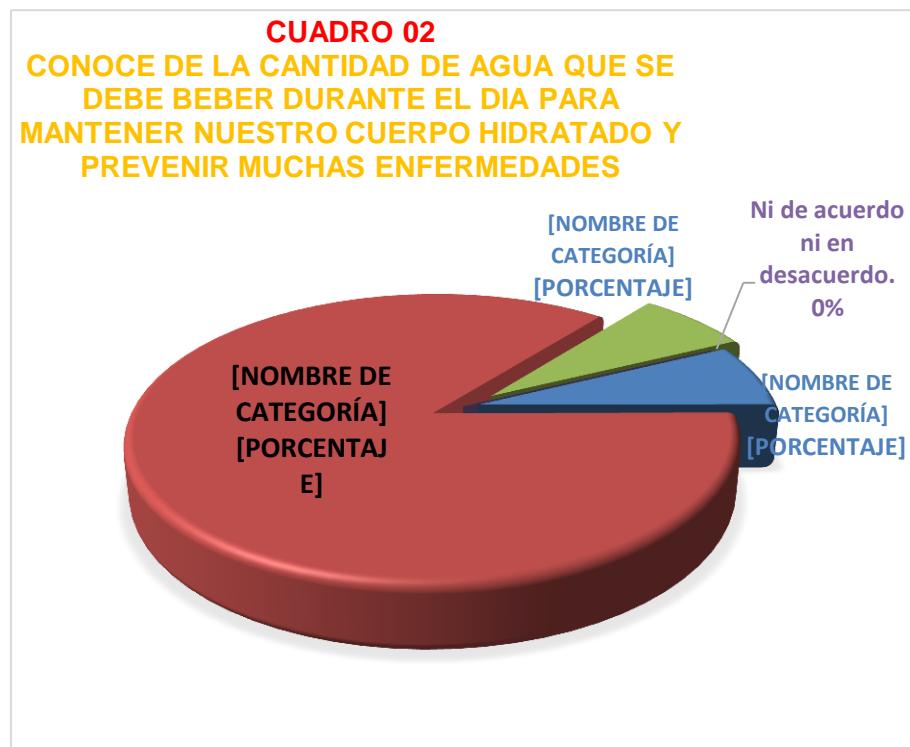
**CONOCE DE LA CANTIDAD DE AGUA QUE SE DEBE BEBER
DURANTE EL DIA PARA MANTENER NUESTRO CUERPO
HIDRATADO Y PREVENIR MUCHAS ENFERMEDADES**

Items	f	%
a. Menos de un litro.	1	7
b. Entre 1 o 2 litros, sea invierno o verano.	12	86
c. Entre 1 y 2 litros, pero solo en verano.	1	7
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86% de los encuestados manifiesta que debería beber entre 1 o 2 litros de agua durante el día, lo cual significa que conocen los beneficios que brinda el beber agua para la buena digestión y el buen funcionamiento de nuestro organismo; lo cual repercute en la calidad del proceso de enseñanza y aprendizaje que debe brindar a sus estudiantes.



CUADRO 03

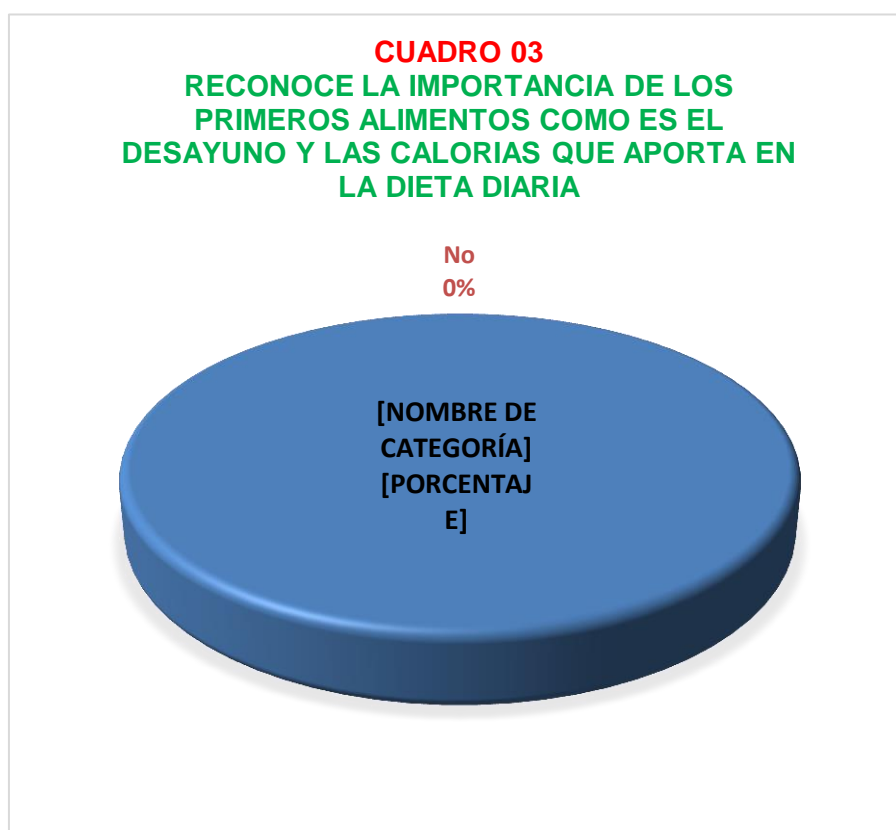
**RECONOCE LA IMPORTANCIA DE LOS PRIMEROS ALIMENTOS
COMO ES EL DESAYUNO Y LAS CALORIAS QUE APORTA EN LA
DIETA DIARIA**

Items	f	%
a. Si	14	100
b. No	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

El total de los encuestados manifiesta que sí reconocen la importancia de tomar su desayuno por la cantidad de nutrientes que aporta al organismo lo cual evidencia que posee un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



CUADRO 04

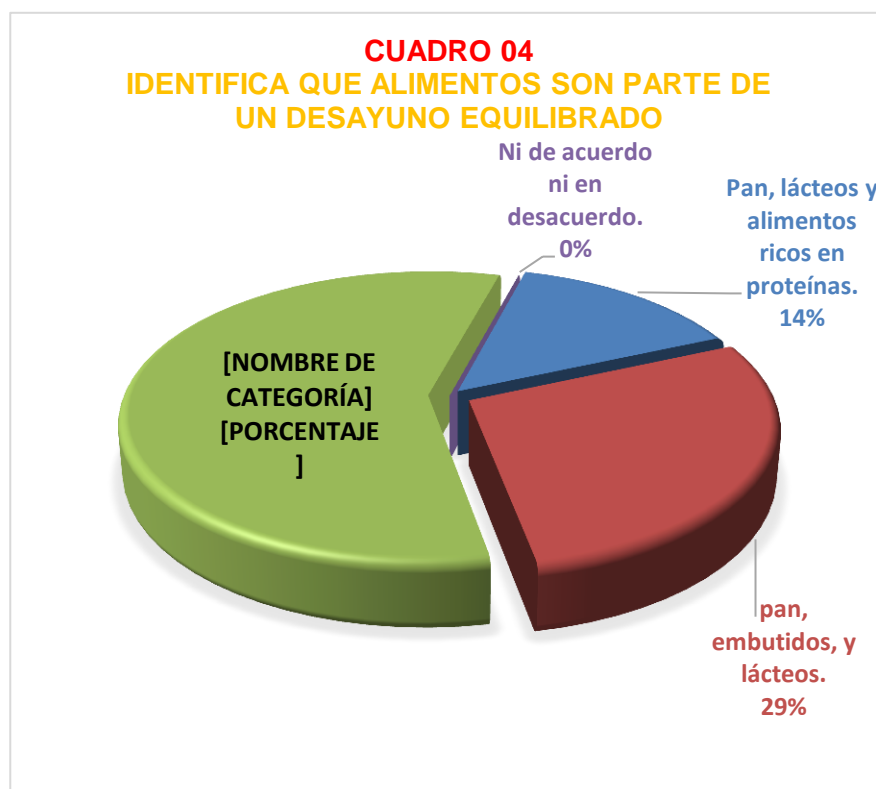
IDENTIFICA QUE ALIMENTOS SON PARTE DE UN DESAYUNO EQUILIBRADO

Items	f	%
a. Pan, lácteos y alimentos ricos en proteínas.	2	14
b. pan, embutidos, y lácteos.	4	29
c. lácteos, frutas y alimentos ricos en proteínas.	8	57
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

El 57% de los encuestados manifiesta que sí identifican los alimentos para un desayuno equilibrado y que este ayuda a mantener el equilibrio nutricional a lo largo del día y que además ayuda a prevenir el riesgo de sufrir problemas de obesidad y sobrepeso, poniendo en evidencia que posee un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



CUADRO 05

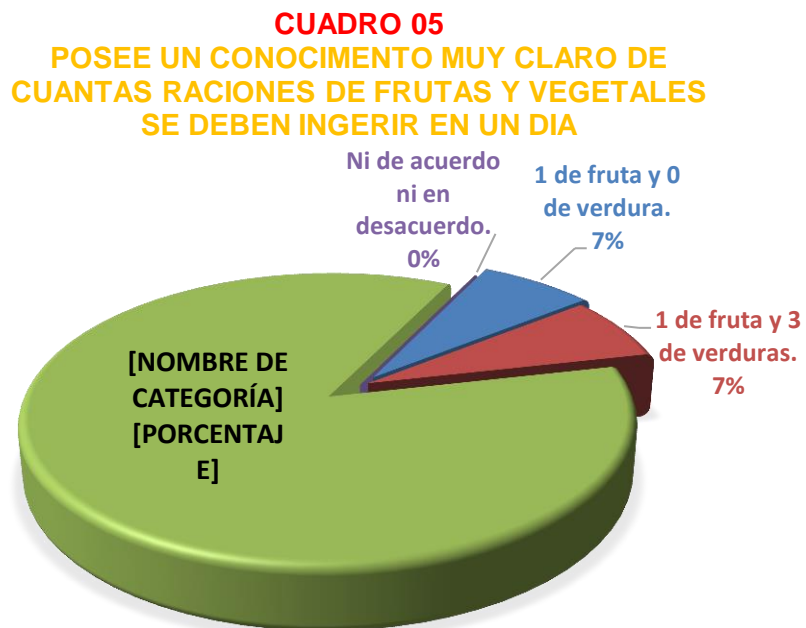
**POSEE UN CONOCIMIENTO MUY CLARO DE CUANTAS RACIONES
DE FRUTAS Y VEGETALES SE DEBEN INGERIR EN UN DIA**

Items	f	%
a. 1 de fruta y 0 de verdura.	1	7
b. 1 de fruta y 3 de verduras.	1	7
c. 3 de frutas y 3 de verduras.	12	86
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86% de los encuestados manifiesta que las raciones deberían ser 3 de 3 iguales lo cual significa que tienen un conocimiento más claro que las verduras junto a las frutas son los alimentos que más agua proporcionan al cuerpo y que además ayudan en el crecimiento y desarrollo del organismo de los estudiantes.



CUADRO 06

**PROPONE QUE ALIMENTOS PUEDEN APORTAR ENERGÍAS AL
ORGANISMO SEGÚN SUS ELEMENTOS NUTRIMENTALES**

Items	f	%
a. Si	14	100
b. No	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

El total de los encuestados manifiesta que si identifican los alimentos que aportan energías al organismo, poniendo en evidencia que posee un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.

CUADRO 06
**PROPONE QUE ALIMENTOS PUEDEN APORTAR
ENERGÍAS AL ORGANISMO SEGÚN SUS
ELEMENTOS NUTRIMENTALES**



CUADRO 07

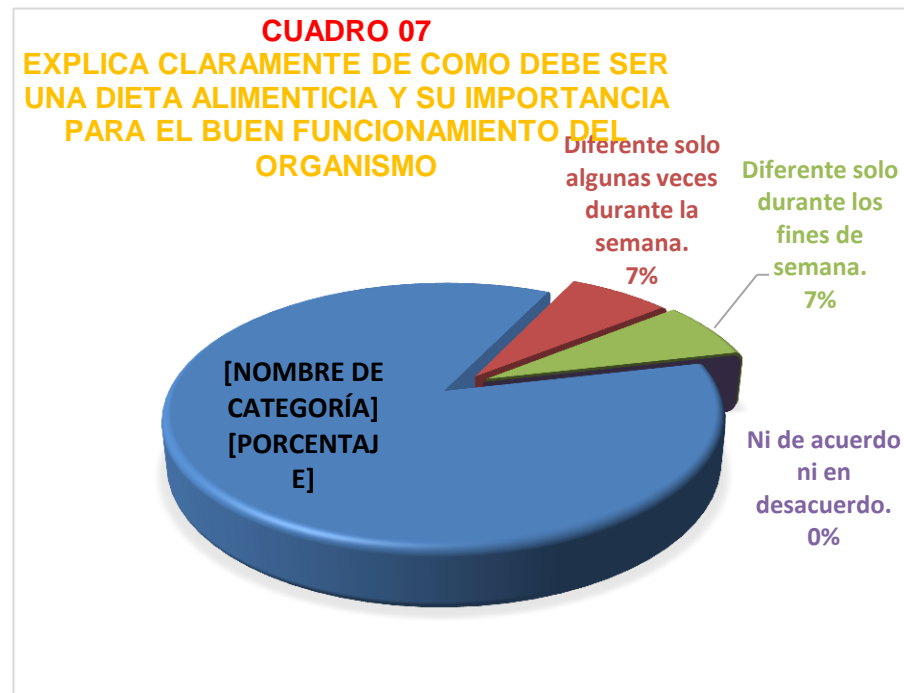
**EXPLICA CLARAMENTE DE COMO DEBE SER UNA DIETA
ALIMENTICIA Y SU IMPORTANCIA PARA EL BUEN
FUNCIONAMIENTO DEL ORGANISMO**

Items	f	%
a. Diferente cada día.	12	86
b. Diferente solo algunas veces durante la semana.	1	7
c. Diferente solo durante los fines de semana.	1	7
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86% de los encuestados manifiesta que una dieta alimenticia debe ser diferente cada día porque aporta nutrientes y energía para mantener las funciones del organismo en un contexto de buena salud física y mental, poniendo en evidencia que posee un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



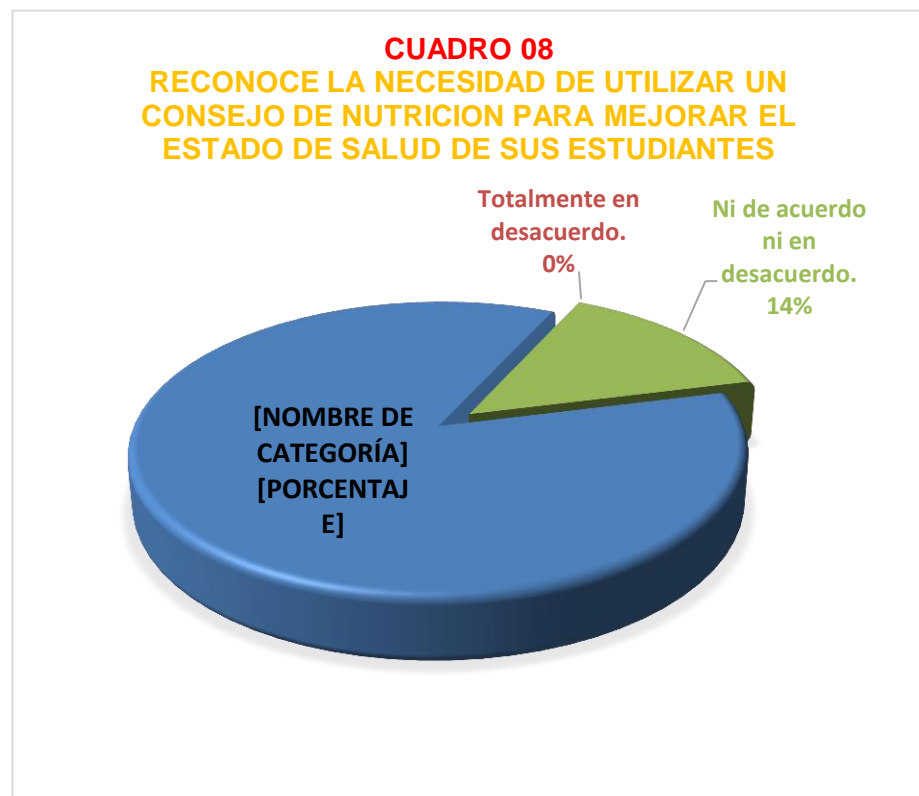
CUADRO 08
RECONOCE LA NECESIDAD DE UTILIZAR UN CONSEJO DE
NUTRICION PARA MEJORAR EL ESTADO DE SALUD DE SUS
ESTUDIANTES

Items	f	%
a. Totalmente de acuerdo.	12	86
b. Totalmente en desacuerdo.	0	0
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	2	14
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86% de los encuestados manifiesta que está totalmente de acuerdo en recibir, indagar y poner en práctica consejos de nutrición que ayuden a mejorar el estado de salud física y mental de sus estudiantes.



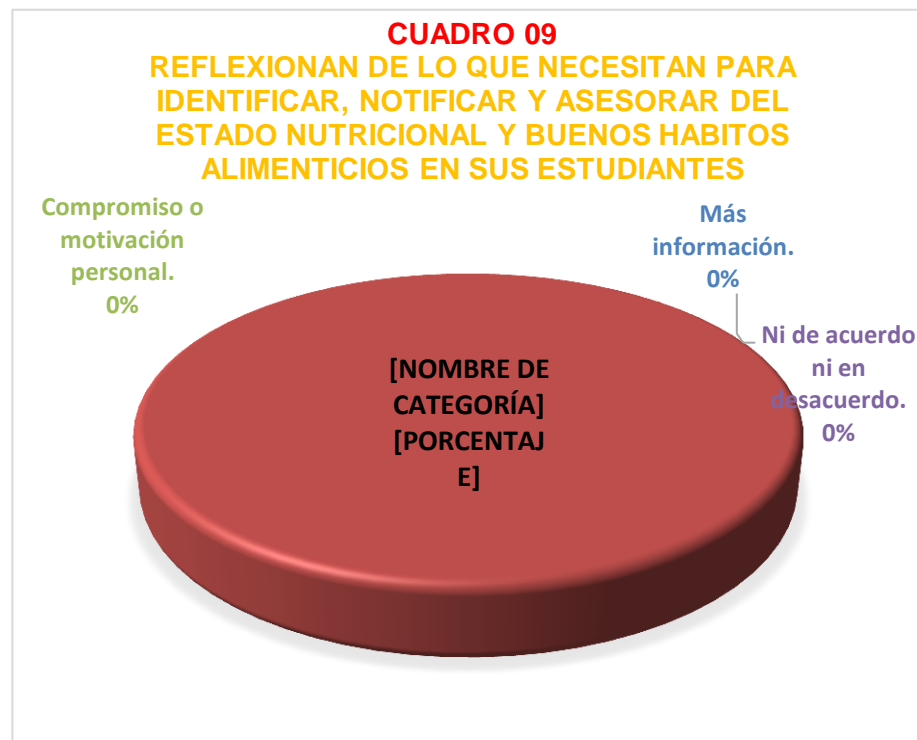
CUADRO 09
REFLEXIONAN DE LO QUE NECESITAN PARA IDENTIFICAR,
NOTIFICAR Y ASESORAR DEL ESTADO NUTRICIONAL Y BUENOS
HABITOS ALIMENTICIOS EN SUS ESTUDIANTES

Items	f	%
a. Más información.	0	0
b. Apoyo social	14	100
c. Compromiso o motivación personal.	0	0
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E Nº 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

El total de los encuestados manifiesta que necesitan un apoyo social ya sea del estado o de alguna ONG para que les brinde capacitaciones que les ayude a fortalecer sus aprendizajes y esto les permita mejorar la identificación, notificación y asesoramiento sobre el estado nutricional de cada uno de sus estudiantes.



B. NOTIFICACION DEL ESTADO NUTRICIONAL:

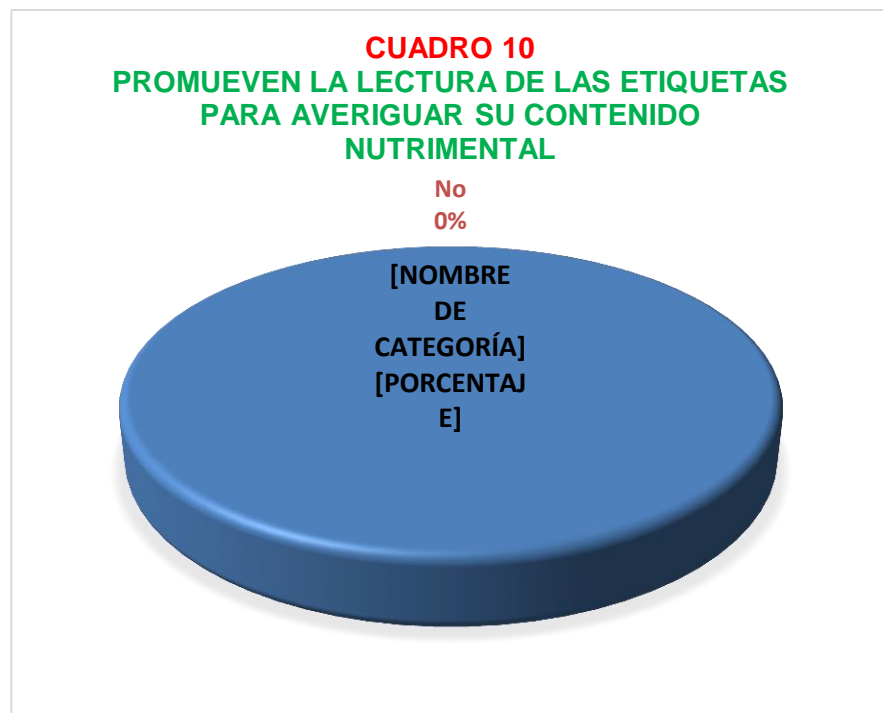
CUADRO 10
PROMUEVEN LA LECTURA DE LAS ETIQUETAS PARA
AVERIGUAR SU CONTENIDO NUTRIMENTAL

Items	f	%
a. Si	14	100
b. No	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E Nº 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

El total de los encuestados manifiesta que promueve la lectura de las etiquetas de alimentos en envases porque los alimentos empacados llevan una etiqueta con información sobre nutrición que incluye el contenido de grasas, poniendo en evidencia que poseen un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



CUADRO 11**IDENTIFICAN CLARAMENTE EL INDICE DE LA MASA CORPORAL**

Items	f	%
a. En las personas con obesidad varía de 25 a 30.	0	0
b. Permite estimar el grado de obesidad.	2	14
c. Permite calcular la composición corporal.	12	86
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86% de los encuestados manifiestan que el índice de la masa corporal les permite averiguar el estado de salud que se encuentra el estudiante y reconocen que el IMC guarda relación existente entre el peso y la talla y que a la vez sirve para identificar el sobrepeso y obesidad.



CUADRO 12
NOTIFICACION DE UN ESTUDIANTE CON SOBREPESO

Items	f	%
a. No tiene el peso ideal para su altura.	14	100
b. Si su IMC es superior a 30.	0	0
c. Si su IMC está entre 25 y 30.	0	0
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

El total de los docentes encuestados manifiesta poseer la habilidad para notificar cuando un estudiante esta con sobre peso, lo cual pone en evidencia que poseen un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



CUADRO 13
BRINDA ASESORAMIENTO A SUS ESTUDIANTE DE ACUERDO A
SUS NECESIDADES ENERGETICAS

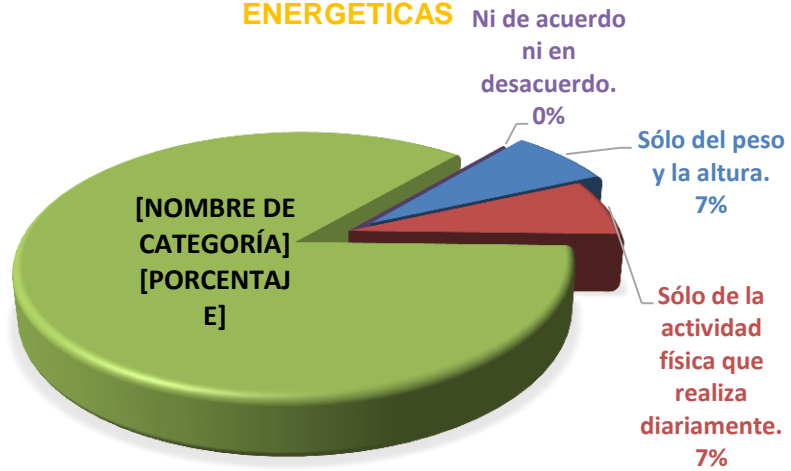
Items	f	%
a. Sólo del peso y la altura.	1	7
b. Sólo de la actividad física que realiza diariamente.	1	7
c. Del peso, la altura, la edad y la actividad física.	12	86
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86% de los encuestados manifiestan que las necesidades energéticas de sus estudiantes dependen de su peso, su altura, su edad y de su actividad física lo cual significa que poseen conocimiento más amplio porque las necesidades energéticas dependen del metabolismo basal, la actividad física y del crecimiento tisular.

CUADRO 13
BRINDA ASESORAMIENTO A SUS ESTUDIANTE
DE ACUERDO A SUS NECESIDADES
ENERGETICAS



CUADRO 14
CONOCIMIENTO DEL CONSUMO ENERGETICO DEL ORGANISMO

Items	f	%
a. Durante el día.	12	86
b. Durante el día, exceptuando las horas de sueño.	1	7
c. Durante la práctica de ejercicio físico.	1	7
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86 % de los encuestados manifiestan que el consumo energético diario indica la energía consumida durante el día y esto es muy cierto porque para mantener el organismo en equilibrio la energía consumida debe ser igual a la utilizada, o sea que las necesidades energéticas diarias han de ser igual al gasto energético total diario. Si se consume más energía de la necesaria se engorda y si se consume por debajo de las necesidades se entra en desnutrición y por ende se adelgaza al utilizar las reservas del organismo, lo cual pone en evidencia que poseen un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



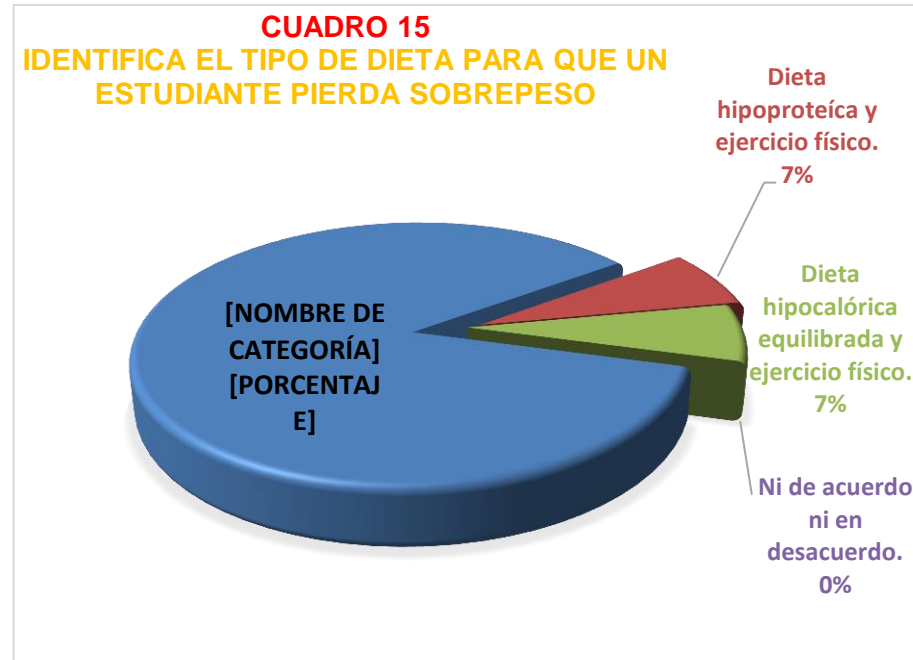
CUADRO 15
IDENTIFICA EL TIPO DE DIETA PARA QUE UN ESTUDIANTE
PIERDA SOBREPESO

Items	f	%
a. Dieta hipoglucémica y ejercicio físico.	12	86
b. Dieta hipoproteica y ejercicio físico.	1	7
c. Dieta hipocalórica equilibrada y ejercicio físico.	1	7
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86% de los encuestados manifiesta que el tipo de dieta recomendable para perder peso es la dieta hipoglucémica y ejercicio físico, lo cual pone en evidencia que poseen un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



CUADRO 16
RECONOCE LA IMPORTANCIA DE MASTICAR UN BOCADO MÁS DE 25 VECES

Items	f	%
a. totalmente de acuerdo.	14	100
b. totalmente en desacuerdo.	0	0
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que están totalmente de acuerdo con que la masticación por cada bocado debe darse más de 25 veces lo cual significa que poseen un conocimiento más amplio; ya que esto debe darse para una mejor trituración de los alimentos porque de esta manera se lleva los nutrientes de forma más eficiente hacia el torrente sanguíneo, lo que ayudaría a la secreción hormonal del intestino, los procesos digestivos y de absorción, lo cual pone en evidencia que poseen un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



C. IDENTIFICACION DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES:

CUADRO 17

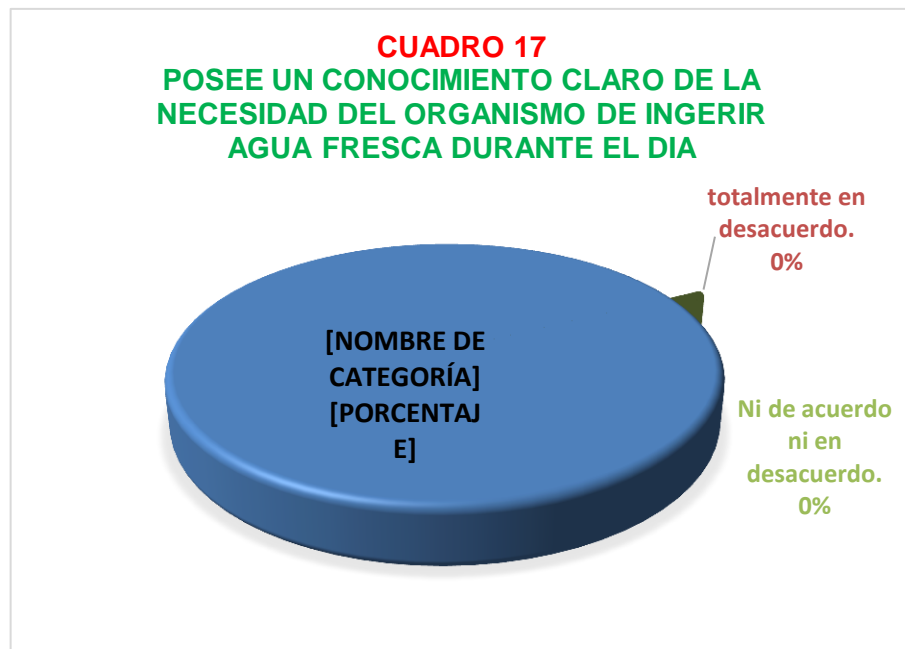
**POSEE UN CONOCIMIENTO CLARO DE LA NECESIDAD DEL
ORGANISMO DE INGERIR AGUA FRESCA DURANTE EL DIA**

Items	f	%
a. totalmente de acuerdo.	14	100
b. totalmente en desacuerdo.	0	0
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que están totalmente de acuerdo porque el agua regula la temperatura corporal, metaboliza los alimentos y limpia el organismo expulsando impurezas o residuos, lo cual pone en evidencia que poseen un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



CUADRO 18

IDENTIFICA CLASES DE ALIMENTOS QUE CONTIENEN VITAMINAS

C

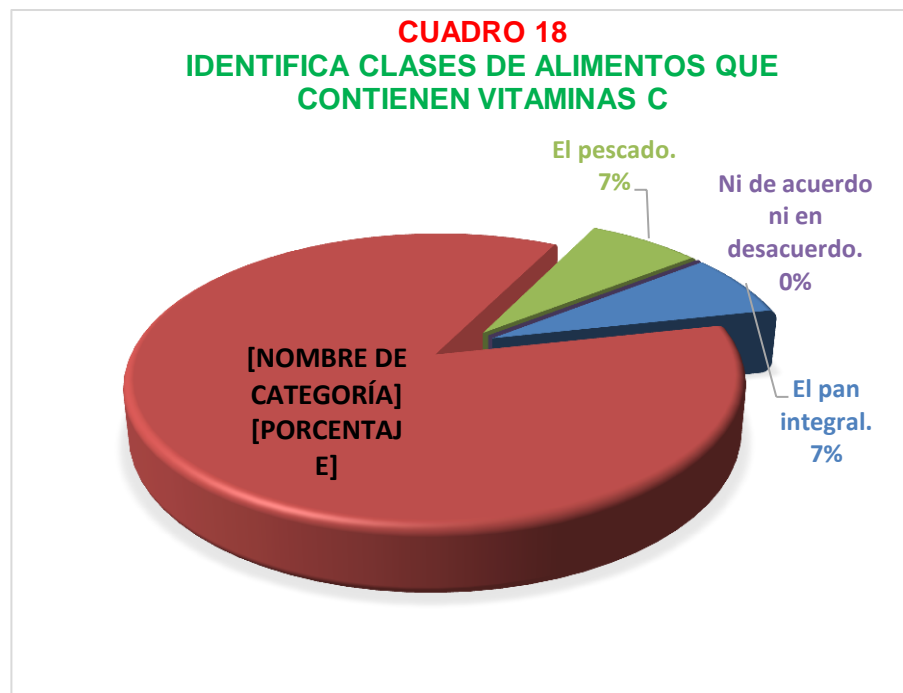
Items	f	%
a. El pan integral.	1	7
b. Los pimientos.	12	86
c. El pescado.	1	7

d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86% de los encuestados manifiesta conocer los tipos de alimentos que poseen vitamina C, lo cual pone en evidencia que poseen un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



CUADRO 19
POSEE UN CONOCIMIENTO CLARO DE LAS SUSTANCIAS QUE APORTAN LAS VITAMINAS A NUESTRO ORGANISMO

Items	f	%
a. Hay que ingerir la mayor cantidad posible.	9	64

b. Ingeridas en grandes cantidades pueden provocar efectos perjudiciales.	4	29
c. Las hidrosolubles, las podemos adquirir a través del consumo de agua embotellada.	1	7
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 64% de los encuestados manifiesta que hay que ingerir la mayor cantidad posible de vitaminas porque de estas sustancias necesita nuestro organismo para la regulación de muchas funciones diferentes del cuerpo, lo cual pone en evidencia que poseen un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



CUADRO 20

POSEEN UN CONOCIMIENTO DE QUE GRASAS NO SE DEBEN INGERIR EN EXCESO

Ítems	f	%
a. Grasas mono-insaturadas.	1	7
b. Grasas poli-insaturadas.	1	7

c. Grasas saturadas.	12	86
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86% de los encuestados manifiesta que el consumo de las grasas saturadas en exceso no son adecuadas para el organismo, lo cual pone en evidencia que poseen un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



CUADRO 21
TIENEN UN CONCEPTO CLARO DE LO QUE SIGNIFICA HACER UNA DIETA MEDITERRANEA

Items	f	%
a. Consumo diario de carnes rojas.	0	0
b. Elevado consumo de frutas y verduras.	3	21
c. Debe ser combinado con el ejercicio físico.	11	79
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 79% de los encuestados manifiesta que la dieta mediterránea se diferencia de las demás por que esta debe de hacerse simultáneamente con el ejercicio físico alrededor de 30 min al día, lo cual pone en evidencia que poseen un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



CUADRO 22

**POSEEN UN CONOCIMIENTO MUY CLARO DE LO QUE SIGNIFICA
"ALIMENTOS TRANSGENICOS"**

Items	f	%
a. Importados de países extranjeros.	1	7
b. Que pueden incluir diferentes fragmentos de ADN de diferentes organismos.	12	86
c. Obtenidos artificialmente y que no contienen sustancias tóxicas.	1	7
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86% de los encuestados indican que significado tiene consumir un alimento transgénicos, lo cual pone en evidencia que poseen un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



CUADRO 23
CONOCEN LA IMPORTANCIA DE LA FIBRA ALIMENTARIA EN LA
DIETA ALIMENTICIA

Items	f	%
a. Porque incrementa la digestibilidad de los alimentos.	1	7
b. Porque facilita el tránsito intestinal.	12	86
c. Porque aumenta la absorción de los nutrientes.	1	7
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86% de los encuestados manifiesta conocer el papel fundamental que cumple la fibra alimentaria en nuestro organismo como es en el caso de la defecación y en el mantenimiento de la microfibra del colon y además que ayuda a prevenir del estreñimiento, lo cual pone en evidencia que poseen un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



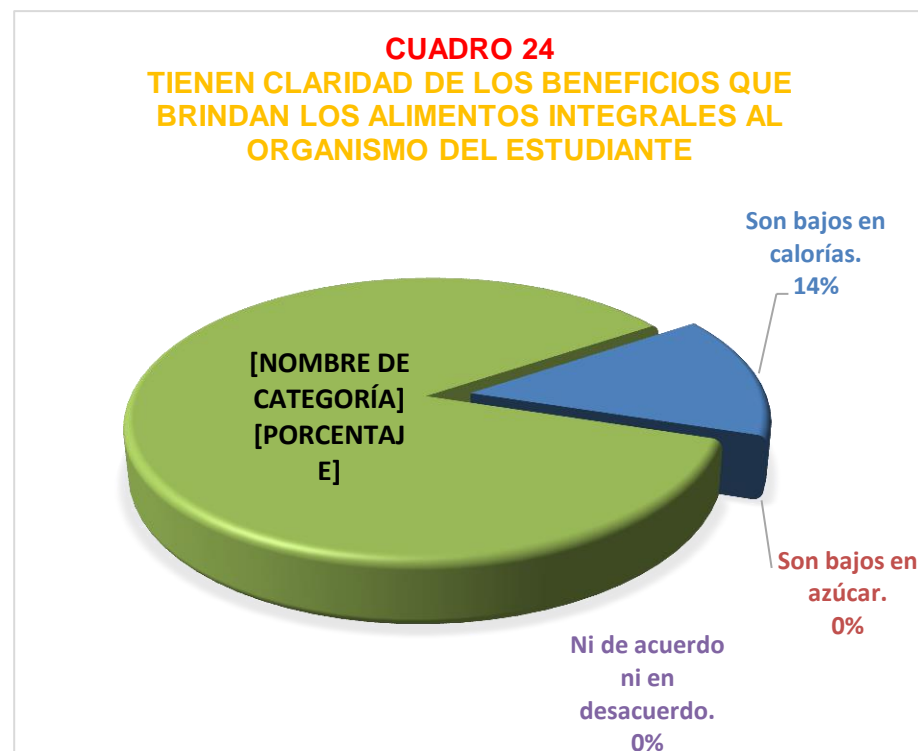
CUADRO 24
TIENEN CLARIDAD DE LOS BENEFICIOS QUE BRINDAN LOS
ALIMENTOS INTEGRALES AL ORGANISMO DEL ESTUDIANTE

Items	f	%
a. Son bajos en calorías.	2	14
b. Son bajos en azúcar.	0	0
c. Son ricos en fibra alimentaria	12	86
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86% de los encuestados manifiesta la importancia de consumir alimentos integrales ya que estos están en su composición de estado natural y que estos no han sido variados por la genética aportando así a la alimentación sana y equilibrada ya que son considerados como fuente de energía y fibra contribuyendo a evitar enfermedades, lo cual pone en evidencia que poseen un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



D. ALTERACIONES DE LA SALUD RELACIONADOS CON LA ALIMENTACION Y LA NUTRICION:

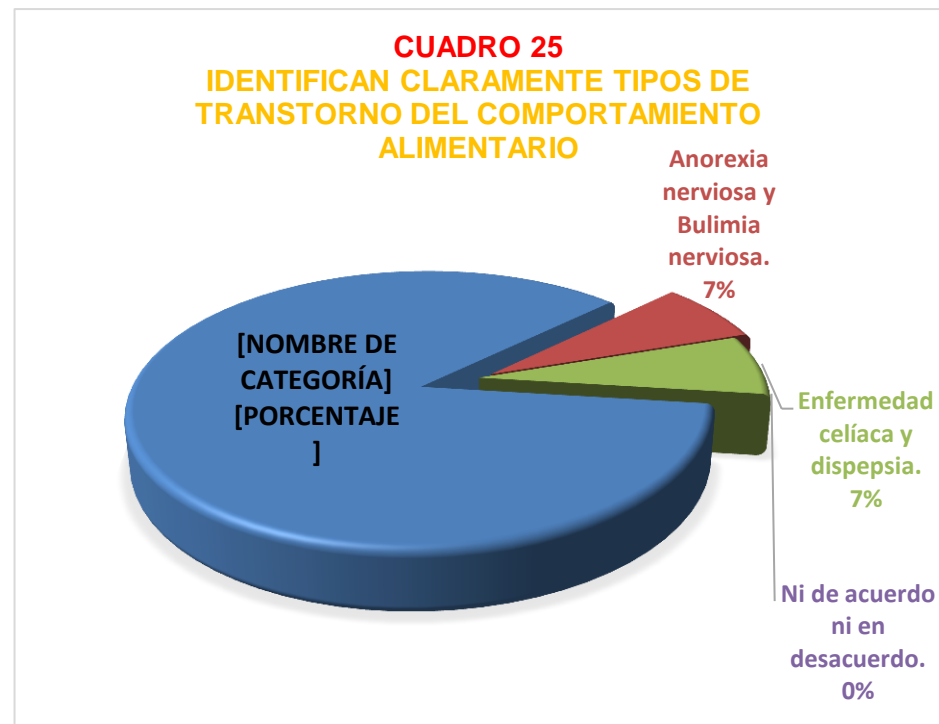
CUADRO 25
IDENTIFICAN CLARAMENTE TIPOS DE TRANSTORNO DEL
COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO

Items	f	%
a. Obesidad y dislipemia (alteración del colesterol y/o triglicéridos).	12	86
b. Anorexia nerviosa y Bulimia nerviosa.	1	7
c. Enfermedad celíaca y dispepsia.	1	7
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E Nº 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86% de los encuestados identifican claramente los tipos de trastorno del comportamiento alimenticio lo cual pone en evidencia que poseen un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



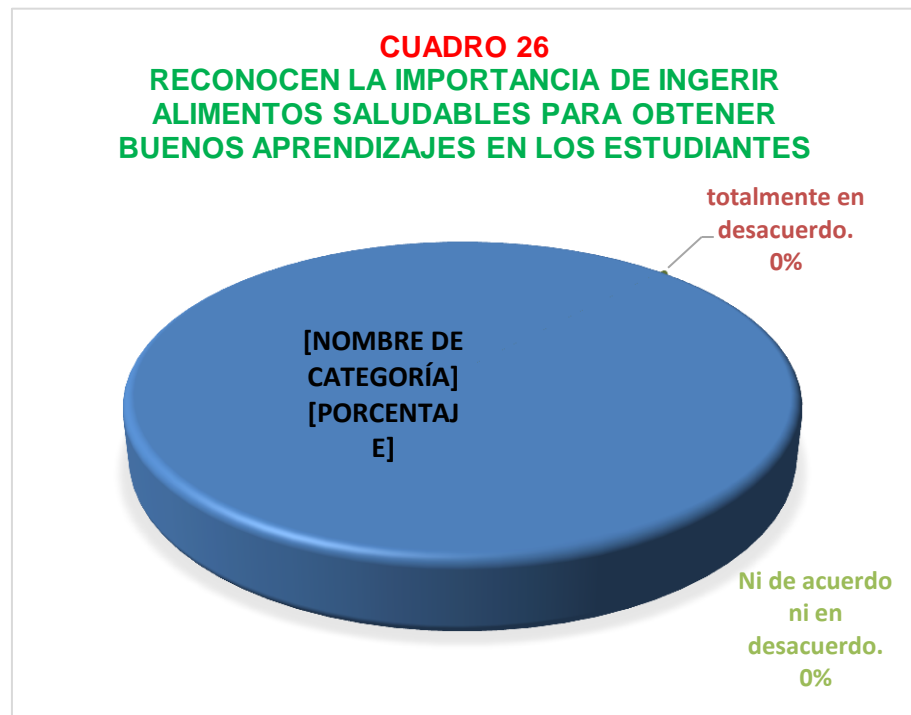
CUADRO 26
RECONOCEN LA IMPORTANCIA DE INGERIR ALIMENTOS
SALUDABLES PARA OBTENER BUENOS APRENDIZAJES EN LOS
ESTUDIANTES

Items	f	%
a. totalmente de acuerdo.	14	100
b. totalmente en desacuerdo.	0	1
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	1
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que la buena alimentación es la fuente para una vida saludable y que de esta depende, el aprendizaje optimo del estudiante, lo cual pone en evidencia que poseen un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



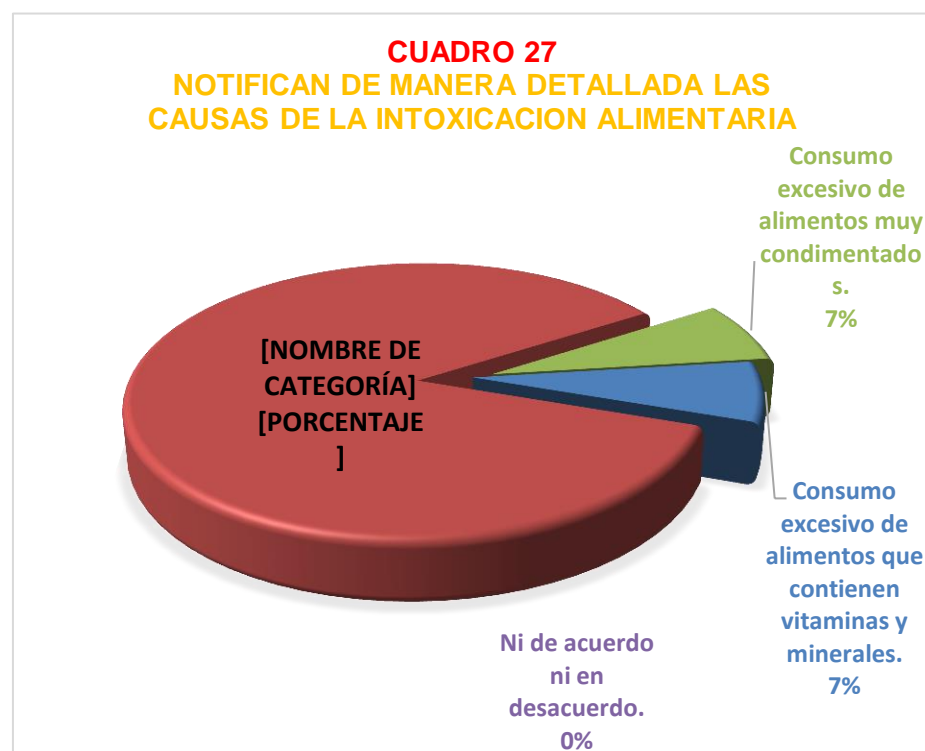
CUADRO 27
NOTIFICAN DE MANERA DETALLADA LAS CAUSAS DE LA
INTOXICACION ALIMENTARIA

Items	f	%
a. Consumo excesivo de alimentos que contienen vitaminas y minerales.	1	7
b. Consumo de alimentos contaminados.	12	86
c. Consumo excesivo de alimentos muy condimentados.	1	7
d. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86% de los encuestados manifiesta conocer las causas del porque la intoxicación al consumir un alimento; ya que esta se da cuando uno ingiere alimento o agua que contiene bacterias, parásitos, virus o toxinas producidas por estos microorganismos, lo cual pone en evidencia que poseen un conocimiento más claro para ponerlo en práctica al momento de identificar el estado nutricional de sus estudiantes.



II. AREA PSICOLOGICA

CUADRO 28

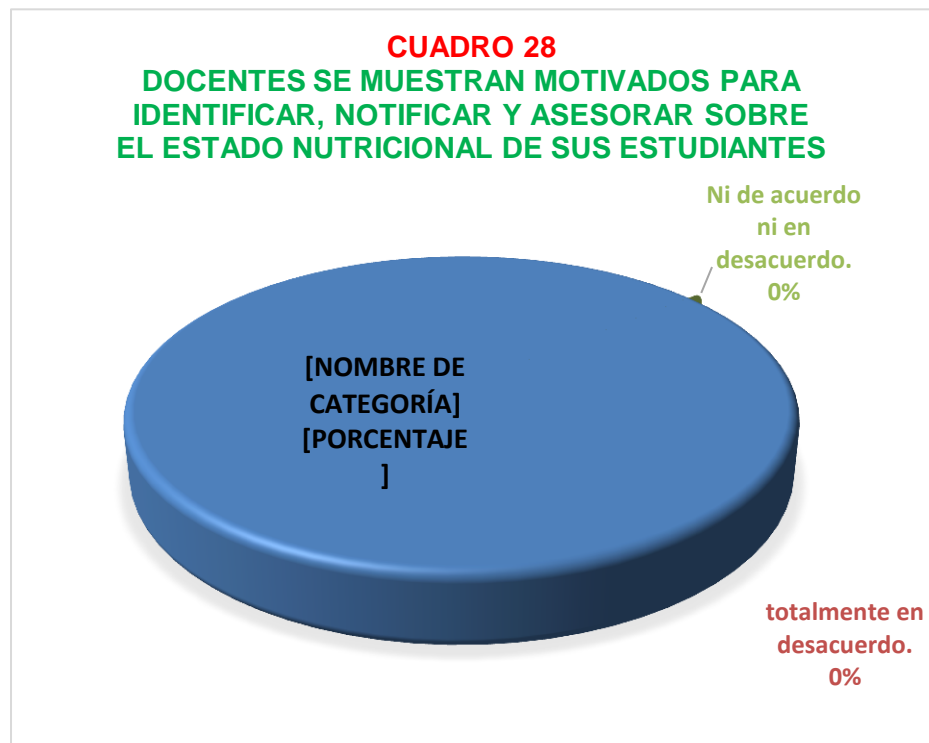
DOCENTES SE MUESTRAN MOTIVADOS PARA IDENTIFICAR, NOTIFICAR Y ASESORAR SOBRE EL ESTADO NUTRICIONAL DE SUS ESTUDIANTES

Items	f	%
a. totalmente de acuerdo.	14	100
b. totalmente en desacuerdo.	0	0
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% que es el total de los encuestados manifiestan que se encuentran motivados para identificar las causas de la desconcentración y bajos rendimientos de aprendizaje, lo que implica que es una buena actitud para la identificación y notificación del estado nutricional de los estudiantes.



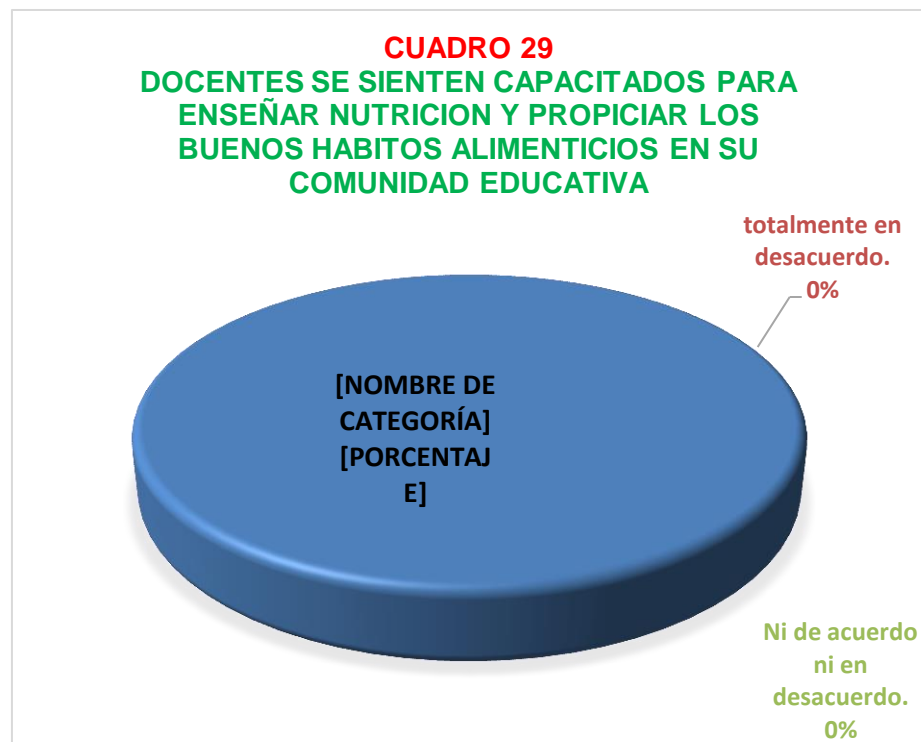
CUADRO 29
DOCENTES SE SIENTEN CAPACITADOS PARA ENSEÑAR
NUTRICION Y PROPICIAR LOS BUENOS HABITOS ALIMENTICIOS
EN SU COMUNIDAD EDUCATIVA

Items	f	%
a. totalmente de acuerdo.	14	100
b. totalmente en desacuerdo.	0	0
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 100% que viene a ser el total de los encuestados manifiesta que poseen un conocimiento más claro de cómo identificar el estado nutricional de sus estudiantes. Esto refleja que la Institución educativa cuenta con docentes adecuados para propiciar el buen hábito alimenticio.



III. AREA POLITICA

CUADRO 30

LA INSTITUCION EDUCATIVA APUESTA POR LA CALIDAD EN NUTRICION QUE DEBEN POSEER SUS ESTUDIANTES PARA LOGRAR APRENDIZAJES DE CALIDAD

Items	f	%
a. totalmente de acuerdo.	12	86
b. totalmente en desacuerdo.	2	14
c. Ni de acuerdo ni en desacuerdo.	0	0
TOTAL	14	100

Fuente: Encuesta aplicada a los docentes de la I.E N° 11052 "Inca Garcilaso de la Vega" del distrito de Chiclayo.

INTERPRETACIÓN

Un 86% de los encuestados manifiesta que su Institución Educativa apuesta por la calidad de aprendizajes y para que esto se logre han planificado como parte de su misión dentro de sus planificaciones curriculares mejorar el estado nutricional de sus estudiantes.



PRUEBA DE CONFIABILIDAD

Tabla 2. Análisis de ítems de la prueba de investigación.

Resumen del procesamiento de los casos			
		N	%
Casos	Válidos	14	100,0
	Excluidos ^a	0	,0
	Total	14	100,0
a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.			

Se aplicó una prueba piloto a 14 docentes de la Institución Educativa N° 11502 “Inca Garcilaso de la Vega” del distrito de Chiclayo, luego se aplicó el estadístico Alfa de Cronbach para determinar la fiabilidad del instrumento:

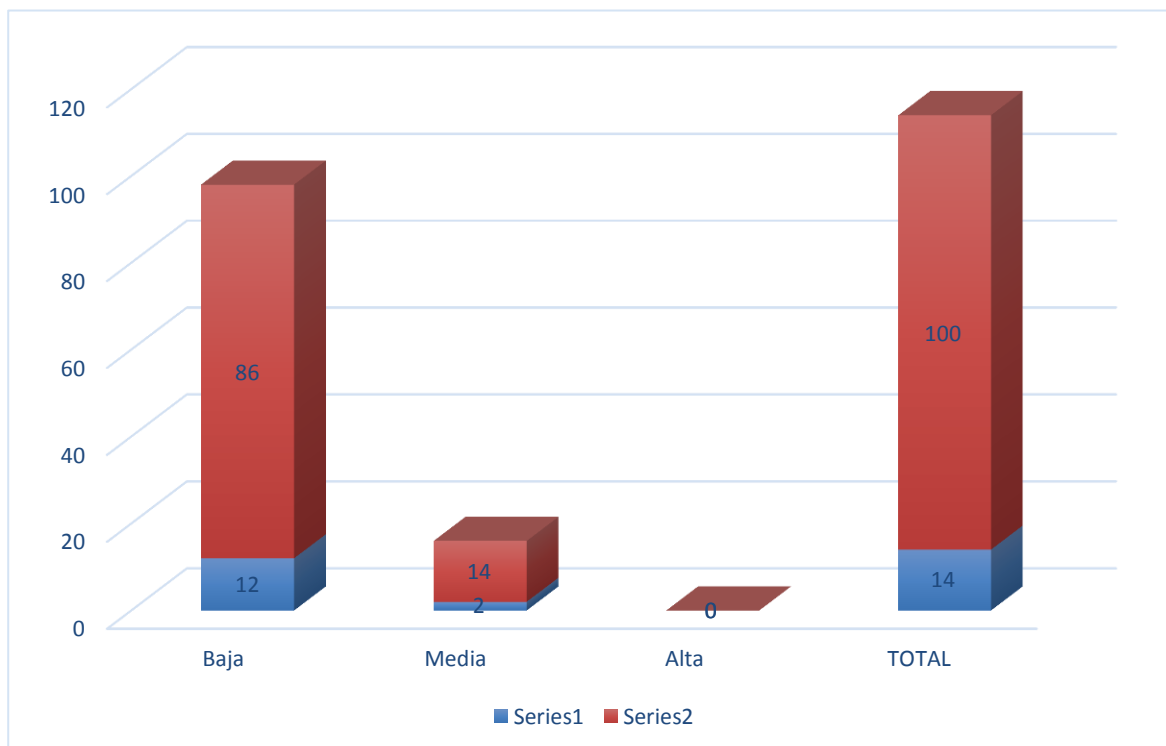
Estadísticos de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,758	30

Como se puede apreciar, el resultado tiene un valor α de ,758 lo que indica que este instrumento tiene un alto grado de confiabilidad, validando su uso para la recolección de datos.

TABLA 3. Identificación del estado Nutricional de los estudiantes de la Institución educativa N° 11502 "Inca Garcilaso de la Vega" de la ciudad de Chiclayo, Región Lambayeque según pre test.

NIVELES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
	f	%
Baja	12	86
Media	2	14
Alta	0	0
TOTAL	14	100

En la tabla 3, se observa los resultados del pre test de identificación y notificación del estado nutricional de los estudiantes de la I.E 11502 "Inca Garcilaso de la vega", el 89% de los docentes se encontraban en un nivel bajo, el 14% en un nivel medio y ningún docente tiene un nivel alto de conocimiento en identificación y notificación del estado nutricional de sus

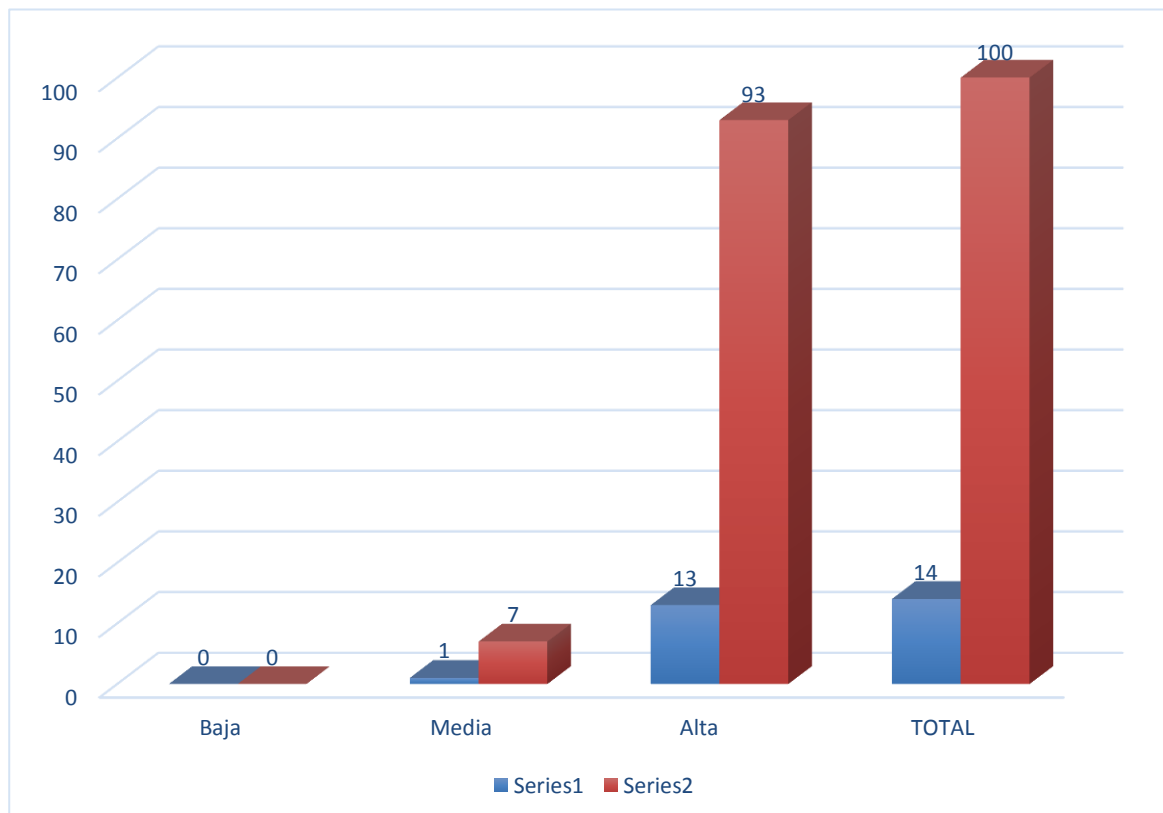


estudiantes.

Tabla 04. Identificación del estado Nutricional de los estudiantes de la Institución Educativa N° 11502 "Inca Garcilaso de la Vega" de la ciudad de Chiclayo, Región Lambayeque; según post test.

NIVELES	FRECUENCIA f	PORCENTAJE %
Baja	0	0
Media	1	7
Alta	13	93
TOTAL	14	100

En la tabla 4 se observa los resultados del post test de identificación y notificación del estado nutricional de los estudiantes de la I.E 11502 "Inca Garcilaso de la vega", el 7% de los docentes tienen un nivel medio y el 93% un nivel alto de identificación y notificación del estado nutricional de sus estudiantes, lo que evidencia que hay mejora de resultados.



ANÁLISIS COMPARATIVO ENTRE PRE Y POST TEST DE UN PROGRAMA PARA IDENTIFICACION DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA N° 11502 "INCA GARCILASO DE LA VEGA" DE LA CIUDAD DE CHICLAYO REGIÓN LAMBAYEQUE.

FUENTE: Pre y Post Test.

En la tabla 5 se aprecia el análisis comparativo entre el pre y post test de un programa para identificar y notificar el estado nutricional de los estudiantes, donde resulta que existen diferencias de medias de 5.40 puntos respecto al post test; donde $p < 0.05$, con promedios altamente significativos en las áreas cognitivo y psicológica, lo que demuestra la efectividad del programa en dichas áreas respecto a la identificación y notificación del estado nutricional después de haber aplicado talleres en los docentes, por lo tanto se acepta la hipótesis general de

Áreas	Pre	Post	t	p
-------	-----	------	---	---

investigación.

	M	D	M	D		
Conocimiento de hábitos alimenticios	,722	,751	3,66	,485	-19,54	,000*
Notificación del estado nutricional.	,111	,323	,333	,685	-1,719	,104
Identificación de alimentos y nutrientes.	1,00	1,37	1,05	1,39	-1,000	,331
Alteraciones de la salud relacionadas con la alimentación y la nutrición.	1,00	1,49	1,00	1,23	,000	1,000
Psicológica	1,61	1,09	3,22	,878	-6,592	,000*
Política	1,61	1,71	1,50	1,54	1,000	.331

Tabla 5. Contrastación de la hipótesis general

3.2. PRESENTACION DE LA PROPUESTA.-

PROPUESTA METODOLOGICA DE CAPACITACIÓN DOCENTE PARA LA IDENTIFICACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA N° 11502 INCA GARCILASO DE LA VEGA 2018.

Esta propuesta consiste en aplicar talleres de capacitación a los docentes para desarrollar habilidades de conocimiento en la identificación, asesoría y notificación del estado nutricional de los estudiantes como un aporte teórico para la solución del problema de investigación estudiado y mejorar la formación de los docentes de la Institución Educativa. N° 11502 Inca Garcilaso de La Vega.

Sin lugar a dudas, para que un estudiante adquiriera resultados óptimos de aprendizaje necesita que su alimentación sea fuente rica en proteínas y fibras; es por ello que la función del docente es de gran relevancia porque es quien tiene que identificar el estado nutricional de los estudiantes. La Institución Educativa es el segundo espacio de socialización más importante para los niños y adolescentes por su papel en la transmisión de conocimientos y valores. La misión de la escuela es ofrecer una formación integral a los educandos que los prepare para ser competentes y productivos a su sociedad. En este sentido las instituciones educativas se convierten en espacios estratégicos de formación y desarrollo, pues es allí donde los estudiantes elaboran conocimientos, fortalecen hábitos e internalizan los valores que los conducirán hacia una vida plena. En esta etapa la adquisición de hábitos y comportamientos apropiados son la clave para una nutrición saludable y es particularmente propicia para la adopción de los mismos. Igualmente, muchos de los buenos hábitos de los niños aprendidos en la

escuela son asimilados por los adultos, por lo que intervenciones en alimentación y nutrición en la escuela, pueden apoyar a generar cambios a nivel familiar y comunitario.

La malnutrición infantil se da con mayor prevalencia como desnutrición crónica (baja talla para la edad) y la deficiencia de micronutrientes como hierro (46.6) y vitamina “A”, También en los últimos años se ha incrementado el sobrepeso y obesidad.

Los docentes son los actores sociales más importantes después de los padres para formar los hábitos adecuados y deben tener conocimientos suficientes para identificar cuando el niño está en riesgo nutricional o si presenta algún signo de malnutrición ya sea por exceso o por déficit. Esto bajo el marco teórico de Knowles (1970) padre de la educación para adultos y Alcalá (1997) quien incluye a la Andragogía dentro de la Antropología.

El presente modelo se aplicó a los docentes de la Institución Educativa. N° 11502 Inca Garcilaso de La Vega, mediante la ejecución de cuatro talleres los cuales consistieron en profundizar de manera teórica el tema a tratar, promover el debate entre docentes, aclarar sus dudas por parte del expositor, generación de consensos y también se hacía presentaciones de casuísticas acerca de una experiencia recogida de las aulas.

La propuesta toma la riqueza de la metodología de capacitación; porque requiere del compromiso de todos, integrados, considerando que el docente es quien forma a los estudiantes en sus aprendizajes y también en sus hábitos alimenticios.

La propuesta toma como base la metodología de capacitación a docentes que recreada, en forma práctica ayudara a fortalecer sus competencias en la medida de formación profesional:

- √ PLANIFICAR LA ACCIÓN: Identificar las competencias básicas de identificación de las características de una alimentación saludable, para planificar la intervención.
- √ ACTUAR: Llevando adelante el plan (implementar, ejecutar) Notificación de los factores asociados al estado nutricional de los estudiantes.
- √ OBSERVAR LA ACCIÓN Y SUS EFECTOS: Registrando de manera regular y ordenada, usando instrumentos de observación diaria del estado nutricional de los estudiantes.
- √ REFLEXIONAR: Sobre lo recogido, analizando, reordenando y buscando nuevas ideas.

3.2.1. FUNDAMENTOS.-

Pedagógico.-

La capacitación permite a los docentes resolver problemas pedagógicos de aula (enseñanza-aprendizaje) partiendo desde el contexto donde se desenvuelven los estudiantes y el docente. Parte de una concepción dinámica y dialéctica de la realidad, entendiéndola como una construcción. En ese mismo sentido un sujeto cognoscente es aquel que, en su relación con el mundo, produce y reproduce conocimiento, además de ser actor de ese proceso.

Científico.-

La capacitación para identificar el estado nutricional de los estudiantes es una metodología, que permite construir conocimientos significativos, al mismo

tiempo que interviene, posibilitando la transformación de situaciones problemáticas.

Didáctico.-

Se la define como proceso dinámico, educativo, colaborador y continuo de investigación, intervención y de reflexión. La formación del docente con perfil investigativo se concibe como una primera fase en el desarrollo profesional, en el que mejora constantemente sus conocimientos sobre la educación y la enseñanza, siendo el mayor nivel de profesionalidad el correspondiente con el del profesor integrado en un equipo de investigación que, a la vez que investiga en su aula, pretende contribuir a la construcción de conocimientos profesionales y didácticos para la transformación cualitativa de la Institución escolar.

Curricular.-

La capacitación para identificar el estado nutricional de los estudiantes puede constituir una formula privilegiada de renovación pedagógica, de perfeccionamiento del profesorado, de innovación educativa y de calidad de la educación. Lo que se pretende es mejorar la capacidad de los futuros profesores para describir, analizar e intervenir en la realidad (modelo de formación inicial donde los estudiantes-profesores son sujetos de conocimiento, donde se forman investigando problemas concretos).

Evaluativa.-

La teoría como la práctica deben tener un espacio común que sirva para reflexionar y replantear lo ocurrido en la acción educativa. Esta idea puede

sugerir avanzar hacia una educación innovadora fuera de los límites tradicionales y ser considerada un punto de partida como eje de formación, como objeto de reflexión y de construcción y, como objeto de transformación.

Tabla 6. Programa de capacitación docente para la identificación y notificación del estado Nutricional de sus estudiantes.

ESTRATEGIAS DE INVESTIGACIÓN	META	ACCIONES	INDICADORES	TIEMPO	RESPONSABLES
<p>SENSIBILIZACION</p> <p>Espacio de concientización sobre problemas pedagógicos para toma de decisiones.</p> <p>Objetivo: ofrecer un espacio de sensibilización en la importancia de la identificación del estado nutricional y sus implicancias para resolver problemas pedagógicos de su contexto.</p>	Involucrar al 100% de docentes.	<ul style="list-style-type: none"> • Organizar equipos de trabajo para la organización de talleres de sensibilización sobre la problemática que afronta la nutrición en la I.E 11502 (Se formará un equipo de coordinadores, designándose un coordinador general). • Elaboración de invitaciones y volantes con el fin de motivar la asistencia de docentes a los talleres. • Reunión y coordinación de equipos de trabajos y coordinador general. • Realización del día central de sensibilización. • Ponencia sobre la problemática de la nutrición en los estudiantes. • Dialogo. • Intercambio de experiencias. • Compromisos. • Organizar e integrar en equipo para los 	<ul style="list-style-type: none"> • Participa en encuentro de sensibilización. • Comunica su opinión sobre el estado nutricional en educación. • Escucha con atención. • Se expresa espontáneamente. • Se compromete en formar equipos de trabajo. 	2 horas	<p>Docente maestrante.</p> <p>Equipo responsable.</p> <p>Docentes de la I.E 11502.</p>

		talleres de identificación del estado nutricional que provoquen cambios en la práctica pedagógica de los docentes.			
TALLERES DE IDENTIFICACION DEL ESTADO NUTRICIONAL Objetivo: Propiciar la potenciación de la metodología de la identificación del estado nutricional, así como el conocimiento de hábitos alimenticios.	Involucrar al 100% de docentes.	I TALLER DE NUTRICION: <ul style="list-style-type: none"> • Solicitar asesoría externa sobre el desarrollo del taller de capacitación. • Diseñar los talleres de capacitación. • Contenidos, estrategias, recursos a utilizar, sistema de evaluación (habilidades que se desean desarrollar, indicadores de proceso). • Desarrollo del I taller. • Descripción y análisis de: (hábitos alimenticios, identificación de alimentos y nutrientes, alteraciones de la salud relacionadas con la alimentación y la nutrición). Todos ellos interrelacionados. • Resuelve una prueba referido a la temática de investigación. 	<ul style="list-style-type: none"> • Asiste con puntualidad al taller. • Trabaja en equipo aportando ideas. • Interroga a los ponentes. • Se muestra observador. • Formula casos presentados en la escuela. • Diseña instrumentos de observación para sus estudiantes. 	4 horas cada 15 días.	Docente maestrante. Equipo responsable. Docentes de la I.E 11502.
	Involucrar al 100% de docentes	II TALLER DE NUTRICION: <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de II taller. 	<ul style="list-style-type: none"> • Asiste con puntualidad al taller. • Trabaja en equipo 	4 horas cada 15 días.	Docente maestrante. Equipo responsable.

		<ul style="list-style-type: none"> • Conoce y explican los patrones de consumo alimentario. • Construye y explica la alimentación saludable. • Conocen patrones de consumo alimentario. • Resuelve una prueba referido a la temática de investigación. 	<p>aportando ideas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Interroga a los ponentes. • Se muestra observador. • Describe los pasos para una alimentación saludable. • Comenta respecto a la importancia del estado nutricional de sus estudiantes. • Se comprometen a adoptar la metodología de identificar el estado nutricional de los estudiantes y trabajar integrados. 		Docentes de la I.E 11502.
--	--	--	--	--	---------------------------

	Involucrar al 100% de estudiantes	III TALLER DE NUTRICION: <ul style="list-style-type: none"> • Describen y explican los conocimientos sobre el estado nutricional. • En sub equipos explican las características de las diferentes clases de estado nutricional. • Resuelve una prueba referido a la temática de investigación. 	<ul style="list-style-type: none"> • Asiste con puntualidad al taller. • Trabaja en equipo aportando ideas. • Interroga a los ponentes. • Se muestra observador. • Describe los pasos para identificar el estado nutricional de los estudiantes. 	4 horas cada 15 días.	Docente maestrante. Equipo responsable. Docentes de la I.E 11502.
	Involucrar al 100% de estudiantes	IV TALLER DE NUTRICION: <ul style="list-style-type: none"> • En equipo Identifica, describe y explica los indicadores antropométricos y clínica. • Interpreta la valoración dietética. • Los equipos comparten sus trabajos. • Exposición del trabajo desarrollado. • Resuelve una prueba referido a la temática de 	<ul style="list-style-type: none"> • Asiste con puntualidad al taller. • Trabaja en equipo aportando ideas. • Interroga a los ponentes. • Se muestra 	4 horas cada 15 días.	Docente maestrante. Equipo responsable. Docentes de la I.E 11502.

		investigación.	observador. • Describe los pasos de la valoración dietética.		
SEMINARIOS TALLER PERMANENTE Objetivo: generar espacio integrador y de aprendizaje permanente para poner promover la capacitación de los docentes para la identificación del estado nutricional de los estudiantes.	Involucrar al 100% de docentes,	<ul style="list-style-type: none"> • Dentro y fuera de aula; uso de técnicas diversas, teniendo en cuenta el trabajo cooperativo. • Análisis, debate y reflexión constante. • Discusión para definir ideas referidas a conceptos y estrategias de implementación de desarrollo de identificación del estado nutricional de estudiantes. • Desarrollo de habilidades para notificar el estado nutricional de los estudiantes. • Compromiso y aplicación fuera de aula trabajando de manera comunitaria. 	• Diseña guías de observación para identificar el estado nutricional de los estudiantes..	Tiempo de duración de asignación.	Docente maestrante. Equipo responsable. Docentes de la I.E 11502.

CONCLUSIONES

1. La aplicación de capacitación para los docentes para identificar el estado nutricional de los estudiantes de la Institución Educativa. N° 11502 "Inca Garcilaso de La Vega", tiene un nivel de significancia en sus resultados estadísticos donde existe diferencias de medias de 5.40 puntos respecto al postest y $p < 0.05$.
2. La aplicación de capacitación para los docentes ayuda a que desarrollen habilidades para notificar el estado nutricional de sus estudiantes de la Institución Educativa. N° 11502 "Inca Garcilaso de La Vega", y por ende se obtiene aprendizajes de calidad porque los estudiantes están concentrados en sus actividades escolares, con un nivel de significancia de 0.05, $t = -19.54$ y $p = 0.000$.
3. La aplicación de capacitación para los docentes mejora el desarrollo de la construcción de definiciones operacionales para identificar el estado nutricional de los estudiantes de la Institución Educativa. N° 11502 "Inca Garcilaso de La Vega", con un nivel de significancia de 0.05, $t = -1.719$ y $p = 0.000$.
4. La aplicación de capacitación para los docentes mejora el desarrollo de la manipulación de las variables para identificar el estado nutricional de los estudiantes de la Institución Educativa. N° 11502 "Inca Garcilaso de La Vega", con un nivel de significancia de 0.05, $t = -1.000$ y $p = 0.000$.
5. La aplicación de capacitación para los docentes mejora el desarrollo de la interpretación de datos para identificar el estado nutricional de los estudiantes de la Institución Educativa. N° 11502 "Inca Garcilaso de La Vega", con un nivel de significancia de 0.05, $t = -1.719$ y $p = 0.000$.

RECOMENDACIONES

1. A los responsables de la Institución Educativa. N° 11502 "Inca Garcilaso de La Vega", para que organicen y ejecuten un sistema de capacitación en identificación del estado nutricional de sus estudiantes dirigido a los docentes que permita poner en práctica las actividades de calidad nutritiva dirigida al desarrollo de habilidades de notificación del estado nutricional que se propone como resultado de la investigación.
2. A los docentes de la Institución Educativa N° 11502 "Inca Garcilaso de La Vega", diagnosticar la calidad de nutrición que reciben sus estudiantes y sus consecuencias en sus aprendizajes para orientar las actividades pedagógicas relacionadas a la nutrición.
3. Habiéndose demostrado que la metodología de capacitación desarrolla habilidades de notificación e identificación para el estado nutricional de sus estudiantes, se sugiere que los docentes deberían conocer esta metodología para aplicarla con sus estudiantes, en el momento adecuado para corregir sus acciones equivocadas para favorecer la adquisición de conocimientos.
4. Habiéndose demostrado que la metodología de capacitación ayuda al docente a valorar el aprendizaje en el desarrollo de habilidades para identificar el estado nutricional, se sugiere que complementado a todo esto el trabajo de aula debe ser más dinámico y motivador para así lograr aprendizajes de calidad.
5. Se debe diseñar en la Institución Educativa N° 11502 "Inca Garcilaso de La Vega", una propuesta de capacitación permanente para que los docentes de manera continua desarrollen de manera significativa habilidades de identificación del estado nutricional.
6. Esta tesis aporta conocimientos de hábitos alimenticios que debe tener cada estudiante e invita a los profesionales de Educación a reflexionar sobre su uso y a continuar en la búsqueda de herramientas que contrarresten las limitaciones mencionadas y que

favorezcan tanto al conocimiento científico como a las poblaciones con las cuales se investiga.

Lista de referencias

- Aguilar M, García, M., y Garcés. Crecimiento y desarrollo del niño escolar: Guías de alimentación: Tratado de enfermería infantil: Cuidados pediátricos.1ª ed. Madrid: Elsevier; 2008.
- Alonso M. crecimiento y desarrollo: una visión integral.2da ed. Barcelona: Masson; 2008
- Araya, Héctor. “Nutrición y Salud”, Editorial Caupolican, Santiago, 1996.
- Aranceta J. “Nutrición del niño y del adolescente”. 1ra ed. Chile: Diálogos en pediatría; 2010.
- Arroba ML, Aranceta JF, Rodríguez Santos. Crecimiento y desarrollo a lo largo de la infancia: necesidad de instrumentos de monitorización y evaluación: Estudio en kid. Barcelona: Masson; 2008.
- Arguelles B, Hernández B, Crespo M, Cruz A, Delgado J, Garagorri M, Hernández. Manual del residente de Pediatría y sus áreas específicas: Crecimiento, desarrollo somático y desarrollo psicomotor del niño normal: Guía formativa. Madrid: Norma; 2007.
- Ballabriga A, Carrascosa A. “Nutrición en la edad preescolar y escolar”. 2a ed. Madrid, Ediciones Ergon, 2010.
- Behrman Richard E, Kliegman R y Jenson Hal, “Nelson tratado de pediatría”. 16a ed. Madrid: Editorial Camplutense; 2007.
- Birreo D y Ayala S (2017). Eficacia del programa educativo “Aliméntate, crece y sé el mejor” para mejorar los conocimientos, actitudes y prácticas sobre alimentación complementaria en madres primerizas con niños de 6 a 24 meses del Puesto de Salud Los Choferes – Juliaca, 2017. Juliaca, Perú. Disponible en: <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/715>
- Bueno M, Bueno G. Nutrición infantil y crecimiento. 3ra ed. Madrid: ERGON; 2008.
- BURGOS Z. Gabriela y CARRASCO V. Miluska. (2004) “Mejorando el estado nutricional de los niños de 6 meses a 3 años, a través del uso de la papilla” Sub Proyecto “Características de la alimentación e ingesta de nutrientes de los niños entre 6 a 24

meses de una comunidad urbano marginal de Lima”. International .Potato Center (CIP.)
http://www.cipotato.org/urbanharvest/documents/pdf/UH_WP2.pdf.

- Castro V. (2016). Conocimientos sobre alimentación complementaria y su relación con el estado nutricional del niño menor de 2 años. Programa CRED de un C.S SJ.M 2015. Lima, Perú. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Disponible en:
- Cusminsky M, Lejarraga H, Mercer R, Martell M, Fescina R. Manual de crecimiento y desarrollo del niño. 2 ed. Washington D.C: Organización Panamericana de la Salud; 2009.
- Cruz Hernández M. “Tratado de pediatría”, 8a edición. Madrid: Ediciones Ergon; 2007.
- Dewey, K. (2003) Guías para la alimentación complementaria del niño amantado. Reunión de expertos de OMS sobre Alimentación Complementaria.
- Di Iorio S, Urrutia M, Rodrigo MA. Rev Child Pediatric: Desarrollo psicológico: nutrición y pobreza. 2da ed. Argentina: Health; 2010.
- HERNÁNDEZ R. (2001).”Alimentación Infantil” 3ra Edición, Editorial Díaz de Santos S.A. – Madrid (España).
- Hernández M, Hernández, JM, Aparicio. Fisiología y Valoración del crecimiento en Pediatría. Madrid: Díaz de Santos; 2009
- Hernández M. Fisiología y valoración del crecimiento y la pubertad. 2da ed. México. Panamericana; 2007.
- Hernández M. Particularidades de la nutrición en la infancia: Crecimiento y nutrición. 3era ed. Madrid: Díaz de Santos; 2011.
- Hidalgo M, Güemes M. Nutrición en la edad preescolar, escolar y adolescente. 5ta ed. México. Panamericana; 2007.
- Huamán, Lucio (2006) serie: “Estado nutricional y practicas alimentarias de la población infantil menor de 5 años en distritos en pobreza” MINSA Lima Perú.

- Instituto Nacional de Estadística y Geografía, Censos y conteos de población y vivienda, [revista en internet]. 2010 Septiembre. [acceso 10 de diciembre 2012]; Disponible en: <http://www.inegi.org.mx/sistemas/TabuladosBasicos/Default.aspx?c=10398&s=est>.
- Jiménez, M. (2004) “Curso: Consejos y recomendaciones para alimentar bien a los niños”. Disponible en: <http://www.mailxmail.com/curso/vida/alimentacioninfantil/capitulo2.htm>.
- Linkages. (2000) “Prácticas alimentarias y dietéticas recomendadas para mejorar la nutrición de lactantes y madres”. USAID. AED. Washington.
- Martí A, Muñoz M, Sánchez A. La alimentación del niño y el adolescente. 2da ed. Barcelona: EUNSA; 2008.
- Martínez A. *Alergología e inmunopatología: Repercusión de la nutrición infantil en la salud del adulto*. México D.F: Mac Graw Hill Interamericana; 2008.
- Martínez y Martínez R. “La salud del niño y del adolescente” 6a Edición, México: Manual Moderno; 2010.
- Ministerio de Salud (MINSA) ,1999.”Reglamento de Control Sanitario de Productos y Servicios”.
- Muñoz M, Martí A. *Dieta durante la infancia y la adolescencia*. 3ra ed. Barcelona: Masson; 2008
- Organización Panamericana de la Salud: Régimen alimentario: nutrición y actividad física: 132a Sesión del comité ejecutivo: Washington DC; 2008.
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (2016). *Guía de Capacitación en Alimentación y nutrición para Docentes y Comités de Alimentación Escolar*. Managua, 2016. FAO. ISBN 978-92-5-309008-2. Disponible en: <http://www.fao.org/3/a-i5208s.pdf>

Organización de las Naciones Unidas, Fondo de Naciones Unidas para la Infancia. Estrategia mundial para la alimentación del lactante y del niño pequeño: Publicación especial, Ginebra; 2008.

Organización Mundial de la Salud: Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física. 2011 Septiembre. Disponible en: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/es/index.html>

Olivares, Sonia “Necesidades nutricionales y calidad de la dieta”, Chile 1994. (1p)OMS, (2002) “Estrategia Mundial para la alimentación del lactante y del niño pequeño”. 55ª Asamblea Mundial de la Salud. Punto Ginebra.

Pain, A. (2012). Como desarrollar un proyecto de capacitación. Madrid: Granica.

Palacios T Jaime. “introducción a la pediatría” 7ma Ed. México D.F.: Editorial Méndez; 2006.

Patrick A. Características del crecimiento y desarrollo. 3ra ed. Chile: Editorial Trillas; 2008.

Pombo M, Castro J, Castro Feijoo L. Crecimiento y nutrición: Tratado de Nutrición Pediátrica. 1era ed. Barcelona: Doyma; 2008.

Plazas M. Nutrición del niño preescolar y el escolar: Nutriología Médica. 2da ed. México D.F.: Panamericana S.A.; 2009.

Programa nacional Wawa Wasi (2006) “Diseño Curricular para la capacitación a actores comunales y coordinadores de campo” 2da Edición – Perú.

Ravelli S, Panicia A y Figueroa E. (2016). Desafíos de la Educación Alimentaria Nutricional: Construcción de espacios y vínculos en el nivel inicial. En Revista +E, versión digital (6), pp. 256-263. Santa Fe, Argentina: Ediciones UNL.

Ravelli S y Manuale M.(2016). Educar en las primeras infancias: una experiencia de formación docente en nutrición y alimentación saludable. Revista Aula Universitaria 18. Págs. 53 a 77. Disponible en: <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:sbKyZtx7QZYJ:https://bibli>

otecavirtual.unl.edu.ar/ojs/index.php/AulaUniversitaria/article/download/6557/9570+
&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=pe

Requejo A, Ortega R. Nutrición en la infancia: Nutriguía. 5ta ed. Madrid: Complutense. 2009.

Reynoso, J. (2007). Notas sobre la capacitación en México. Revista Latinoamericana de Derecho Social, 166

Reyes S. (2015). Efectividad de una intervención educativa en el mejoramiento de los conocimientos y prácticas sobre la preparación de la lonchera, que tienen las madres de preescolares en una institución educativa privada en Santa Anita – Lima. Lima, Perú. Disponible en: <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/4168>

Rivera C. A. (2005). "Lineamientos del sub. Componente de nutrición", Programa Nacional Wawa Wasi.

Rivera, J. (2000) "Estrategias y acciones para corregir deficiencias nutricias. Bol Med Hosp. Infant Mex. Volumen 57. N° 11."

Velasco Costa, Javier. Evaluación de la dieta en los escolares de Granada. España: Editorial de la universidad de Granada; 2008

Recuperado de <http://www.objetivobienestar.com/alimentacion-saludable>

Recuperado de <http://mingaonline.uach.cl/pdf/estped/v33n2/art08.pdf>

Recuperado de

<http://portal.oas.org/LinkClick.aspx?fileticket=7Q8FuQhwQQ0%3D&tabid=1282>

Recuperado de <https://kidshealth.org/es/parents/habits-esp.html>

Recuperado de <http://www.fao.org/3/a-at774s.pdf>

Recuperado de

http://www.unesco.org/new/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Havana/pdf/Formacion docentes_Llivina.pdf

Recuperado de

<http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/14193/401567.pdf?sequence=1>

Recuperado de

http://fido.palermo.edu/servicios_dyc/publicacionesdc/vista/detalle_articulo.php?id_articulo=8887&id_libro=429

Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/422/42244105004.pdf>

Recuperado de <http://www.fao.org/3/a-i5208s.pdf>

Recuperado de https://es.wikipedia.org/wiki/Capacitaci%C3%B3n_docente

Recuperado de <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/huejutla/n9/e2.html>

Recuperado de

https://web.facebook.com/notes/bm-computaci%C3%B3n/importancia-de-la-capacitaci%C3%B3n-y-actualizaci%C3%B3n-en-los-docentes/545146402193579/?_rdc=1&_rdr

Recuperado de <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/4699>

Recuperado de Análisis de Fiabilidad; Alfa Cronbach. Universitat de València. disponible

en: http://www.uv.es/innomide/spss/SPSS/SPSS_0801B.pdf

Recuperado de Saberes prácticos (s/f) Cómo calcular el índice Alfa de Cronbach con SPSS disponible

en: <http://www.saberespractico.com/estadistica/como-calcular-el-indice-alfa-de-cronbach-con-spss/>

Recuperado de www.aldeasinfantiles.org.pe

ANEXOS

ANEXO Nº 01



UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO



MAESTRIA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

MENCIÓN: INVESTIGACION Y DOCENCIA

PRE TEST A LOS DOCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA Nº 11052 "INCA GARCILASO DE LA VEGA" DEL DISTRITO DE CHICLAYO, PARA DETERMINAR SUS NIVELES DE PREPARACIÓN Y MOTIVACIÓN PARA IDENTIFICAR Y NOTIFICAR EL ESTADO NUTRICIONAL DE SUS ESTUDIANTES.

I. OBJETIVO:

Obtener información de primera mano sobre los niveles de dominio de nutrición alimenticia.

I. INSTRUCCIONES:

Estimado docente lee con atención y marque sólo un ítem de las tres alternativas planteadas. La información que Ud. brinde es de vital importancia para la realización de un trabajo de investigación. Por ello la información es anónima y de absoluta reserva para que Ud. responda con la objetividad y veracidad posible.

II. FORMULARIO BASICO

I. AREA PEDAGÓGICA:

A. CONOCIMIENTO DE HABITOS ALIMENTARIOS

1. ¿Cuántas veces crees tú que se debe de comer al día?
 - a) 3 veces.
 - b) De 3 a 5 veces.
 - c) Siempre que se sienta hambre.

d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.

2. ¿Qué cantidad de agua crees tú que deba beber durante el día?

- a) Menos de un litro.
- a) Entre 1 o 2 litros, sea invierno o verano.
- b) Entre 1 y 2 litros, pero solo en verano.
- c) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.

3. ¿Crees tú que el desayuno aporte calorías a la dieta diaria?

- a) Sí b) no Si su respuesta es positiva menciónelos:
-

4. ¿Qué crees que debe de contener un desayuno equilibrado?

- a) Pan, lácteos y alimentos ricos en proteínas.
- b) pan, embutidos, y lácteos.
- c) lácteos, frutas y alimentos ricos en proteínas.
- d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.

5. ¿Cuántas raciones de frutas y vegetales, crees que se debe de ingerir al día?

- a) 1 de fruta y 1 de verdura.
- b) 1 de fruta y 3 de verduras.
- c) 3 de frutas y 2 de verduras.
- d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.

6. ¿Conoce Ud. los elementos nutrimentales de las comidas?

- a) Sí b) No Si su respuesta es positiva menciónelos:
-

7. ¿Consideras que una dieta debe ser?

- a) Diferente cada día.
- b) Diferente solo algunas veces durante la semana.
- c) Diferente solo durante los fines de semana.
- d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.

8. ¿Crees que es necesario utilizar un consejo de nutrición para mejorar el estado de salud de tus estudiantes?
- a) Totalmente de acuerdo. b) Totalmente en desacuerdo.
c) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.
9. ¿Qué consideras que te hace falta para mejorar la alimentación en tus estudiantes?
- a) Más información.
b) Apoyo social
c) Compromiso o motivación personal.
d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.

A. NOTIFICACION DEL ESTADO NUTRICIONAL:

10. ¿Consideras importante leer las etiquetas nutrimentales?
- a) Sí b) No Si su respuesta es positiva menciónelos:
-
11. ¿Qué es lo sabes del índice de masa corporal (IMC)?
- a) En las personas con obesidad varía de 25 a 30.
b) Permite estimar el grado de obesidad.
c) Permite calcular la composición corporal.
d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.
12. ¿Cómo te das cuenta si una persona tiene sobrepeso?
- a) No tiene el peso ideal para su altura.
b) Si su IMC es superior a 30.
c) Si su IMC está entre 25 y 30.
d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.
13. ¿Crees tú que las necesidades energéticas de una persona dependen?
- a) Sólo del peso y la altura.
b) Sólo de la actividad física que realiza diariamente.
c) Del peso, la altura, la edad y la actividad física.
d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.
14. ¿Crees que el consumo energético diario indica la energía consumida?
- a) Durante el día.

- b) Durante el día, exceptuando las horas de sueño.
 - c) Durante la práctica de ejercicio físico.
 - d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.
15. ¿Cuál crees que sería la opción más recomendada para perder peso?
- a) Dieta hipoglucémica y ejercicio físico.
 - b) Dieta hipoproteica y ejercicio físico.
 - c) Dieta hipocalórica equilibrada y ejercicio físico.
 - d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.
16. ¿Crees que es necesario masticar cada bocado más de 25 veces?
- a) totalmente de acuerdo.
 - b) totalmente en desacuerdo.
 - c) ni de acuerdo ni en desacuerdo.

C. IDENTIFICACION DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES.

17. ¿Consideras necesario ingerir de manera habitual agua fresca durante el día?
- a) totalmente de acuerdo.
 - b) totalmente en desacuerdo.
 - c) ni de acuerdo ni en desacuerdo.
18. ¿Cuál de los siguientes alimentos crees que tiene un alto contenido en vitamina C?
- a) El pan integral.
 - b) Los pimientos.
 - c) El pescado.
 - d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.
19. ¿Respecto a las vitaminas, qué sabes de ellas?
- a) Hay que ingerir la mayor cantidad posible.
 - b) Ingeridas en grandes cantidades pueden provocar efectos perjudiciales.
 - c) Las hidrosolubles, las podemos adquirir a través del consumo de agua embotellada.
 - d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.
20. ¿Cuáles crees que son las grasas que los expertos recomiendan no ingerir en exceso?
- a) Grasas mono-insaturadas.
 - b) Grasas poli-insaturadas.
 - c) Grasas saturadas.
 - d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.

21. ¿Según tú qué caracteriza a la dieta mediterránea?
- a) Consumo diario de carnes rojas.
 - b) Elevado consumo de frutas y verduras.
 - c) debe ser combinado con el ejercicio físico.
 - d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.
22. ¿Qué es para ti, alimentos transgénicos?
- a) Importados de países extranjeros.
 - b) Que pueden incluir diferentes fragmentos de ADN de diferentes organismos.
 - c) Obtenidos artificialmente y que no contienen sustancias tóxicas.
 - d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.
23. ¿Por qué crees que la fibra alimentaria es importante en la dieta?
- a) Porque incrementa la digestibilidad de los alimentos.
 - b) Porque facilita el tránsito intestinal.
 - c) Porque aumenta la absorción de los nutrientes.
 - d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.
24. ¿Qué beneficios crees que pueden tener los alimentos integrales?
- a) Son bajos en calorías.
 - b) Son bajos en azúcar.
 - c) Son ricos en fibra alimentaria.
 - d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.

D. ALTERACIONES DE LA SALUD RELACIONADAS CON LA ALIMENTACIÓN Y LA NUTRICIÓN.

25. ¿Cuáles de las alteraciones siguientes, crees que son Trastornos del Comportamiento Alimentario (TCA)?
- a) Obesidad y dislipemia (alteración del colesterol y/o triglicéridos).
 - b) Anorexia nerviosa y Bulimia nerviosa.
 - c) Enfermedad celíaca y dispepsia.
 - d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.

26. ¿Crees que cuidando la alimentación se cuida el cuerpo?
- a) totalmente de acuerdo.
 - b) totalmente en desacuerdo.
 - c) ni de acuerdo ni en desacuerdo.
27. ¿Por qué crees que se da la intoxicación alimentaria?
- a) Consumo excesivo de alimentos que contienen vitaminas y minerales.
 - b) Consumo de alimentos contaminados.
 - c) Consumo excesivo de alimentos muy condimentados.
 - d) Ni de acuerdo ni en desacuerdo.

II. AREA PSICOLOGICA:

28. ¿Se siente Ud. Motivado para identificar y asesorar sobre el estado nutricional de sus estudiantes como línea base de su formación docente?
- a) totalmente de acuerdo.
 - b) totalmente en desacuerdo.
 - c) ni de acuerdo ni en desacuerdo.
29. ¿Considera Ud. Que los docentes están capacitados para enseñar nutrición y propiciar los buenos hábitos alimenticios en sus estudiantes y comunidad educativa?
- a) totalmente de acuerdo.
 - b) totalmente en desacuerdo.
 - b) ni de acuerdo ni en desacuerdo.

III. AREA POLITICA:

30. ¿Considera Ud. que la Institución educativa tiene una clara definición y apuesta por la calidad en nutrición que deben poseer su comunidad educativa?
- a) totalmente de acuerdo.
 - b) totalmente en desacuerdo.
 - c) ni de acuerdo ni en desacuerdo.

¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!



ANEXO Nº 02

UNIVERSIDAD NACIONAL
PEDRO RUIZ GALLO



MAESTRIA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
MENCIÓN: INVESTIGACION Y DOCENCIA

FICHA DE OBSERVACION

SOBRE DOMINIO DE CONOCIMIENTOS Y HABILIDADES EN LA IDENTIFICACION DEL ESTADO
NUTRICIONAL DE ESTUDIANTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA Nº 11052 "INCA GARCILAZO DE
LA VEGA"

ITEMS	ESCALA		
	BAJA	MEDIA	ALTA
NIVEL DE CONOCIMIENTO Y DE HABILIDADES			
Tiene un dominio conceptual óptimo de estado nutricional.			
Sabe cuáles son los hábitos alimenticios.			
Notifica del estado nutricional que poseen sus estudiantes.			
Promueve tipos de dieta según el estado nutricional.			
Hace uso de instrumentos de observación para medir el estado nutricional.			
Promueve la lectura de las etiquetas nutrimentales antes de ser consumidas.			
Conoce y aplica la fórmula para medir el índice de masa corporal de sus estudiantes.			
Conoce las causas y consecuencias de la intoxicación alimentaria.			
Muestra interés para identificar, notificar y asesorar sobre el estado nutricional de sus estudiantes.			

