



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA DE TECNOLOGÍA MÉDICA  
CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

**TEMA O PERFIL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN  
PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

**TEMA**

INFLUENCIA DEL DESAYUNO EN LA NUTRICION Y RENDIMIENTO  
ACADEMICO DE LOS ESTUDIANTES DE TERCERO Y CUARTO AÑO DE  
BASICA DE LA ESCUELA FISCAL MIGUEL DE CERVANTES LOS RIOS,  
PERIODO MAYO-SEPTIEMBRE 2019.

**AUTORES**

GLADYS SULEYKA GUIN DELGADO  
JOSELYN JOMIRA OLVERA REYES

**TUTOR**

DRA.AIDA CASTRO POSLIGUA

Babahoyo – Los Ríos – Ecuador

2019

## Contenido

DEDICATORIA .....	IV
AGRADECIMIENTOS.....	V
TEMA.....	VI
RESUMEN.....	VII
ABSTRACT .....	VIII
INTRODUCCION.....	IX
<b>CAPITULO I.....</b>	<b>1</b>
<b>EL PROBLEMA.....</b>	<b>1</b>
1.1.2 Contexto Internacional.....	1
1.1.3 Contexto Nacional.....	2
1.1.4 Contexto Regional.....	3
1.1.5. Contexto Local.....	4
<b>1.3 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....</b>	<b>5</b>
<b>1.4 DELIMITACION DE LA INVESTIGACION.....</b>	<b>5</b>
<b>1.5 JUSTIFICACION DE LA INVESTIGACION.....</b>	<b>5</b>
<b>1.6 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACION.....</b>	<b>7</b>
CAPITULO II .....	8
MARCO TEORICO.....	8
2.1.1 MARCO TEORICO.....	8
NUTRICION DEL PREESCOLAR Y ESCOLAR .....	20
2.2 HIPOTESIS.....	27
2.3 VARIABLES DE LA INVESTIGACION.....	27
CAPITULO III .....	30
METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION.....	30
3.1 Método de la Investigación.....	30
3.2 Modalidad de la Investigación.....	30
3.3 Tipo de Investigación .....	31
3.4 TECNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE LA INFORMACION.....	31

3.5 POBLACION Y MUESTRA .....	32
3.6 CRONOGRAMA DEL PROYECTO .....	34
3.7 RECURSOS.....	36
3.8 PLAN DE TABULACION Y ANALISIS.....	36
CAPITULO IV .....	38
4. RESULTADOS DE LA INVESTIGACION .....	38
4.1 RESULTADOS OBTENIDOS DE LA INVESTIGACION.....	38
4.2 ANALISIS E INTERPRETACION DE LOS RESULTADOS.....	46
4.3 CONCLUSIONES .....	48
4.4. RECOMENDACIONES.....	49
CAPITULO V .....	50
5. PROPUESTA TEORICA DE LA APLICACIÓN.....	50
5.1 TITULO DE LA PROPUESTA DE APLICACIÓN.....	50
5.2 ANTECEDENTES.....	50
5.3 JUSTIFICACION.....	50
5.4 OBJETIVOS.....	51
5.4.1 OBJETIVOS GENERALES.....	51
5.4.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS .....	51
5.5 ASPECTOS BASICOS DE LA PROPUESTA DE APLICACIÓN .....	52
5.5.1 ESTRUCTURA GENERAL DE LA PROPUESTA .....	53
5.5.2 COMPONENTES.....	53
5.6.1 ALCANCE DE LA ALTERNATIVA.....	54
Bibliografía .....	55

## **DEDICATORIA**

El presente trabajo investigativo lo dedicamos principalmente a Dios, por ser el inspirador y darnos fuerza para continuar en este proceso de obtener uno de los anhelos más deseados.

A nuestros padres, abuelos, por su amor, trabajo y sacrificio en todos estos años, gracias a ustedes hemos logrado llegar hasta aquí y convertirnos en lo que somos.

A todas las personas que nos han apoyado y han hecho que el trabajo se realice con éxito en especial a aquellos que nos abrieron las puertas y compartieron sus conocimientos.

## **AGRADECIMIENTOS**

Me gustaría agradecer en estas líneas la ayuda que muchas personas y colegas me han prestado durante el proceso de investigación y redacción de este trabajo. En primer lugar, quisiera agradecer a mis padres que me han ayudado y apoyado en todo mi producto, a mi tutor, por haberme orientado en todos los momentos que necesité sus consejos. También quiero agradecer a la Universidad Técnica de Babahoyo, directivos y profesores por la apertura de sus puertas para poder estudiar la presente carrera además de las facilidades para poder desarrollar el presente trabajo investigativo.

## **TEMA**

**INFLUENCIA DEL DESAYUNO EN LA NUTRICION Y RENDIMIENTO  
ACADEMICO DE LOS ESTUDIANTES DE TERCERO Y CUARTO AÑO DE  
BASICA DE LA ESCUELA FISCAL MIGUEL CERVANTES BABA, LOS RIOS  
PERIODO MAYO- SEPTIEMBRE DEL 2019.**

## RESUMEN

El desayuno representa la principal comida del día, tiene un rol importante en el desarrollo físico y neurocognoscitivo del niño, sin embargo, existe mal apego a este desencadenando problemas en el estado nutricional y rendimiento académico de los mismos.

Objetivo: Establecer la influencia del desayuno en la nutrición y rendimiento académico de los estudiantes de tercero y cuarto año de básica de la escuela fiscal miguel de cervantes Baba, los ríos. Periodo Mayo- septiembre 2019.

Resultados: Se trabajó con un total de 100 niños de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes, de tercer y cuarto grado de educación básica, en donde el 54% de ellos si desayunaban a diferencia del 46% que no lo hacían; dentro del grupo de los que si desayunaban tenemos que el 30% tenían un desayuno de mala calidad; el estado nutricional aislado en un 39% fue la obesidad, de los cuales el 33% tenían bajo rendimiento escolar. En cuanto a los factores inherentes a los padres de familia tenemos que el 45% de las madres indicaron tener entre 2 a 3 hijos incluyendo al que se encuentra como estudiante en la institución educativa en la que se realiza el estudio; el 46% de los padres contaban con un nivel de instrucción primaria; finalmente el 86% de ellos no tenían ningún tipo de conocimiento sobre lo que es un desayuno saludable ni de sus componentes.

**PALABRAS CLAVE: DESAYUNO, ESTADO NUTRICIONAL, RENDIMIENTO ACADEMICO**

## **ABSTRACT**

Breakfast represents the main meal of the day, it has an important role in the child's physical and neurocognitive development, however there is bad attachment to it, causing problems in their nutritional status and academic performance.

Objective: To establish the influence of breakfast on the nutrition and academic performance of the students in the third and fourth year of basic of the Miguel de Cervantes Baba fiscal school, the rivers. May-September 2019 period.

Results: We worked with a total of 100 children from the Miguel de Cervantes Fiscal School, in the third and fourth grade of basic education, where 54% of them had breakfast as opposed to 46% who did not; Within the group of those who did have breakfast, 30% had a poor quality breakfast; the nutritional status isolated in 39% was obesity, of which 33% had poor school performance. Regarding the factors inherent to the parents, we have that 45% of the mothers indicated that they have between 2 and 3 children including the one who is as a student in the educational institution in which the study is carried out; 46% of the parents had a level of primary education; Finally, 86% of them did not have any knowledge about what a healthy breakfast or its components is.

**KEY WORDS: BREAKFAST, NUTRITIONAL STATE, ACADEMIC PERFORMANCE**



## INTRODUCCION

Para que un ser humano alcance una buena salud tanto orgánica como funcional debe mantener una alimentación adecuada, la misma que debe caracterizarse por ser saludable por sus componentes, además equilibrada en término de porciones o raciones, así como también estar de acuerdo a las necesidades y actividades individuales.

Tomando en cuenta que en nuestro entorno por cuestiones biopsicosociales se reconocen 3 tiempos en el día para cumplir con la necesidad básica de la alimentación como son el desayuno, el almuerzo y la merienda; considerándose el desayuno la principal comida del día, por ser la primera ingesta de alimentos luego de un prolongado ayuno, el mismo a su vez contribuye a la activación del metabolismo y restituye las biomoléculas que han sido utilizadas durante el metabolismo basal, por lo que constituye un factor esencial, no sólo para un buen desarrollo ponderoestatural sino también para alcanzar un excelente rendimiento escolar. (RODAS, 2014)

Hoy en día el concepto de alimentación saludable se ha tergiversado enormemente, debido a los diferentes conceptos que se han estipulado sobre buena alimentación, tales como diferentes tipos de dietas, creándole a la sociedad en general conflictos por no saber con exactitud cuál es el tipo de nutrición correcta que se debe de seguir para asegurar una vida sana y plena, lo que si queda claro es que en la etapa de la niñez esta debe cumplir con ciertas premisas como son: los carbohidratos deben representar el 55% del total de energía consumida, a su vez se debe tomar en cuenta que dentro de este grupo no se debe exceder del 10% en la utilización de azúcares simples y que a estos se debe priorizar el consumo de azúcares complejos como cereales (pasta, arroz, maíz), legumbres, pan o 5 patata; y de fibra, que se encuentra en cereales integrales, legumbres, verduras y frutas. (Castillo, 2017)

En cuanto al consumo de grasas tenemos que estas se recomiendan consumirlas a partir de los 2 años de edad procurando que su porción represente entre el 30 al 35% del aporte energético, de esta cifra el 8% debe ser a base de ácidos grasos saturados, entre un 15 al 20% debe ser de ácidos grasos monos insaturados y finalmente entre un 7 a 8% debe ser en base a

ácidos grasos poliinsaturados como los que se pueden encontrar en pescados y frutos secos. (Castillo, 2017)

Además, se deben tener en cuenta otros componentes de la alimentación como el hierro el cual se recomienda una ingesta de 8-10 mg día en niños de 4-13 años. Se debe tener en cuenta la cantidad de calcio recomendada de 1300mg/día para niños entre 9 y 13 años y satisfacer una cantidad adecuada de vitamina D y Zinc. (Castillo, 2017)

Cuando no se cumple con la ingesta correcta durante el desayuno y en las porciones recomendadas se considera que se está influyendo negativamente en la salud del infante dando paso a lo que se conoce como malnutrición lo cual puede influir en un déficit cognoscitivo. El término de malnutrición hace referencia a tres condiciones clínicas bien diferenciadas como son la desnutrición, el sobrepeso y la obesidad (O.M.S, 2018); condiciones que a su vez aumentan la morbimortalidad.

El bajo rendimiento escolar es atribuible a algunos factores que directa o indirectamente afecta al desempeño de los niños y niñas en la escuela, estos factores pueden ser entre otros relacionados con el estilo de vida, nivel socioeconómico - cultural, alimentación, ambiente familiar, etc. (MIÑO, 2014); en la parte cognoscitiva vamos a encontrar que un niño mal alimentado es un niño decaído, con hiporexia, mal humor e incapacidad para prestar atención durante las actividades diarias de aprendizaje (RODAS, 2014)

A esto se suma el problema de la inadecuada alimentación que se encuentra acentuada de manera firme y en constante reafirmación por efectos de la tecnología, ya que ésta favorece el desarrollo de facilismo al momento de comer porque no solo promueve la elaboración sino también de adquisición de productos procesados, con alto contenido calórico; esto sucede porque da la impresión que esta nos ahorra tiempo al momento de cocinar ; de ahí que la inadecuada alimentación en la actualidad sea considerada como de uno de los problemas sanitarios más graves a escala mundial. La nutrición deficiente se remonta a tiempos desde el comienzo de la vida, llegándose a establecer que todas estas circunstancias crean el ambiente propicio para generar consecuencias negativas tanto inmediatas como tardías generando problemas

crónicos que se presentaran en la vida adulta tales como la hipertensión arterial, diabetes mellitus, cáncer y coronariopatías. (O.M.S, 2018)

Entre los principales factores que influyen negativamente para que se incumpla con una alimentación saludable es el consumo exagerado de alimentos procesados y en segundo lugar el rol que tienen los padres y/o cuidadores del menor de edad; con este tipo de alimentos se ha dejado a un lado a los productos de origen natural, teniendo en cuenta que estos alimentos industrializados entre su contenido aportan mayores cantidades de sal, azúcares y grasas los cuales tienen graves efectos en la salud y consecuentemente en el desarrollo físico y mental de los niños, a esto se suma que en la actualidad cada vez aumenta el uso de este tipo de alimentos por los hogares debido a que estos le generan mayor facilidad en termino de tiempo para su preparación , además de los sabores agradables al paladar de los niños lo cual no causa sentimientos de rechazo en el menor por no ser del agrado en cuanto a sabores y texturas, entonces los encargados del menor se adaptan a dicha forma de nutrición con tal de que el menor no se vaya sin desayunar, sin embargo al hacerlo de esta forma en vez de servirle de beneficio le esta perjudicando la salud del infante. (Castillo, 2017)

Otra variable que influye en el entorno familiar para que no se proporcione una nutrición saludable, es la falta de conocimiento en cuanto a las necesidades alimenticias de la población infantil, las cuales van a estar condicionadas de acuerdo al sexo, edad, practica de deportes y en torno al desarrollo de determinados órganos como cerebro, huesos y dientes. (Castillo, 2017)

El presente trabajo tiene como finalidad establecer la relación del estado de salud, con los hábitos alimenticios y el desarrollo académico de los niños del centro de estudios “Escuela Fiscal Miguel Cervantes Baba” mediante el análisis de datos como peso, talla, IMC y la frecuencia de consumo para de esta manera proponer alternativas encaminadas a tomar medidas preventivas que permitan desarrollar hábitos alimenticios adecuados que permitan un desarrollo físico y mental adecuado en los niños.

# CAPITULO I

## EL PROBLEMA

### 1.1 Marco contextual

#### 1.1.1 Contexto Internacional

El bajo rendimiento escolar de los niños se debe a múltiples variables, las cuales están interrelacionadas entre sí, entre las que se destacan el estilo de vida, el nivel socioeconómico y cultural de los padres y/o cuidadores, el acceso y seguridad alimentaria.

En un estudio estadounidense publicado por la Universidad de Ohio en el año 2014 en donde se trabajó e hizo seguimiento a todos los niños de 9 a 12 años y valorar su rendimiento en materias como matemáticas, lenguaje y ciencias, se encontró que los menores que consumían grandes cantidades de grasas provenientes de las comidas rápidas tenían bajo logro académico más que todo en asignaturas de raciocinio como las matemáticas. (Reuters, 2014)

En la escuela Francisco Zarco localizada en Tamaulipas México se planteó un estudio transversal, no experimental en donde se estudiaron 590 estudiantes de 6 a 12 años de edad para evaluar las conductas y hábitos alimentarios y como estos influían en la conducta y en el rendimiento académico; entre los resultados encontrados están: el 48,6% presentaron hábitos alimentarios suficientes, el 52,7% fueron del sexo masculino, se encontró que existe una asociación positiva tanto para rendimiento académico y problemas de conducta los malos hábitos alimentarios ( $\beta = .307$ ,  $F[1-241] = 11.516$ ,  $p < .01$ ). (Ávila-Alpírez, Gutiérrez-Sánchez, et . al; 2018)

En el estudio Global Burden of Disease publicado en la revista médica Lancet donde informa los efectos negativos que tiene una mala alimentación como pasaporte para adquirir enfermedades en el futuro hace referencia al papel que tiene una mala alimentación como principal factor de riesgo modificable para evitar cerca del 21% de muertes evitables. A su vez en este mismo estudio se hace hincapié en la importancia que los niños aprendan a alimentarse bien, tomando en cuenta que ellos y los jóvenes son el grupo más susceptible que

verse influenciados por la inseguridad alimentaria en los bares escolares así como a la vulnerabilidad publicitaria. (Diario, 2018)

### **1.1.2 Contexto Nacional**

Para la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición del Ecuador el tema de la nutrición comprende una necesidad elemental del ser humano en todas sus etapas de la vida, de esta manera el hombre puede alcanzar niveles óptimos de salud, ya que la esta es un elemento fundamental para que este pueda desarrollarse tanto en la parte física como mental, además cabe mencionar que el tipo de nutrición que sigue cada ser humano debe ser direccionada en satisfacer sus demandas metabólicas, por ende debe ser individualizada la nutrición a lo largo del ciclo de la vida es uno de los principales determinantes de la buena salud, del desempeño físico y mental, y es fundamental para el desarrollo individual y nacional. (Nataly., 2015)

En el Jardín Escuela Primavera de la provincia de Pichincha en la parroquia Tumbaco se planteó un estudio para conocer la influencia que tienen los hábitos alimenticios en el rendimiento escolar de los infantes en donde se identificó que existía una nutrición adecuada y que esta influía negativamente en el desarrollo académico, tomando en cuenta que el 77% tenía problemas para adquirir un nuevo aprendizaje respecto al 23% que no presentaba esta dificultad, otra variable analizada fue el 57% de los niños y niñas si consumían de forma habitual frutas y verduras a diferencia del 43% que no lo hacía, el 77% si ingería comida chatarra mientras que el 23% no, el 71% no alcanzaban sus 5 comidas diarias para el buen desarrollo. (Espín, 2013)

En la Escuela Zoila Aurora Palacios de Cuenca en el año 2013 se realizó un estudio con el objetivo de encontrar el punto de relación entre el bajo rendimiento escolar con la malnutrición y conducta en los niños de primero y segundo año de educación básica; las medidas empleadas para la valoración fueron el puntaje menor o igual a 7 puntos para bajo rendimiento mientras que la malnutrición fue valorada con medidas antropométricas y curvas de crecimiento de la Organización Mundial de la Salud. Los resultados encontrados fueron los siguientes: el 1,09% de los estudiantes tienen bajo rendimiento académico, el 66,3% fueron del sexo masculino, la desnutrición

cronica fue aislada en el 6%, la obesidad en el 2,2% y el sobrepeso en el 13,26%; finalmente la conclusion a la que se llevo luego de realizar esta investigacion fue que los datos no son dependientes y no reflejan una asociacion positiva para dichas variables. (Pesántez, Farfán Rea, et. al 2014)

### **1.1.3 Contexto Regional**

En asuntos de mala alimentacion es mas comun identificar este tipo de problemas en areas rurales y urbanomarginales sin embargo esta aseveracion no es absoluta porque puede presentarse tambien en la zona urbana en donde por descuido y desconocimiento de parte de los padres el infante no tenga acceso a una alimentacion segura y sana.

En el caso de Ecuador, al ser un pais subdesarrollado este tipo de problemas estan bien enmarcados en nuestra sociedad, ya que es comun evidenciar no solo inseguridad alimentaria sino tambien falta de acceso a los alimentos aunado al mismo tiempo temas relacionados con idiosincrasia cultural, de ahí que como nacion pese a las innumerables luchas e implementacion de politicas estatales no se ha logrado conseguir que la poblacion infantil en todo el territorio este normopeso.

El Plan Nacional del Buen Vivir del año 2013, se enfatiza en mejorar la calidad de vida de la población en especial de los más vulnerables, en este caso niños en etapa escolar, por lo que es indispensable promover la educación alimentaria para padres de familias y profesores, que estén al tanto de la necesidad de una buena alimentación para un posterior desarrollo físico e intelectual. (Campoverde & Quijije., 2016)

En la Escuela Particular Mixta N°212“La Medalla Milagrosa de Guayaquil” durante el periodo comprendido entre el mes de Octubre del 2015 a Marzo del 2016 se desarrolló un estudio con el fin de analizar el estado nutricional de los estudiantes de cuarto a sexto grado de educación básica para a partir de los resultados poder inculcar en los padres mediante charlas educativo comunicacionales la importancia sobre un buen manejo de la alimentación ; entre los resultados tenemos que el 39% presentaban peso normal seguido del 34% de los infantes que presentaban sobrepeso, el 24% tenían riesgo de sobrepeso y cerca del 1% tenían bajo peso; el 60% desayunaban a partir de lo

que los padres les mandaban en la lonchera escolar a diferencia del 40% que en cambio lo hacían en el bar escolar; en cuanto al tipo de alimento de mayor consumo en el desayuno el 64% prefería el consumo de frutas, el 30% snacks, el 25% jugos procesados. Finalmente en este trabajo se llegó a la conclusión que cerca del 50% de los estudiantes tenían un desayuno pobre o bajo en nutrientes. (Campoverde & Quijije., 2016)

#### **1.1.4. Contexto Local**

En este plano se debe mencionar que no existen estudios investigativos en la literatura lo que denota no solo el pobre desarrollo científico en el ámbito nutricional sino que a su vez no permite tener un comportamiento clínico y epidemiológico actual sobre el estado nutricional y el rendimiento académico en los estudiantes de esta provincia.

Por lo tanto nuestro trabajo está encaminado a discernir y comparar el hábito alimentario de los menores de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes para conocer su estado nutricional, su hábito alimentario y cómo estas dos circunstancias influyen en el rendimiento y logro académico.

### **1.2 SITUACION PROBLEMÁTICA**

En pleno siglo 21 es un tema preocupante el desconocimiento concerniente en temas de educación alimentaria que se palpa en el desarrollo físico y cognitivo de la población infantil; lo que ha generado la sustitución de los alimentos de origen natural por alimentos procesados más accesibles pero poco saludables y rápidos como son las bien llamadas comidas rápidas o chatarra; con el advenimiento de esta época han venido precedidas repercusiones enmarcadas dentro del término malnutrición y compromiso neurosensorial; de ahí que el presente proyecto de investigación surja como una opción que permita no solo identificar sino también describir y actuar sobre el problema como es la falta de educación nutricional ya que se ha evidenciado que cuando se corrige este eslabón se mejora la calidad de vida de los pueblos permitiendo de esta forma que alcancen un completo disfrute de una vida plena tanto física como mental y mucho más en una población vulnerable como es la infantil.

## **1.3 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.3.1 Problema General**

¿Cuál es la influencia del desayuno en la nutrición y rendimiento académico de los estudiantes de tercero y cuarto año de básica de la escuela fiscal miguel de cervantes Baba, los ríos. Periodo Mayo- septiembre 2019?

### **1.3.2 Problemas Derivados**

¿Cuál es la calidad del desayuno de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos?

¿Cuál es el estado nutricional y el rendimiento académico de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos?

¿Cuál es el nivel de conocimiento que tienen los padres y/o cuidadores sobre la importancia del desayuno en los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos?

## **1.4 DELIMITACION DE LA INVESTIGACION**

**Espacial:** Mayo - Septiembre 2019

**Campo:** Salud Pública.

**Área:** Nutrición PEDIATRICA

**Aspecto:** Nutrición y Rendimiento académico.

**Lugar:** Escuela Fiscal Miguel de Cervantes

## **1.5 JUSTIFICACION DE LA INVESTIGACION**

El incremento alarmante de sobrepeso y obesidad infantil así como de desnutrición constituyen una problemática de gran importancia que tanto a nivel internacional como nacional han alcanzado grandes dimensiones ya que obedecen principalmente a múltiples factores entre los que destacan el nivel



socio cultural de los padres de familia, el acceso a la alimentación saludable, los mismos que están relacionados con los estilos de vida caracterizados por la ingesta de alimentos con grandes aportes calóricos y pobres en fibra, frutas y verduras con su inmediata implicancia clínico-cognoscitiva en el rendimiento escolar , a su vez esta tendencia se traduce clínicamente en una mayor prevalencia de morbimortalidad general.

Consecuentemente la alimentación inadecuada produce efectos nada alentadores para el desarrollo tanto físico como cognoscitivo de los niños, por lo que el presente trabajo pretende llegar a establecer la influencia que tiene la primera ingesta de alimentos como el desayuno en el estado nutricional y rendimiento académico de los niños de edad escolar, para de esta forma proponer mecanismos que permitan lograr dar a conocer a los padres de familia la importancia del desayuno como medio para obtener un desarrollo académico acorde a la edad del escolar, lo cual contribuirá en la salud y calidad de vida del adolescente y adulto.

Además se debe trabajar en la ampliación de los conocimientos a los padres de familia acerca de la forma de alimentar adecuadamente a los niños; dado que los niños ingresan a las Escuelas a una temprana edad en la cual se están adaptando sus hábitos alimentarios “Asimismo, el desayuno posee un papel básico en un óptimo desarrollo de las etapas de crecimiento infantil, adolescente y juvenil, asociándose a un mayor rendimiento físico e intelectual y por lo tanto académico “(Cubero, 2013).

La situación actual de las familias según datos proporcionados por el INEC en el último censo poblacional refleja que estos son de una situación económica baja ya que las personas no cuentan con el dinero suficiente para alimentarse con regularidad y calidad. Esto nos ha motivado al desarrollo de la investigación, y por medio de esta proponer que la alimentación saludable sea puesta en práctica, dentro de esto nos enfocamos en el desayuno siendo la base fundamental para un adecuado desarrollo físico y mental para así lograr un rendimiento escolar satisfactorio, mediante la motivación de programas educativos, para ellos se procederá a la recopilación de datos mediante la

aplicación de una encuesta dirigida a los padres de familia y a los niños por medio de la medición de las medidas antropométricas tales como el índice de masa corporal, peso y talla. (Riofrío, 2012)

## **1.6 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACION**

### **1.6.1 Objetivo General**

Establecer la influencia del desayuno en la nutrición y rendimiento académico de los estudiantes de tercero y cuarto año de básica de la escuela fiscal miguel de cervantes Baba, los ríos. Periodo Mayo- septiembre 2019

### **1.6.2 Objetivos Específico**

- Determinar la calidad del desayuno de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos.
- Establecer el estado nutricional y rendimiento académico de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos.
- Determinar el nivel de conocimiento de los padres y/o cuidadores sobre la importancia del desayuno de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos.

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEORICO**

#### **2.1 MARCO TEORICO**

##### **HABITOS ALIMENTICIOS**

Se conoce como hábitos alimentarios al patrón nutricional que sigue de manera rutinaria todo ser humano, la cual a su vez condiciona que se tenga vitalidad; se consideran actualmente un derecho irrenunciable que debe tener todo ser humano; sin embargo se ve condicionado por múltiples factores que pueden distorsionar el concepto de lo que realmente es una buena alimentación como son las tradiciones, creencias, aspectos demográficos, sociales; dentro de los aspectos demográficos tenemos que el más importante es si dicha nación dentro de sus políticas está el brindar a sus ciudadanos seguridad alimentaria. (Guamanquishpe & Sacoto, 2015)

A veces el sistema escolar puede resultar perjudicial para el desarrollo del niño ya que lo vuelve más independiente, debido a que este tiene que cumplir con una carga horaria, el cual debe cumplir además de que tiene que alcanzar un buen desempeño; de igual manera en la mayoría de los sistemas educativos no se cuentan con bares escolares saludables entonces estos se ven atraídos por la gama de productos que se ofertan y que a su vez son agradables al sabor, haciéndolos tolerantes a estas comidas sin control. Adicionalmente la falta de actividad física y las largas horas frente al televisor y la computadora producen un círculo vicioso que genera sobrepeso y obesidad cuando la mayoría de las personas consume más calorías de las adecuadas. Este consumo inadecuado de nutrientes en la alimentación diaria podría afectar la salud del niño y un elemento tan importante como es el rendimiento escolar. (Herrera Genes, 2013)

Puede darse la ideología de creer que todo tipo de alimentos son saludables sin embargo es fundamental aclarar que la alimentación no es la misma para todas las personas ni en todas las etapas de su vida; esto quiere decir la alimentación de un niño no va ser igual que la de un adulto mayor, simplemente porque los requerimientos orgánico funcionales son diferentes. En el caso de

los pacientes pediátricos esta nutrición debe estar direccionada en cumplir con necesidades específicas tales como desarrollo ponderoestatural, desarrollo psicomotriz y reforzamiento del sistema inmune para la prevención de enfermedades; por lo tanto, siempre se debe enseñar a los padres y/o cuidadores del menor que la mejor alimentación que se les debe brindar debe permitirles a los niños disfrutar plenamente de un buen desarrollo social, biológico y psicológico. (Guamanquishpe & Sacoto, 2015)

Cuando se habla de hábitos alimenticios los niños son el grupo social más difícil de desarrollar buenos hábitos alimenticios porque es en esta etapa donde son más fáciles de cautivar por productos azucarados, con altas cantidades de calorías por su sabor más agradable al paladar y existir a su vez un sentimiento de rechazo por productos como legumbres y frutas; de ahí que sean los padres o los cuidadores que están a cargo del menor de enseñarles en los primeros años de vida para que se acostumbren y lo adopten como un estilo de vida duradero; cuando no se cumple con este paradigma se pueden producir complicaciones irreversibles como la falta de desarrollo neuronal, inmadurez cerebral y todo eso tener finalmente una traducción inmediata como es el mal rendimiento académico en las instituciones educativas. (Guamanquishpe & Sacoto, 2015)

Llevar una dieta balanceada, variada y acompañada de la práctica de ejercicio físico es la fórmula perfecta para estar sanos. En una dieta variada deben estar incluidos alimentos de todos los grupos y en cantidades suficientes para cubrir las necesidades energéticas y nutritivas.

Para mantenernos sanos y fuertes es muy importante tener una alimentación adecuada; no sólo interesa la porción de los alimentos que ingerimos, sino también su calidad, ya que ambas influyen en el mantenimiento adecuado de nuestra salud. Para poder elegir el menú más saludable necesitamos saber qué nutrientes nos brinda cada alimento.

## **TENDENCIAS ALIMENTICIAS ACTUALES**

En pleno siglo 21 se ha vuelto tan de moda las denominadas comidas chatarras o rápidas, su problema no solo radica el gran contenido calórico que aportan, sino que también favorecen romper con los estándares tradicionales

de lo que es una buena alimentación ya que favorece que los niños y adolescentes, que son sus potenciales víctimas no respeten los horarios habituales y crearles adicción hacia los mismos. Otro punto que llama la atención es que la juventud se ha vuelto muy dependiente de los entornos sociales y por eso en ocasiones comen colectivamente, estando en grupo por querer ser socialmente aceptado y estar de moda vuelven a caer en las mafias de consumo de las comidas chatarras. (RODAS, 2014)

Cuando no se ingieren alimentos por las mañanas, esta aseveración aplica tanto para adultos como para jóvenes y niños tenemos que esta acción se verá reflejada en los malos resultados en el desempeño durante todo el día ya que es bien sabido que esta comida proporciona energía y mantiene en buenas condiciones de salud; entre las consecuencias que se generan por no desayunar esta la apatía, falta de concentración y el mal humor; estas tres consecuencias por la falta de glucosa a nivel cerebral. Entre los cambios que se producen por no desayunar esta la utilización de las reservas energéticas a nivel hepático; sin embargo, sigue existiendo la carencia de glucosa; esta carencia causa un descenso del rendimiento, ya que la expresión, la memoria, la creatividad y la capacidad de resolver problemas se ven particularmente afectados. (RODAS, 2014)

## **DESAYUNO**

Se define al desayuno como la principal comida del día ya que este aporta los componentes energéticos para nuestro organismo luego de haber estado en un estado de ayuno prolongado de 7 u 8 horas debido al descanso obligatorio en las noches; este precepto es aplicado para todos los seres humanos ya que todos independientemente de la edad que tengan necesitan de energía y nutrientes para cumplir con las actividades de la vida cotidiana, es de suma importancia en los niños, ya que son estos quienes desde las primeras horas de la mañana, deben estar alertas y en condiciones de responder a las demandas intelectuales y físicas de la actividad escolar. Esto se logra con un desayuno completo, que incluya lácteos, pan u otro cereal, azúcar, frutas u otros alimentos de acuerdo con las costumbres locales. El mantener un ayuno prolongado por horas en ayuno sentiremos fatiga y debilidad. (Jiménez, 2017)

## **ENFOQUE NUTRICIONAL DEL DESAYUNO ESCOLAR**

Para que un alimento sea considerado como nutritivo este debe cumplir con ciertas características tanto cuantitativas como cualitativas en término de nutrientes aportados; por ende, al momento de seleccionar una opción respecto a otra se debe tener en cuenta 9 aspectos importantes en la valoración de la calidad al momento de ingerirla, los cuales se describen a continuación:

- La selección de un tipo de producto alimenticio debe ser en base a quien va ser el beneficiario de dicho consumo.
- Cuál va a ser el papel de dicho nutriente en base a las actividades realizadas por esa persona.
- El sinergismo que se va a presentar al ingerir con otro tipo de alimentos, tomando en cuenta que esto puede facilitar el mal metabolismo de nutrientes entre uno u otro tipo.

La cantidad de proteínas, vitaminas y minerales varía de acuerdo al tipo de carne animal que se consuma y la pieza específica del animal, por ejemplo, la pieza de pollo que tiene menor contenido de grasa y colesterol es la pechuga sin piel, que supera a los muslos en su nivel proteico, mientras que los muslos contienen el triple de grasa que la pechuga. Algunos de los nutrientes que se encuentran en las carnes son: vitaminas B1, B12, B2, Cinc, B6, niacina, tiamina, riboflavina, potasio, entre otros. Se afirma en general que las carnes y sus derivados son una excelente fuente de nutrientes dentro de la alimentación humana.

La cantidad de proteínas, vitaminas, elementos minerales, lípidos y aporte energético de las carnes estará determinado por diversos factores como: edad, crianza, proceso químico al que haya sido sometido. Un alimento tiene calidad nutricional si cubre las necesidades de nutrientes y energía de quienes las absorben.

Para que una alimentación sea saludable debe cumplir con las siguientes características como son:

- Balance

- Moderación
- Variedad

En la actualidad se consideran puntos de buena práctica clínica desde el punto de vista nutricional lo siguiente:

- Las tres comidas del día como son desayuno, almuerzo y merienda deben ser consumidas sin olvido, procurando que sea completa, variada y balanceada; en cuanto a los bocados entre comidas de preferencia debe ser en base a frutas, con barras energéticas o con frutos secos.
- Tomar de 10 a 12 vasos de agua en el día.
- Evitar los excesos de grasa saturada.
- Comer alimentos con suficiente fibra vegetal.
- No sobrepasar el consumo de 20% de proteínas
- Realizar actividad física acorde a su físico, edad y preferencias

Los alimentos existentes han sido clasificados en grupos de acuerdo a su aporte nutricional, la importancia de esta clasificación radica en las cantidades de energía que aportan y en base a eso saber con cuales no se puede exceder en su cantidad para no crear desequilibrios nutricionales: (Jiménez, 2017)

- Los lácteos y sus derivados comprenden el primer grupo de alimentos, los cuales son bien conocidos por ser fuente primordial de nutrientes como calcio y fósforo así como de ciertas proteínas y de vitaminas como la A, D, B así de igual forma de zinc y de hierro; otra particularidad de este grupo alimenticio es su gran aporte de colesterol y otros tipos de grasas, sobre todo las leches enteras, los yogures elaborados con leche entera y algunos quesos. Es recomendable que los niños y niñas consuman entre tres y cuatro porciones de lácteos por día. La leche se puede tomar sola o como parte de otras preparaciones (arroz con leche, flanes, licuados, avena con leche). (Jiménez, 2017)

- El segundo grupo alimenticio está conformado por las proteínas de origen animal como las carnes y los huevos, como su nombre de grupo mismo hace referencia aporta proteínas de alta calidad, vitaminas, minerales así como hierro y zinc; hay algo que debe quedar claro es que los escolares deben comer carne todos los días lo ideal es que coman menos de dos porciones pequeñas, estas deben ser complemento del plato principal. (Jiménez, 2017)
- Las frutas y legumbres conforman el tercer grupo alimenticio; estos se caracterizan por aportar vitaminas, minerales y fibra; este tipo de alimentos por su gran aporte energético reciben la denominación de este tipo y son en la actualidad los deben de ser proporcionados en grandes cantidades y a libre demanda y no deben faltar nunca en el plato; entre los alimentos que conforman este grupo se encuentra la quínoa, la cebada, el arroz, tapioca, maíz, trigo, avena, lentejas, arvejas, garbanzos. (Jiménez, 2017)
- Finalmente, el cuarto grupo lo componen las grasas, son los alimentos que mayor aporte calórico aporta a la dieta así como ácidos grasos esenciales, de ahí que no se debe abusar de su uso en la dieta diaria, lo recomendable es entre una y dos porciones diarias; debido a su aporte calórico alto este grupo de alimentos son considerados complementarios en el plato ya que se debe prioridad a alimentos importantes como las proteínas y las legumbres. (Jiménez, 2017)

## **Carbohidratos**

Los carbohidratos son un grupo complejo de nutrientes que al igual que las grasas se caracterizan por brindar energía sin embargo su aporte calórico es alto; en la mayoría de la población actual se abusa bastante de ellos incluso estos han reemplazado a las frutas y legumbres en el plato; se sabe que aportan alrededor de 4 kilocalorías por cada gramo consumido; se encuentran en productos como los tubérculos, pan, arroz, trigo, cebada, centeno, maíz, quínoa. Una vez en el interior del organismo estos se desdoblán en azúcares menos complejos para finalmente terminar siendo glucosa y aportar energía al cerebro y metabolismo basal; otra de las cualidades que tienen estos alimentos son que impiden la destrucción celular ya que en momentos de ayuno son los



primeros que se sacrifican como fuente de energía con tal de no dañar las reservas de proteínas encontradas principalmente en los músculos; finalmente los carbohidratos también facilitan la optimización de los aminoácidos y la transformación de las grasas a nivel hepático. (Jiménez, 2017)

## **Grasas**

En cuanto al aporte energético que brindan las grasas tenemos que esta es de 9 kilocalorías; dentro de sus componentes tenemos que están formados básicamente por ácidos grasos esenciales los cuales participan activamente de la formación de múltiples componentes importantes para el organismo, entre las cuales la formación de vitaminas liposolubles como la A, D,E,K así mismo por medio de la formación del tejido adiposo participan de la protección y el amortiguamiento de los órganos, tanto de traumatismos como del frío; facilitan la fijación de los órganos; como ya se dijo en apartados anteriores representa la principal reserva energética del organismo; entre los ácidos grasos esenciales que facilitan su producción están el ácido linoleico alfa, linoleico gama y el ácido linoleico. (Jiménez, 2017)

Las principales fuentes de grasa son unas de origen animal, que constituyen las grasas saturadas y por lo tanto nocivas para la salud, y otras de origen vegetal que son las grasas no saturadas como aguacate, almendras, aceitunas, maní, etc. Los aceites tienen diferentes calidades dependiendo de su origen por ejemplo el aceite oliva es el más sano luego el de girasol, soya, maíz, siendo el aceite de palma el más perjudicial para la salud. Para los niños de bajo peso se debe aumentar moderadamente el consumo de grasas, pero este no debe exceder el 33% de las calorías totales de la dieta. (Jiménez, 2017)

## **Proteínas**

Son elementos formativos indispensables para todas las células del organismo, por lo tanto no existe formación de células si no hay proteínas. Las proteínas regulan todos los procesos metabólicos del organismo, actúan bien como enzimas o como hormonas. Son las encargadas de transmitir la herencia (genes), son la base de los 11 procesos inmunológicos como anticuerpos, son necesarias para el funcionamiento especializado de algunas células del

organismo, secreción glandular, enzimas y hormonas. Son los constituyentes principales de los tejidos activos del organismo. En su estructura contienen Carbono, Hidrógeno, Oxígeno y Nitrógeno. Se clasifican de acuerdo a su estructura formada por aminoácidos, siendo algunos de ellos esenciales para el organismo, ya que este no los puede formar, debiendo ser proporcionadas por la dieta en cantidades adecuadas y en proporción para cubrir las necesidades de conservación orgánica y crecimiento tisular. Los lactantes y niños tienen necesidades proporcionalmente mayores de aminoácidos esenciales que los adultos, de 2 a 3 grs. por kilo de peso al día. (Jiménez, 2017)

Para decir que un alimento es rico en proteínas hay que mencionar que estas se encuentran en su forma completa en los productos de origen animal como carne, pollo, pescado, huevos y en menor proporción en legumbres como lentejas principalmente; hay que saber que las proteínas pueden ser de origen animal y de origen vegetal; las de origen animal son más completas en cuanto a sus componentes energéticos a diferencia de las de origen vegetal las cuales carecen de ciertos aminoácidos esenciales. Las encontramos principalmente en las arvejas, soya, porotos habas, quínoa, maní, nueces, etc.; se deben consumir por ejemplo con arroz, maíz tostado. Las proteínas en la dieta deben estar presentes en una proporción del 9 al 11%. (Jiménez, 2017)

## **VENTAJAS DEL DESAYUNO**

Hablar del desayuno es mencionar que es la principal comida del día, ya que proporciona los nutrientes necesarios para iniciar las actividades cotidianas sin embargo en el campo nutricional y médico en general sigue siendo un tema controversial porque entorno a él existe muchos mitos y verdades sobre cuál es el modelo perfecto e idóneo que se debe implementar en las mesas de los hogares. Tomando en cuenta que la toma de desayuno ha mostrado múltiples ventajas por sobretodo en la población pediátrica ya que permite un adecuado desarrollo pondero estatural y cognoscitivo sin embargo se sigue cayendo en falencias entre ellas es que es la comida que más se omite a diario. (Herrera, 2013)

Para que un niño se adapte a tener buenos hábitos nutricionales es conveniente que desde pequeños se les desarrolle la costumbre de una alimentación adecuada , proceso en que los padres o familiares a cargo del menor dediquen entre 15 a 20 minutos diarios, sentados en la mesa, en un ambiente relajado para inculcarles y realizar supervisión que ingieran más que todo frutas, verduras . (Herrera, 2013)

Lo aconsejable es que un desayuno balanceado este conformado por alimentos que contengan lácteos, cereales, nunca deben faltar las frutas, los zumos de fruta fresca aunado a esto el desayuno se debe complementar con proteínas como las encontradas en huevos además de alimentos energéticos como las barras proteicas libres de azúcar, hasta llegar a 20% y 25% de las necesidades energéticas diarias. (Herrera, 2013)

### **CRECIMIENTO Y DESARROLLO EN PEDIATRIA**

Durante los primeros años de vida del infante tenemos que para hacer un buen seguimiento del adecuado goce de salud esto se logra mediante la valoración recurrente de las medidas básicas antropométricas tales como peso, talla y perímetro cefálico; tomando en cuenta que el estancamiento ponderoestatural representa un problema frecuente que puede suceder durante esta etapa de la vida, el mismo que su cronicidad puede verse influenciada por múltiples factores, los cuales pueden ser externos, como la mala alimentación, la falta de ejercicio y de factores internos como los neurohormonales y los genéticos. (Zárate Vergara, 2017)

En conjunto estos factores interactúan entre sí para explicar el desarrollo progresivo de un infante, la intensidad de acción de cada factor será independiente en cada ser humano, por lo tanto esto explica porque los patrones de crecimiento y desarrollo no son iguales en todos; así mismo esta variabilidad tendrá su implicancia clínica tanto en el desarrollo de enfermedades como en el aspecto psicomotriz y cognoscitivo. (Zárate Vergara, 2017)

A continuación se describen los principales factores sociodemograficos que se deben tomar en cuenta en los pacientes pediatricos como parte de la valoración nutricional y medica para poder identificar aquellos grupos

vulnerables y expuestos a estancamiento ponderoestatural: (Comité de Crecimiento y Desarrollo, 2017)

- Composición familiar: Este término hace referencia no solo a las condiciones de hacinamiento que se pueden presentar en ciertos núcleos familiares sino también hace referencia al número de hijos que pueda tener una pareja; se sabe que cuanto mayor es el número de hijos mayor es el riesgo de sufran de desnutrición, por la falta de recursos para alimentar a varios de manera adecuada. (Comité de Crecimiento y Desarrollo, 2017)
- Características de la vivienda
- Idiosincrasia: Hace referencia a las creencias en ciertos entornos sociales que hay determinados alimentos que no se deben consumir.
- Nivel socioeconómico: Representa el factor sociodemográfico más trascendental ya que esto mejora o agrava la inseguridad alimentaria así como el acceso a los alimentos.
- Marginalidad, violencia
- Adicciones de los padres: Se sabe que los hijos de padres consumidores de sustancias psicoactivas no solo más proclives a padecer trastornos nutricionales ya que el poco dinero que manejan los padres son mal gastados en la adquisición de estas sustancias, también se ha evidenciado que los infantes con este antecedente también presentan bajo rendimiento académico por el descuido de los padres al no servirles de guía en la casa de los deberes y procesos de aprendizaje. (Comité de Crecimiento y Desarrollo, 2017)
- Escolaridad de los padres
- Trabajo de los padres
- Estilos de crianza

De las medidas antropométricas previamente descritas tenemos que el peso constituye una de las más importantes ya que permite evaluar el estado nutricional del infante; para la toma de esta medida se debe tomar en cuenta que a diferencia del lactante que normalmente se lo recostaba sobre una balanza, en este caso aquí se le explica al paciente que este debe pararse sobre una balanza, procurando ubicarse en el centro de esta, sin moverse y con la menor cantidad de peso posible; de ahí que en la medida de lo posible lo más conveniente es quitarle la ropa tanto como sea posible. (Zárate, 2017)

Para la toma de la talla en los menores de dos años, se va a recurrir al uso del infantometro, en donde al menor se lo colocara en posición boca arriba mientras que para tomar la talla en niños mayores de dos años se lo realiza en el tallímetro en donde el menor debe pararse recto totalmente erguido con los hombros para abajo, los talones juntos y con las puntas separadas, antes de cada procedimiento es recomendable asegurar que los equipos estén totalmente encerados. (ALVAREZ, 2018)

En cuanto el desarrollo neurológico y cognoscitivo, tenemos que los cambios que se van suscitando van acorde a los cambios físicos y sociales así como en la exposición de ciertas actividades motoras que facilitan dicho proceso; el aspecto psicomotor y del neurodesarrollo no solo permite la maduración y crecimiento cronológico del menor; todos estos procesos son de manera paulatina; por ejemplo la absorción y práctica de ejercicios como dibujar un círculo, triángulos, personas o el manejo de tijeras, un lápiz indica el desarrollo y activación de ciertas áreas corticales como la frontal; el proceso de la evolución del neurodesarrollo y psicomotriz se complementa de igual forma con el dominio del lenguaje, se sabe que en fases iniciales esto inicia con la vocalización de monosílabos, pronombres, tartamudeos para ya en la etapa escolar abrir la mente a la curiosidad propia de la edad; expresada por la particular etapa del “porque”; por ende nos debe quedar claro que todas estas situaciones son propias de un niño normal más bien cuando no se siga este transcurso natural se debería pensar que hay algo que está afectando patológicamente el proceso cognoscitivo del infante. (ALVAREZ, 2018)

Por ende es común esperar que durante la etapa de preescolar el niño y la niña adquieran cada vez nuevas habilidades tanto afectivas como cognoscitivas; las que a su vez ayudan a desarrollar y perfeccionar su esfera social no relacionada con el entorno familiar. Parte del proceso de formación psicomotriz, académica y del neurodesarrollo comprende la formación de la habilidad para relacionarse con el entorno, jugar en grupo, trabajar en actividades académicas con otros niños, establecer reglas de determinado juego; también se puede observar que el niño inicia con manifestaciones de moralidad al tratar de complacer a sus padres y aparece narraciones complejas para referir mentiras, por lo cual brindar al preescolar, atención, afecto, confianza y estimulación, a fin de lograr su progreso apropiado. (Andrade Hernandez., 2014)

A continuación se resume en un mapa conceptual todas las variables que participan en el desarrollo infantil y cuales son sus implicancias cuando este es positivo y a su vez cuando este es negativo; hay que mencionar que con desarrollo infantil se engloba tanto el aspecto físico dado por el desarrollo ponderal, de estatura así como en el aspecto del neurodesarrollo y cognoscitivo: (Souza & Veríssimo, 2015)

## **NUTRICION POR ETAPAS**

### **NUTRICION EN EL PRIMER AÑO DE VIDA**

El primer año de vida representa una pieza clave en el desarrollo de todo ser humano ya que se basa única y exclusivamente en cumplir con la lactancia materna exclusiva, más que todo de forma obligatoria dentro de los primeros 6 meses de vida, la importancia de esta forma de alimento radica en múltiples ventajas entre esas el gran aporte nutritivo además de inmunológico que necesita el bebé; además de esto la leche materna refuerza el vínculo materno fetal y saciar la sed del lactante. A partir del séptimo mes tenemos que se va induciendo al bebé al uso de la alimentación complementaria básicamente con alimentos que contengan hierro para así prevenir la anemia. (Ruiz, 2018)

El rol que tiene la alimentación en esta etapa radica en favorecer la ganancia ponderal de 85 a 140 gramos en la medida de lo posible hasta el final del primer año, de esta forma se habla que para esta edad debe triplicar su peso

de nacimiento; por otro lado en cuanto a ganancia estatural esta debe ser alrededor de 1,25 centímetros por mes. (Ruiz, 2018)

Es a partir del año y 2 años en donde este ya puede ingerir alimentos a partir de la olla familiar sin embargo se debe tener en cuenta que sus porciones deben ser ingeridas entre cinco a seis veces al día; en cuanto al desarrollo antropométrico tenemos que desde el primer año de vida hasta los 30 meses el niño va a cuadruplicar su peso del nacimiento, es decir, anualmente aumenta de 2 a 3 kg.; en el 2 año de vida crecen aproximadamente 1 cm por mes. (Ruiz, 2018)

## **NUTRICION DEL PREESCOLAR Y ESCOLAR**

Estando el niño más grande cronológicamente tenemos que se debe cuidar de igual forma de la alimentación ya que la omisión en esta fase suele traer repercusiones a largo plazo generando problemas de salud más que todo en la adolescencia y en la adultez. (Mora, 2014)

Se conoce como etapa preescolar a la edad de los niños comprendida entre los 2 a 5 años, debido a que en esta fase se conoce que se produce el primer estirón en cuanto a ganancia de talla tenemos que los vuelve más proclives al desarrollo de malnutrición , ya que los problemas principales es una negación del niño para comer; por tanto, aún se deben dar los alimentos de 4 a 5 veces por día, con una dieta balanceada. (Ruiz, 2018)

Durante la etapa escolar el menor debe aumentar entre 2 a 3 kg de peso por año mientras que en cuanto a ganancia de talla tenemos que aumenta entre 6 a 8 centímetros por año. (Ruiz, 2018)

### **2.1.1 MARCO CONCEPTUAL**

**Alimentación:** Su concepto sigue la misma línea del patrón nutricional que sigue de manera rutinaria todo ser humano, la cual a su vez condiciona que se tenga vitalidad; se consideran actualmente un derecho irrenunciable que debe tener todo ser humano. (Guamanquishpe & Sacoto, 2015)

**Nutrición:** es el proceso a través del cual el organismo absorbe y asimila las sustancias necesarias para el funcionamiento del cuerpo.

**Rendimiento escolar:** Representa un resultado complejo de la sinergia de múltiples factores los cuales pueden ser endógenos y exógenos; se conocen como factores endógenos a las variables inherentes al estudiante como tal entre las cuales; las motivaciones, intereses, metas, antecedentes escolares, los hábitos escolares como los de mayor importancia; en cuanto a los factores exógenos tenemos los factores sociodemográficos factores culturales, factores relacionados tanto con la institución educativa como del docente que tiene el menor; todas estas características cuando resultan beneficiosas le permiten al niño y niña una mayor absorción de los conocimientos dictados, facilitando tanto el conocimiento cuantitativo, cualitativo y abstracto . (Bernal García, 2017)

Resulta pertinente afirmar que el rol de la familia y la escuela, se precisa como fundamental para el acompañamiento de los niños, niñas y jóvenes en su proceso de formación integral, en una educación con sentido y para toda la vida. (Bernal García, 2017)

**Malnutrición:** El término hace referencia a tres entidades clínicas bien diferenciadas como son la desnutrición, el sobrepeso y la obesidad; a continuación se describirá cada situación de forma más detallada:

- Desnutrición: Esta condición clínica a su vez engloba tres espectros clínicos como es la emaciación, el retraso del crecimiento y la insuficiencia ponderal; la emaciación responde al peso insuficiente para la edad, la insuficiencia ponderal al peso demasiado insuficiente; finalmente se conoce como retraso del crecimiento a la talla insuficiente para la edad. (Organización Mundial de la Salud, 2018)

Otro de los trastornos nutricionales es el déficit o carencia de vitaminas o minerales, en la mayoría de los casos se da por una deficiencia de hierro que es la anemia, en los últimos años la prevalencia ha incrementado en los niños menores de dos años, afectando así el estado nutricional que compromete la capacidad intelectual, reproductiva y productiva de los niños en su vida adulta. (Falivene, 2016)



Otra forma de clasificar la desnutrición es en primaria y secundaria, la forma primaria es la que está relacionada más que todo con las formas carenciales y limitado acceso a una adecuada alimentación mientras que la forma secundaria más bien está relacionada con alguna patología de base la cual genera pérdidas ponderales y compromiso orgánico. Entre los efectos negativos que genera la desnutrición tenemos problemas inmunológicos, hidroelectrolíticos, metabólicos, malformaciones, depresión, infecciones, problemas hematológicos, cardiorrespiratorios y renales. más tarde aparecerán déficit de talla y disminución del cociente intelectual. (MARTINEZ, 2015)

Las estadísticas se basan en tres indicadores: peso para la edad, que mide la desnutrición global: talla para la edad, que refleja la desnutrición crónica, debido a que la baja estatura es producto de una carencia prolongada de nutrientes y peso para la talla, que mide la desnutrición aguda. (MARTINEZ, 2015)

- Sobrepeso y Obesidad: El sobrepeso y la obesidad en la actualidad constituyen un serio problema de salud que ha ido más allá de todas las fronteras comprometiendo a todos los grupos sociales , constituye una entidad clínica bien diferenciada que se caracteriza por un deposito excesivo de grasa corporal y que promueve un estado inflamatorio crónico que conlleva a la aparición de terribles complicaciones cardiovasculares como la hipertensión arterial , diabetes mellitus , neoplasias con lo cual se torna necesario la implementación de medidas correctivas para evitar un aumento en la morbimortalidad de la población más joven ya que se sabe que la obesidad y el sobrepeso tienen un componente netamente prevenible, entonces partiendo de esto las estrategias medico terapéuticas deben ir dirigidas a reforzar la parte de evitar que sigan incrementando de manera alarmante las cifras de obesidad infantil y adolescente. (ALVAREZ, 2018)

En cuanto al comportamiento epidemiológico de la obesidad infanto juvenil la OMS estima que esta se ha multiplicado por 10 en los últimos 40 años ; la prevalencia global aumento del 0,7 al 5,6% para las niñas y del 0,9% al 7,8%

en el caso de los niños. A escala mundial en el año 2016 124 millones de niños eran obesos mientras 213 millones de niños tenían sobrepeso. (ALVAREZ, 2018)

En Estados Unidos se mantiene con una prevalencia del 20% de la población infantojuvenil con obesidad mientras que en el continente europeo la prevalencia en la población infantil es entre el 19 al 49% para los varones mientras que es del 18 al 43% para la población femenina que son las que tienen sobrepeso y obesidad, estos porcentajes en términos numéricos representa un estimado de alrededor de 12 a 16 millones de adolescentes afectados; mientras que en España la prevalencia en los niños paso del 3% al 12% y en las niñas del 2% al 8%. (ALVAREZ, 2018)

Aproximadamente 42,5 millones de niños y adolescentes de 0 a 19 años sufren de obesidad y sobrepeso lo que representa una prevalencia estimada del 20% en América Latina . De manera más específica los menores de 5 años la cifra para el año 2016 estimo más de 42 millones de niños con obesidad y sobrepeso. (Fernández, 2015)

El índice de masa corporal (IMC) es una relación entre el peso y la altura que se utiliza habitualmente para determinar el sobrepeso y la obesidad en adultos. Se define como el peso de una persona en kilogramos divididos por el cuadrado de la altura en metros ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ). En los adultos, el sobrepeso se define por un IMC igual o superior a 25, y la obesidad por un IMC igual o superior a 30. (Organización Mundial de la Salud, 2018)

El sobrepeso y la obesidad pueden ser consecuencia de un desequilibrio entre las calorías consumidas (demasiadas) y las calorías gastadas (insuficientes). A escala mundial, las personas cada vez consumen alimentos y bebidas más calóricos (con alto contenido en azúcares y grasas), y tienen una actividad física más reducida. (Organización Mundial de la Salud, 2018)

### **2.1.2 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACION**

- En Brasil en el año 2015 se realizó un estudio transversal con el fin de analizar de qué forma influenciaba el régimen alimenticio no saludable y

el sedentarismo en cuanto a la falta de ejercicio físico en el rendimiento escolar; el grupo con el que se trabajó estaba conformado por un total de 450 estudiantes de educación primaria; se encontró que los estudiantes que tenían estilos de vida desordenados tanto en alimentación como en actividad física y que desarrollaron sobrepeso tenían mayor tendencia a tener un nivel bajo de rendimiento académico respecto a los estudiantes que presentaban hábitos más adecuados y normopeso, por lo que los resultados corroboraron que un peso inadecuado debido a hábitos alimenticios incorrectos está asociado a un bajo rendimiento académico en niños. (Beretta de Azevedo L, 2015)

- Un estudio realizado por la Universidad Nacional de San Marcos en el año 2016 con el fin de analizar cuál era el comportamiento epidemiológico y así relacionar dos variables como son el aspecto nutricional y el rendimiento escolar de los infantes que asisten a la Cuna Jardín Carmen Alto Comas, se estudiaron un total de 128 niños. Los resultados encontrados fueron los siguientes: el 82,8% presentaron un destacado rendimiento académico a diferencia del 17,2% que presentaron un rendimiento poco adecuado; en cuanto al peso alrededor del 77,3% de los alumnos eran normopesos, los que tenían sobrepeso eran el 22,7%; a su vez se pudo reconocer que el grupo de pacientes con esta condición clínica coincidían con los que tenían rendimiento poco adecuado en la escuela; finalmente dentro de este mismo estudio se correlacionó la administración de ciertos micronutrientes como la vitamina B6 y el yodo ayudaron a mejorar el rendimiento académico en los educandos. (Sauca, 2016)
- En el año 2016 en el periódico uruguayo El Observador se realizó una publicación donde hacía referencia como influenciaba la dieta en el rendimiento escolar; los resultados de dichos estudios fueron de dos países, Chile y España respectivamente, en donde se trabajó con cerca de 1300 niños entre los 10 y 14 años; el resultado al que llegaron a concluir fue que la dieta mediterránea es la que mejores resultados académicos arroja durante la formación de los infantes a diferencia de

los que siguen dieta ricas en calorías, grasas de mala calidad y pobres en fibra. (El Observador, 2016)

- En el año 2013 en la Unidad Educativa Francesco Ricatti, ubicado en la parroquia Cotocollao de la Ciudad de Quito se planteo un estudio para conocer de que forma el conocimiento sobre la piramide nutricional influye en el rol academico de los estudiantes de septimo año de educacion basica; los resultados de este estudio fueron mas dirigidos hacia la parte cualitativa en donde se evidencio que los estudiantes no conocen en absoluto lo que es la piramide nutricional ni cada uno de los componentes alimenticios que la conforman, mucho menos sabian que existen determinados alimentos que son de consumo diario para poder obtener una buena salud y rendimiento escolar adecuado. (Moreira, 2013)
- En el año 2015 se realizó un estudio en la Unidad Educativa Luis A. Martínez, ubicado en el cantón Ambato en la provincia de Tungurahua en donde se estudió el comportamiento epidemiológico y nutricional de los educandos obteniéndose los siguientes resultados: el 100% de los niños desayunan, respecto a que desayunaban se pudo identificar que el menú es bastante variado sin embargo el 77.5% consumen pan, el 72.5% consumen chocolate o café mientras que con este mismo porcentaje otro grupo al pan lo acompaña de huevo; al valorar qué tipo de bebidas ingieren durante su jornada educativa el 67,5% ingieren limonada seguido del 62,5% que toman jugo respecto al 30% que en cambio consumen gaseosas. (Nataly., 2015)

Además de esto también se valoró el consumo de comida chatarra en donde cerca del 62,5% de los estudiantes consumen doritos y cachitos, el 60% papas fritas, el 50% pizza, finalmente el 27,5% hamburguesas; ya en términos de rendimiento académico tenemos que llamo la atención que el 60% de los estudiantes tienen calificaciones promedio entre 7 y 8 puntos a los que lo clasifico que alcanzan los aprendizajes, el 25% tienen un dominio de los aprendizajes representados con calificaciones de 9 y 10 ; finalmente el 15% están próximos a alcanzar los aprendizajes

con calificaciones entre 5 y 6 puntos; otra forma empleada en este estudio para la valoración del rendimiento académico fue la valoración de la participación en clase; el 72,5% no lo hacen de forma activa versus el 27,5% que si tiene una participación activa. (Nataly., 2015)

- En la escuela Capulí Loma de Loja se realizó un estudio descriptivo, transversal en donde se trabajó con un total de 91 pacientes para investigar cual era la calidad del desayuno que tenían los infantes y como esto se relacionaba en el rendimiento escolar; entre los resultados encontrados tenemos que cerca del 73,60% de los estudiantes tienen una buena calidad del desayuno y que dentro de este grupo el sexo femenino era el que mejor calidad guardaba en un 76,32% respecto a los varones; en cuanto a la valoración del rendimiento académico tenemos que el 42,86% supera los aprendizajes requeridos, mientras que el grupo que domina los aprendizajes requeridos representan el 39,56%; llama la atención que en este grupo de estudio no se encontró una asociación positiva entre una mala calidad del desayuno con el bajo rendimiento académico. (Jiménez, 2017)
- Se planteo un estudio descriptivo, transversal y correlacional en donde se trabajo con todos los escolares municipales de Quito en el que se analizará la prevalencia del no consumo de desayuno declarado por los padres relacionado con el sobrepeso y obesidad estratificada por sexo, edad y estatus antropométrico de los escolares mediante el estimador puntual e IC 95%. En las 3984 encuestas de padres participantes el 70,1% fueron mujeres. La prevalencia de no consumo desayuno declarado por los padres fue 11,6% (IC95% 10,6-12,6); no consumen en el desayuno cereal, fruta, lácteos en el 30,0%, 37,1% y 26,1% respectivamente. Los padres de sexo masculino declaran no consumo de desayuno 1,16 veces (RP 1,16 IC95% 0,97-1,39) más que las madres. (Capelo, 2014)

## **2.2 HIPOTESIS**

### **2.2.1 HIPOTESIS GENERAL**

- El desayuno es una de los componentes que influye directamente en la nutrición y rendimiento académico de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos. Periodo Mayo-septiembre 2019.

### **2.2.2 HIPOTESIS ESPECIFICAS**

- La calidad del desayuno de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos es insuficiente.
- El bajo rendimiento académico de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos esta frecuentemente relacionado con el estado nutricional.
- El nivel de conocimiento de los padres y/o cuidadores influye en el estado nutricional y el rendimiento académico de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos.

## **2.3 VARIABLES DE LA INVESTIGACION**

### **2.3.1 VARIABLES INDEPENDIENTES**

Desayuno.

### **2.3.2 VARIABLES DEPENDIENTES**

- Rendimiento académico

### **2.3.3 VARIABLE INTERVINIENTE**

- Estado Nutricional

### 2.3.3 OPERACIONALIZACION DE LAS VARIABLES

VARIABLES	DEFINICION	DIMENSION	INDICADOR	INDICE
DESAYUNO	Principal comida del día que aporta los componentes energéticos para nuestro organismo luego de un estado de ayuno prolongado	1.Buena Calidad 2.Mejorable calidad 3.insuficiente calidad 4.Mala Calidad 5.No Desayuna	3 componentes 2 de los componentes 1 de los componentes Ninguno de los componentes No desayuna	Por ciento
NUTRICION	proceso a través del cual el organismo absorbe y asimila las sustancias necesarias para un crecimiento y desarrollo adecuado tanto físico y mental	Medidas antropométricas	IMC/EDAD 1.Obesidad $\geq +2$ 2.sobrepeso $\geq +1$ 3.Normal + 1 a -2 4.Delgadez $\leq -2$	Por ciento

			5. Delgadez severa <-3	
RENDIMIENTO ACADEMICO	Medida de las capacidades del alumno, para aprender lo enseñado en el proceso formativo, es decir la capacidad del alumno para responder a los estímulos educativos	Valoración del rendimiento académico	<p><b>Excelente</b> supera y domina los aprendizajes: 10 y 9 puntos</p> <p><b>Bueno</b> alcanza los aprendizajes requeridos: 7 y 8 puntos</p> <p><b>Bajo</b> próximo a alcanzar los aprendizajes requeridos: 5 a 6 puntos</p> <p><b>Deficiente</b> no alcanza los aprendizajes requeridos: 4 puntos</p>	Por ciento.



## **CAPITULO III**

### **METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION**

#### **3.1 Método de la Investigación**

##### **Método Inductivo:**

Por medio de la aplicación de este método de investigación se procederá al análisis e identificación de los hábitos y tipos de desayuno de los niños que pueden incidir en su estado nutricional y en el desempeño académico para de esta forma obtener conclusiones generales sobre el comportamiento de la población seleccionada.

##### **Método Deductivo:**

Con la aplicación del método deductivo en cambio se pretende analizar exhaustivamente cada una de las variables: antropométricas, socio familiares, económicas y valorar el grado de importancia e incidencia que tienen estas en el comportamiento etiopatogenico de la malnutrición y bajo rendimiento académico.

##### **Método de Análisis y Síntesis:**

Permite analizar y estudiar cada uno de los componentes de la problemática planteada y la relación existente entre ellos. Además mediante la síntesis se reconstruye el todo en sus aspectos y relaciones para una mejor comprensión

#### **3.2 Modalidad de la Investigación**

Se planteó una investigación descriptiva, observacional , correlacional y explicativa en donde se trabajó con los niños de tercer y cuarto año de educación básica con la finalidad de determinar el comportamiento clínico epidemiológico que tiene la malnutrición y el rendimiento académico tomando en cuenta que muchos de ellos no cumplen con un desayuno adecuado y balanceado; finalmente lo que se quiere demostrar es que los niños que no van

desayunando tienen problemas pondero estaturales y además de esto un bajo rendimiento académico respecto al resto de pacientes sanos; de esta forma mediante la implementación de charlas educativo comunicacionales de cómo es una dieta saludable abatir dichas comorbilidades.

### **3.3 Tipo de Investigación**

**Descriptivo:** Permite conocer las costumbres, situaciones y actitudes tanto de los escolares como de los padres de familia, lo cual permitirá identificar la existencia de relación entre los fenómenos descritos

Finalmente, el propósito de aplicar esta herramienta es poder dar a conocer cuáles son los factores de riesgo que se encuentran descritos para el desarrollo de problemas nutricionales y sus repercusiones en el ámbito cognoscitivo, si estos se correlacionan con los que tienen nuestro grupo de estudio para por consiguiente mediante medidas preventivas educacionales corregir esta tasa y así evitar mayor morbimortalidad en el futuro.

**Observacional :** Este enfoque se basa en los resultados que se obtendrán luego de la aplicación de la ficha de recolección de datos previamente elaborada por las investigadoras, se apoya en conjunto con el método descriptivo para poner en evidencia el comportamiento nutricional como también el rendimiento escolar; se pretende que con este enfoque se pueda realizar una valoración bastante minuciosa del tema para de esta manera poder identificar de manera integral los factores de riesgo que inciden en este grupo prioritario y a partir de esto realizar un reconocimiento de los factores modificables , de esta manera con la implementación de políticas educativas poder incidir positivamente en el entorno del menor al momento de la toma del desayuno y sus resultados inmediatos en el desempeño estudiantil.

## **3.4 TECNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE LA INFORMACION**

### **3.4.1 Técnicas**

Utilizaremos las técnicas de observación directa consistirá en verificar el rendimiento académico mediante las calificaciones obtenidas por los escolares

tomando en consideración los rangos de calificación previamente establecidos por el Ministerio de Educación: supera los aprendizajes requeridos: 10 puntos, Domina los aprendizajes requeridos:9 puntos, Alcanza los aprendizajes requeridos: 7-8, Próximo a alcanzar los aprendizajes requeridos: 5-6 y no alcanza los aprendizajes requeridos: menos de 4.

Además de esto respaldaremos esta información mediante la aplicación de una encuesta direccionada a los niños para saber si desayunan o no además de que en ella también se llevara el registro de las medidas antropométricas tales como el peso, talla e índice de masa corporal. Finalmente se hará un consolidado de toda esta información para proceder a tabularla y representarla en imágenes estadísticas y así tener un panorama actual sobre el comportamiento epidemiológico, nutricional y cognoscitivo de los estudiantes de esta institución educativa.

### **3.4.2 Instrumento**

Los instrumentos por los cuales se procederá a la recolección de información es por medio de dos herramientas; la primera que consiste en una encuesta, la misma que está dirigida hacia los padres de familia y/o cuidadores del infante , por otro lado la segunda herramienta es más bien una ficha en donde se documentara las diferentes medidas antropométricas que se tomara al menor tales como el peso, talla e índice de masa corporal; en este último apartado debemos tomar en cuenta que para la medición del peso en primera instancia se calibrara la balanza, a los niños se le pedirá que estén con la menor cantidad de ropa posible, se tomara la lectura de la medida y se anotara en kilogramos mientras que para la talla se utilizará el calcímetro y se colocara en una superficie plana donde no altere el valor de la medida, luego se le pedirá al niño que se ponga de pie descalzo, los pies formaran una v o un ángulo recto de treinta grados, y con los talones abiertos

## **3.5 POBLACION Y MUESTRA**

**3.5.1 Población:** La totalidad de muestra es 150 estudiantes de tercer a cuarto año de básica de la escuela fiscal miguel de cervantes los ríos primer semestre 2019.

**3.5.2 Muestra:** Con un intervalo de confianza del 95% y un margen de error del 5% la muestra de nuestro estudio estará conformada por 100 estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica

$$n = K^2 \cdot N(p \cdot q) / e^2(N-1) + K^2(p \cdot q)$$

n = Muestra

K = Constante = 1.96

N = Población o Universo

p = Probabilidad de que ocurra el evento = 0,5

q = Probabilidad de que no ocurra el evento = 0,5

e = Error permisible = 5%

$$n = 1,962 \cdot 100(0,5 \cdot 0,5) / 0,05^2(100-1) + 1,962(0,5 \cdot 0,5)$$

$$n = 3,84 \cdot 100(0,25) / 0,0025(99) + 3,84(0,25)$$

$$n = 3,84 \cdot 250,2475 + 0,9604$$

$$n = 3,84 \cdot 250,2475 + 0,9604$$

$$n = 961,207 = 100$$

### 3.6 CRONOGRAMA DEL PROYECTO

ACTIVIDADES	MAYO				JUNIO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
SELECCIÓN DEL TEMA																								
APROBACION DEL TEMA																								
RECOPIACION DE LA INFORMACION																								
DESARROLLO DEL CAPITULO I																								
DESARROLLO DEL CAPITULO II																								
DESARROLLO DEL CAPITULO III																								
ELABORACION DE ENCUESTA																								
APLICACIÓN DE LAS ENCUESTAS																								
TAMIZACION DE LA INFORMACION																								
DESARROLLO DEL CAPITULO IV																								
ELABORACION DE LAS CONCLUSIONES																								
PRESENTACION DE LA TESIS																								
SUSTENTACION DE LA PREVIA																								



### 3.7 RECURSOS

#### 3.7.1 RECURSOS HUMANOS

- Investigador
- Asesor del Proyecto de Investigación

#### 3.7.2 RECURSOS ECONOMICOS

DETALLE DE GASTOS	INVERSION
SEMINARIO TESIS	40
INTERNET	40
PRIMER MATERIAL ESCRITO EN BORRADOR	28
MATERIAL BIBLIOGRAFICO	25
COPIAS A COLORES	20
FOTOCOPIA FINAL	28
FOTOGRAFIAS	20
EMPASTADA	50
ALQUILER EQUIPO INFORMATICA	20
MATERIAL DE ESCRITORIO	20
ALIMENTACION	30
MOVILIZACION Y TRANSPORTE	30
TOTAL	351

### 3.8 PLAN DE TABULACION Y ANALISIS

#### 3.8.1 BASE DE DATOS

- La información fue recogida luego de tener el consentimiento de la Directora y profesores, padres de familia y escolares
- Para la toma de las medidas antropométricas se necesitó de la ayuda de un tallmetro y de una balanza estandarizada.

### **3.8.2 PROCESAMIENTO Y ANALISIS DE DATOS**

Antes de la aplicación de la encuesta dirigida hacia los padres y los estudiantes de tercer y cuarto grado de educación básica de la Escuela Miguel de Cervantes se pidió la autorización del Director de la Institución educativa así como también de los padres de familia y/o cuidador del menor de edad; posterior a esto la información obtenida fue recolectada de manera manual, esta a su vez fue tabulada y digitalizada para su procesamiento estadístico más organizado.

La información fue estructurada en una matriz en el programa Excel para a partir de aquí proceder al análisis de cada una de las variables previamente propuestas en los apartados anteriores y representarlos en tablas y diagramas estadísticos como tablas simples.

En base a los datos procesados, se discutieron los resultados y a su vez se tomaron en cuenta los resultados con mayor valor porcentual para contrastarlos con los descritos en otros estudios investigativos similares consultados en la literatura y de esta manera poner en evidencia si se apegan a nuestra realidad o por el contrario sino se lograr demostrar una asociación en este caso de la falta del desayuno y el bajo rendimiento escolar, de esta forma poder tener un panorama más claro entorno al comportamiento epidemiológico y nutricional en los estudiantes de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes que sirvan para la implementación de medidas correctivas de tipo educativas comunicacionales que ayuden a mejorar el desconocimiento existente sobre la importancia del desayuno no solo en la calidad de vida del infante , visto desde el punto de vista orgánico, sino también nutricional y del neurodesarrollo.



## CAPITULO IV

### 4. RESULTADOS DE LA INVESTIGACION

#### 4.1 RESULTADOS OBTENIDOS DE LA INVESTIGACION

Tabla 1. Distribución de los estudiantes de acuerdo a la ingesta del desayuno.

INGESTA DE DESAYUNO	N	FRECUENCIA
SI	54	54%
NO	46	46%
TOTAL	100	100%

Fuente: Encuesta aplicada a niños.

Elaborado por: Investigadoras

Análisis:

- Del total de los niños seleccionados el mayor porcentaje (54%) desayunan y en menor proporción (46%) no lo hacen., existiendo una mínima diferencia, ya que apenas 8 estudiantes no han adquirido el hábito de desayunar.

Tabla 2. Calidad del desayuno de los estudiantes

CALIDAD DEL DESAYUNO	N	FRECUENCIA
BUENA	2	4 %
MEJORABLE	7	13%
INSUFICIENTE	15	28 %
MALA	30	55%
TOTAL	54	100%

Fuente: Encuesta aplicada a estudiantes

Elaborado por: Investigadoras

Análisis:

- El mayor porcentaje de los niños que ingieren desayuno tienen un desayuno de mala e insuficiente calidad, es decir no tienen el hábito de incluir a las frutas, cereales y lácteos, siendo en menor porcentaje aquellos niños que ingieren desayunos de buena y mejorable calidad, en donde se incluye todos o algunos de los componentes básicos (fruta, lácteos y cereal) ,lo que evidencia la falta de conocimiento con respecto a la importancia de la calidad de la primera ingesta alimentaria .

Tabla 3. Estado Nutricional de los estudiantes que desayunan

<b>ESTADO NUTRICIONAL</b>	<b>n</b>	<b>FRECUENCIA</b>
BAJO PESO	0	0%
NORMOPESO	23	43%
SOBREPESO	14	26%
OBESIDAD	17	31%
TOTAL	54	100%

Fuente: valoración antropométrica realizada a los niños

Elaborado por: Investigadoras

Análisis:

- Del total de niños que presentaron el hábito de desayunar, la mayoría poseen un estado nutricional normal al estar dentro del parámetro normopeso, sin embargo, la suma de los niños que presentan obesidad y sobrepeso supera a los que tienen normopeso, lo que evidencia que no existe el hábito de ingerir un adecuado desayuno.

Tabla 4. Estado Nutricional de los estudiantes que no desayunan

<b>ESTADO NUTRICIONAL</b>	<b>n</b>	<b>FRECUENCIA</b>
BAJO PESO	10	22%
NORMOPESO	10	22%
SOBREPESO	4	8%
OBESIDAD	22	48%
TOTAL	46	100%

Fuente: Encuesta aplicada en niño

Elaborado por: Investigadoras

Análisis:

- El estado nutricional más prevalente de los estudiantes que no desayunan es la obesidad, seguido del bajo peso lo que demuestra la ausencia de hábitos alimenticios adecuados constituyendo un agravante para el normal desarrollo físico de los escolares.

Tabla. -5 rendimiento académico de los estudiantes que desayunan

<b>RENDIMIENTO ACADEMICO</b>	<b>N</b>	<b>FRECUENCIA</b>
EXCELENTE (Supera los aprendizajes requeridos)	11	20%
BUENO (Domina los aprendizajes requeridos)	8	15%
BAJO (proximo alcanzar los aprendizajes requeridos)	35	65%
DEFICIENTE (No alcanza los aprendizajes requeridos)	0	0%
TOTAL	54	100%

Fuente: Encuesta aplicada a estuantes

Elaborado por: Investigadoras

Análisis:

- Del total de alumnos que desayunan el mayor porcentaje presentan un rendimiento académico bajo, situación que demuestra la influencia del desayuno en el adecuado desarrollo mental de los escolares.

Tabla. -6 Rendimiento académico de los estudiantes que no desayunan

RENDIMIENTO ACADEMICO	N	FRECUENCIA
EXCELENTE (Supera los aprendizajes requeridos)	2	4%
BUEN (Domina los aprendizajes requeridos)	14	31%
BAJO proximo alcanzar los aprendizajes requeridos)	28	61%
DEFICIENTE (No alcanza los aprendizajes requeridos)	2	4%
TOTAL	46	100%

Fuente: Encuesta a estudiantes

Elaborado por:

Análisis:

De los estudiantes que no tienen el hábito de desayunar, el mayor número tienen un rendimiento académico, considerado entre bajo y deficiente, realidad que determina la necesidad de incentivar a los niños a adquirir el hábito de desayunar, para un mejor rendimiento académico.

Tabla 7. Relación entre calidad del desayuno y estado nutricional

ESTADO NUTRICIONAL DESAYUNO	BAJOPESO	NORMOPESO	SOBREPESO	OBESIDAD	TOTAL
	N	N	N	N	
	0	2	0	0	2

BUENA CALIDAD					
	0	5	2	0	7
MEJORABLE CALIDAD					
	0	14	0	1	15
INSUFICIENTE CALIDAD					
	0	2	12	16	30
MALA CALIDAD					
	0	23	14	17	54
TOTAL					

Fuente: Encuesta a padres y valoración antropométrica de los estudiantes

Elaborado por: Investigadoras

Análisis:

- del total de estudiantes que presentaron obesidad y sobrepeso, el mayor número corresponde a aquellos que tuvieron desayuno de mala calidad, de los estudiantes con normopeso, la mayoría ingerían desayuno de insuficiente y mejorable calidad, situación que constituye el desarrollo de una problemática de salud a temprana edad.

Tabla 8. Relación entre desayuno y rendimiento académico

RENDIMIENTO ACADEMICO DESAYUNO	EXCELENTE	BUENO	BAJO	DEFICIENTE	TOTAL
	(9-10)	(8-7)	(6-7)	(4)	
BUENA CALIDAD	2	0	0	0	2
MEJORABLE CALIDAD	7	0	0	0	7
	2	3	10	0	15

INSUFICIENTE CALIDAD					
MALA CALIDAD	0	5	25	0	30
TOTAL	11	8	35	0	54

Fuente: Encuesta a estudiantes

Elaborado por: Investigadoras

Análisis:

- Al relacionar la calidad del desayuno con el rendimiento académico de los estudiantes se pudo evidenciar que la mayoría de los estudiante que tienen una mala calidad del desayuno tienen un bajo rendimiento académico y los que tienen una buena y mejorable calidad tienen un excelente rendimiento académico, resultados que nos permiten establecer la existencia de una influencia directa entre la calidad del desayuno y el rendimiento académico.

Tabla 13.- Relación entre estado nutricional y rendimiento académico.

<b>RENDIMIENTO ACADEMICO</b> <b>ESTADO NUTRICIONAL</b>	<b>EXCELENTE (9-10)</b>	<b>BUENO (7-8)</b>	<b>BAJO (5-6)</b>	<b>DEFICIENTE (4)</b>	<b>TOTAL</b>
<b>BAJO PESO</b>	0	0	8	2	<b>10</b>
<b>NORMOPESO</b>	12	15	6	0	<b>33</b>
<b>SOBREPESO</b>	0	2	16	0	<b>18</b>
<b>OBESIDAD</b>	1	5	33	0	<b>39</b>
<b>TOTAL</b>	<b>13</b>	<b>22</b>	<b>63</b>	<b>2</b>	<b>100</b>

Fuente: Encuesta

Elaborado por: Investigadoras

Análisis:

- Al relacionar el estado nutricional y rendimiento académico de los estudiantes se pudo evidenciar que la mayoría de los estudiantes que tienen Obesidad y sobrepeso tienen un bajo rendimiento académico y los que tienen un peso normal tienen un excelente rendimiento, resultados que nos permiten establecer la existencia de una influencia directa entre la calidad del desayuno y el rendimiento académico.

### **Factores que influyen en el desayuno**

Tabla 15. Nivel de instrucciones de los padres del menor

<b>NIVEL INSTRUCCIÓN DE LOS PADRES</b>	<b>NUMERO</b>	<b>FRECUENCIA</b>
NINGUNA	10	10%
PRIMARIA	46	46%

SECUNDARIA	31	31%
SUPERIOR	13	13%
TOTAL	100	100%

Fuente: Encuesta a los padres

Elaborado por: Investigadora

Análisis:

- El 46% de los padres contaban con un nivel de instrucción primaria
- El nivel de instrucción secundaria de los padres se aisló en el 31%.
- El 13% de los padres tuvieron un nivel de instrucción superior.
- Finalmente, el 10% de los padres no tuvieron ningún tipo de formación académica.

Tabla 16. Nivel de conocimiento de los padres y/o cuidadores del menor sobre los componentes de un desayuno saludable.

<b>GRADO DE CONOCIMIENTO DE LOS PADRES SOBRE COMPONENTES DE UN DESAYUNO SALUDABLE</b>	<b>NUMERO</b>	<b>FRECUENCIA</b>
SI	14	14%
NO	86	86%
TOTAL	100	100%

Fuente: Encuesta a los padres

Elaborado por: Investigadoras

Análisis:

El 14% de los padres y/o cuidadores del niño si conocían los componentes de un desayuno saludable a diferencia del 86% de ellos que no tenían ningún tipo de conocimiento sobre lo que es un desayuno saludable mucho menos de sus componentes esenciales para darle esta denominación.



## 4.2 ANALISIS E INTERPRETACION DE LOS RESULTADOS

- De un total de 100 estudiantes de la Escuela Miguel de Cervantes tenemos El 54% de los estudiantes si toman desayuno respecto al 46% que no desayuna.
- El estado nutricional más prevalente fue la obesidad con el 39%; a su vez dentro de esta misma variable se correlaciono esta con el rendimiento académico, determinándose que el 33% de los pacientes con esta condición nutricional presentaron bajo rendimiento escolar. Un estudio realizado por la Universidad Nacional de San Marcos en el año 2016 con el fin de analizar cuál era el comportamiento epidemiológico y así relacionar dos variables como son el aspecto nutricional y el rendimiento escolar de los infantes que asisten a la Cuna Jardín Carmen Alto Comas, se estudiaron un total de 128 niños. Los resultados encontrados fueron los siguientes: el 82,8% presentaron un destacado rendimiento académico a diferencia del 17,2% que presentaron un rendimiento poco adecuado; en cuanto al peso alrededor del 77,3% de los alumnos eran normopesos, los que tenían sobrepeso eran el 22,7%; a su vez se pudo reconocer que el grupo de pacientes con esta condición clínica coincidían con los que tenían rendimiento poco adecuado en la escuela; finalmente dentro de este mismo estudio se correlaciono la administración de ciertos micronutrientes como la vitamina B6 y el yodo ayudaron a mejorar el rendimiento académico en los educandos. (Sauca, 2016)

Luego de realizar el contraste de resultados podemos evidenciar que existe un punto de relación con el estudio consultado el cual describe el bajo rendimiento académico que presentaron los estudiantes con sobrepeso; cabe mencionar que la obesidad y el sobrepeso son dos comorbilidades que comparten un componente nutricional similar, por lo tanto se comprueba en cierta forma que aquellos estudiantes con formas de malnutrición relacionadas a exceso de peso corporal son los que presentan menor rendimiento escolar.

- El 46% de los estudiantes alcanzan los aprendizajes requeridos. En la escuela Capulí Loma de Loja se realizó un estudio descriptivo, transversal en donde se trabajó con un total de 91 pacientes para investigar cual era la calidad del desayuno que tenían los infantes y como esto se relacionaba en el rendimiento escolar; entre los resultados encontrados tenemos que cerca del 73,60% de los estudiantes tienen una buena calidad del desayuno y que dentro de este grupo el sexo femenino era el que mejor calidad guardaba en un 76,32% respecto a los varones; en cuanto a la valoración del rendimiento académico tenemos que el 42,86% supera los aprendizajes requeridos, mientras que el grupo que domina los aprendizajes requeridos representan el 39,56%; llama la atención que en este grupo de estudio no se encontró una asociación positiva entre una mala calidad del desayuno con el bajo rendimiento académico. (Jiménez, 2017)

Luego de hacer esta correlacion entre los resultados obtenidos con el descrito en el estudio consultado podemos evidenciar que existe una discordancia ya que en nuestro grupo de estudio se demostro que la mayor parte de los estudiantes tienen mala calidad del desayuno y que pese a esta ser una limitante tanto desde el punto de vista nutricional como organico – cognoscitivo este no genera repercusiones en lo que respecta al rendimiento academico; por ende los resultados no son del todo concluyentes y convendria hacer un seguimiento mas exhaustivo a estas dos variables en futuros proyectos de investigacion.

- El 54% de los estudiantes de la Escuela Miguel de Cervantes si desayunan.
- Dentro del grupo de estudiantes que si desayunan tenemos que el desayuno de mala calidad represento el 30% de los casos; es decir que este no contaba con ninguno de los 3 componentes como cereal, lácteo ni fruta. En la escuela Capulí Loma de Loja se realizó un estudio descriptivo, transversal en donde se trabajó con un total de 91 pacientes para investigar cual era la calidad del desayuno que tenían los infantes y como esto se relacionaba en el rendimiento escolar; entre los resultados

encontrados tenemos que cerca del 73,60% de los estudiantes tienen una buena calidad del desayuno y que dentro de este grupo el sexo femenino era el que mejor calidad guardaba en un 76,32% respecto a los varones (Jiménez, 2017) .

Finalmente a partir de esta correlacion podemos evidenciar que el problema relacionado con la mala calidad del desayuno es algo que no solo se ha comprobado en la institucion educativa en la que hemos realizado el estudio sino que diera la impresión que la educacion nutricional en temas de desayuno es mejor llevado y aplicado en la region Andina; sin embargo esta no es conclusion absoluta y que para poder corroborar esta hipotesis se deben plantear mas estudios en donde se sugieran estudios comparativos entre unidades educativas de ambas regiones.

- El 46% de los padres contaban con un nivel de instrucción primaria.
- El 14% de los padres y/o cuidadores del niño si conocían los componentes de un desayuno saludable a diferencia del 86% de ellos que no tenían ningún tipo de conocimiento sobre lo que es un desayuno saludable mucho menos de sus componentes esenciales para darle esta denominación.

### **4.3 CONCLUSIONES**

Luego del análisis de los resultados y las variables en cuestión se obtuvieron las siguientes conclusiones:

- El 54% de los estudiantes si toman desayuno respecto al 46%.
- Del grupo de estudiantes que si desayunan tenemos que el 30% de ellos presentan un desayuno de mala calidad, es decir este no posee ninguno de los 3 componentes elementales como fruta, cereal y lácteo.
- El estado nutricional más prevalente fue la obesidad con el 39%
- con obesidad presentaron bajo rendimiento académico.

- El 46% de los padres contaban con un nivel de instrucción primaria; este último dato nos permitiría establecer una relación entre por qué en los apartados anteriores se describió un porcentaje relativamente representativo de estudiantes que no desayunan por un lado y por el otro del grupo que si toman desayuno, porque la mayor parte de ellos tienen una alimentación de mala calidad. Por lo tanto el grado de conocimiento de los padres sobre el desayuno y alimentación en general representa uno de los principales factores de riesgo modificables para prevenir no solo malas conductas alimentarias sino también complicaciones en el desarrollo físico y neurocognoscitivo.
- El 86% de los padres y /o cuidadores del infante no tenían ningún nivel de conocimiento sobre lo que se denomina un desayuno saludable mucho de sus componentes esenciales.

#### **4.4. RECOMENDACIONES**

- Es necesario implementar en la medida del tiempo, de forma recurrente Programas de Educación Alimentaria y Nutricional basados fundamentalmente en charlas de tipo educativo comunicacionales dirigido a los niños y padres de familia con el fin de mejorar los hábitos alimentarios de manera general, incluyendo el desayuno de manera particular de los escolares y sus familias y por ende de esta forma estamos contribuyendo no solo a promocionar estados saludables desde el punto de vista nutricional sino también al desarrollo cognoscitivo de los estudiantes en general.

## **CAPITULO V**

### **5. PROPUESTA TEORICA DE LA APLICACIÓN**

#### **5.1 TITULO DE LA PROPUESTA DE APLICACIÓN**

TALLER DE CAPACITACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE LA CALIDAD DEL DESAYUNO EN EL DESARROLLO FÍSICO-MENTAL EN LOS INFANTES.

#### **5.2 ANTECEDENTES**

El Plan Nacional del Buen Vivir del año 2013, se enfatiza en mejorar la calidad de vida de la población en especial de los más vulnerables, en este caso niños en etapa escolar, por lo que es indispensable promover la educación alimentaria para padres de familias y profesores, que estén al tanto de la necesidad de una buena alimentación para un posterior desarrollo físico e intelectual. (Campoverde & Quijije., 2016)

Tomando en cuenta que a nivel local no se cuenta con estudios actuales sobre el comportamiento epidemiológico y relación que hay entre el estado nutricional con el rendimiento de los escolares y el desayuno por lo que luego del desarrollo del siguiente trabajo investigativo y fundamentación teórica basada en evidencia, además el diagnóstico e interpretación de los resultados realizados se plantea la siguiente propuesta a mejorar como una herramienta que ayudara a mejorar los problemas relacionados con la malnutrición tales como el bajo rendimiento académico y retraso en el desarrollo físico del niño.

#### **5.3 JUSTIFICACION**

Llevar una dieta balanceada, variada y acompañada de la práctica de ejercicio físico es la fórmula perfecta para estar sanos. En una dieta variada deben estar incluidos alimentos de todos los grupos y en cantidades suficientes para cubrir

las necesidades energéticas y nutritivas; en el caso del desayuno este debe contener tres componentes básicos como son la porción de fruta, lácteo y cereal, de lo contrario se cae en la denominación de mala calidad, el cual al ser administrado de manera rutinaria de igual forma acarrea complicaciones inmediatas y tardías en la salud del escolar por no cumplir con los requerimientos nutricionales y basales del organismo.

Tomando en cuenta que la ausencia e ingesta del desayuno representa hoy en día un serio problema social que a su vez se ve reemplazado por hábitos de vida y alimenticios poco saludables aunado al desconocimiento muchas veces del entorno familiar en general sobre el tema ocasiona que se produzcan repercusiones tempranas como el retraso en el desarrollo ponderal, estatural y del rendimiento académico incidiendo negativamente en la morbilidad de un grupo prioritario de por si considerado vulnerable.

## **5.4 OBJETIVOS**

### **5.4.1 OBJETIVOS GENERALES**

Taller de Capacitación basada en charlas informativas sobre la importancia del desayuno, dirigidas a los padres de familia, cuidadores y estudiantes de tercer y cuarto grado año de básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes.

### **5.4.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS**

- Concientizar a la familia en general de los escolares de los riesgos y complicaciones que acarrea la falta del desayuno escolar no solo en la parte orgánica física sino también en aspectos neurocognoscitivos.

- Mejorar la práctica alimenticia del desayuno en término de porciones y componentes, mediante el diseño de un esquema de desayuno saludable.
- Fomentar de manera rutinaria en los padres de familia y/o cuidadores del menor la asistencia a los controles de salud para la identificación y seguimiento del estado nutricional y de esta manera disminuir las tasas de problemas pondero estaturales principalmente

### **5.5 ASPECTOS BASICOS DE LA PROPUESTA DE APLICACIÓN**

La propuesta se fundamenta principalmente en charlas de tipo educativo comunicacionales, las cuales van a estar dirigidas tanto a los estudiantes, padres de familia y/ o cuidadores del menor; en los que se proporcionara información oportuna, practico, sencilla sobre aspectos como la importancia que tiene el desayuno en el desarrollo tanto físico y neurocognoscitivo del menor de edad , de esta forma no solo promovemos estilos de vida más saludables sino también incidimos de manera directa y positiva en disminuir el grado de desconocimiento entorno a mitos, porciones adecuadas y componentes esenciales para considerar a un desayuno de buena calidad.

Los beneficiarios directos serán los estudiantes de la Escuela Miguel de Cervantes, ya que por medio de la implementación de este tipo de estrategia se espera que mejoren no solo en su estado nutricional sino también en el rendimiento académico y de esta forma evitar los casos de deserción escolar.

La propuesta se ejecutara en las instalaciones de la Escuela y permitirá la participación dinámica tanto de los usuarios como de las investigadoras del

presente proyecto y de esta forma ofertar un esquema de desayuno saludable al alcance de padres y familiares del menor; el punto es demostrarles a ellos que para tener un desayuno balanceado no siempre se necesita de altos recursos económicos sino que lo fundamental es que este cumpla con sus componentes esenciales como frutas, cereales y lácteos.

### **5.5.1 ESTRUCTURA GENERAL DE LA PROPUESTA**

Para el desarrollo del taller se siguió la siguiente estrategia:

- Pedido de autorización al Director (a) para la ejecución del taller.
- Invitación a los padres y/o cuidadores del menor a participar
- Se procederá a aplicar una práctica dinámica con los participantes y docente de la institución.
- Para la evaluación de los resultados en términos de estado nutricional lo más factible sería realizar una nueva valoración de las medidas antropométricas en un lapso de seis meses para evidenciar cambios en el desarrollo ponderoestatural; en cuanto al rendimiento académico de igual forma el nuevo seguimiento debería realizarse con las nuevas calificaciones obtenidas en el siguiente semestre educativo para de esta manera contrastar si existe mejoría en cuanto al aprendizaje y dominio de los conocimientos.

### **5.5.2 COMPONENTES**

- Desarrollo del taller mediante charlas y trabajos dinámicos con la participación directa de padres y niños
- Aplicación del esquema del desayuno y sus beneficios



- Charlas sobre la los componentes del desayuno saludable y así concientizar a los padres sobre la correcta calidad del desayuno sus ventajas y desventajas.cgcg

## **5.6 RESULTADOS ESPERADOS DE LA PROPUESTA**

Mejorar el comportamiento y nutricional y sus diferentes componentes en la población infantil así como las posibles tasas de deserción escolar por bajo rendimiento académico, tomando en cuenta que este último problema social guarda íntima relación con factores modificables como la falta del desayuno escolar.

### **5.6.1 ALCANCE DE LA ALTERNATIVA**

Con el presente proyecto de investigación de manera general así como con la propuesta que es uno de los principales componentes esperamos contribuir positivamente no solo en el desarrollo de la investigación científica nacional sino también en brindar una actualización en cuanto al comportamiento epidemiológico que tiene la malnutrición y sus diferentes componentes en un grupo prioritario vulnerable como es la población infantil; se espera al mismo tiempo que trabajos de este tipo sean replicados en grupos infantiles de otros rangos de edades y en otras Unidades Educativas para de esta forma demostrar la asociación positiva que guardan la falta del desayuno escolar con el estancamiento ponderoestatural y el rendimiento académico

## Bibliografía

- A, V.-h., & H., M.-c. (2014). La evaluación del crecimiento Growth assessment. *Acta Pediátr Mex.*, 238-248.
- ALVAREZ, M. (Agosto de 2018). *FACTORES SOCIOECONÓMICOS RELACIONADOS AL ESTADO NUTRICIONAL DE NIÑOS DE 12 A 36 MESES DE EDAD QUE ASISTEN A LOS CENTROS DE DESARROLLO INFANTIL DEL MIES (CDI) PERTENECIENTES AL SECTOR DE TOCTIUCO.* Obtenido de <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/15301/DISERTACION%20FACTORES%20SOCIOECON%20MICOS%20RELACIONADOS%20AL%20ESTADO%20NUTRICIONAL%20DE%20NI%20%20DE%2012%20A%2036%20MESES.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Beretta de Azevedo L, C. d. (2015). Is the association between unhealthy weight and academic performance influenced by children's physical activity. *Brazilian Journal of Physical Activity and Health*, 252-261.
- Campoverde, M. B., & Quijije., H. F. (2016). *Valoración Nutricional en los alumnos de Cuarto al Sexto Año de Educación Básica en la Escuela Particular Mixta N°212 "La Medalla Milagrosa de Guayaquil". Período de Octubre 2015 a Marzo 2016.* . Obtenido de <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/5204/1/T-UCSG-PRE-MED-ENF-235.pdf>
- Capelo, V. E. (Octubre de 2014). *CARACTERÍSTICAS DE CONSUMO DE DESAYUNO DECLARADA POR LOS PADRES DE ESCOLARES MUNICIPALES ASOCIADO CON SOBREPESO Y OBESIDAD DE SUS HIJOS, QUITO, 2010-2011.* Obtenido de <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/4684/1/T-UCE-0006-46.pdf>
- Castillo, D. M. (1 de Junio de 2017). *Influencia de los hábitos alimenticios en el rendimiento académico escolar.* Obtenido de [http://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/146127/tfm\\_2016-17\\_MNAH\\_dmc378\\_717.pdf?sequence=1](http://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/146127/tfm_2016-17_MNAH_dmc378_717.pdf?sequence=1)

Costa, J. L. (2014). Aprendizaje y Rendimiento Académico. Recuperado (2018), de Aprendizaje y Rendimiento Académico: <https://www.editorial-club-universitario.es/pdf/8211.pdf>

Cortina, L., & Suárez, V. (2007). Manual práctico de Nutrición Pediátrica. Recuperado el (2018). Manual práctico de Nutrición Pediátrica: [http://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/manual\\_nutricion.pdf](http://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/manual_nutricion.pdf)

Cubero, J. (2013). Análisis del desayuno. Recuperado (2018). Análisis del desayuno: <file:///C:/Users/HP/Desktop/Dialnet- AnalisisDelDesayunoEnUnaPoblacionDeEscolaresDel3Ci-4838123.pdf>

Desarrollo, C. d. (2017). Guía para el seguimiento del desarrollo infantil en la práctica pediátrica. *Arch Argent Pediatr*, 53-62.

Falivene, M. &. (2016). Multidimensional approach to iron deficiency anemia in infants younger than two years old in Northeast Argentina. *Rev Arch Argent Pediatr*, 14-22.

Fernández Bustillo JM, P. G., & P, M. B. (2015). Sobrepeso y obesidad: ¿cuál es nuestra realidad? *Rev Pediatr Aten Primaria*, 301-307.

Fernández, S. (2014). Nutrición Pediátrica Bases para la práctica clínica en niños sanos y enfermos. Argentina: Médica Panamericana.

Gil, Á. (2010). Nutrición Humana en el estado De salud. España: Médica Panamericana.

Guamanquishpe González, C. E., & Sacoto Ladines Tamara, S. (2015). *LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS Y SU RELACION EN EL RENDIMIENTO ESCOLAR DE LOS NIÑOS DEL CENTRO DE ESTUDIOS "SENDEROS" DE LA CIUDAD DE GUAYAQUIL, MAYO – AGOSTO DEL 2015.* Obtenido de <http://repositorio.ucsg.edu.ec/bitstream/3317/4519/1/T-UCSG-PRE-MED-NUTRI-122.pdf>

Herrera Genes, N. M. (2013). EL DESAYUNO Y SU IMPORTANCIA ¿ES REALMENTE EL DESAYUNO UNA NECESIDAD FISIOLÓGICA O UN HÁBITO SALUDABLE? *Revista Gastrohnutp*, 20-27.

Jiménez, L. E. (2017). "RELACIÓN ENTRE LA CALIDAD DEL DESAYUNO Y EL RENDIMIENTO ESCOLAR DE LOS NIÑOS Y NIÑAS DE LA ESCUELA "CAPULÍ LOMA" DE LA PARROQUIA SUCRE DEL CANTÓN LOJA". Obtenido de <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/19505/1/TESIS%20LUIS%20JIRON.pdf>

Lutz, C., & Przytulski, K. (2011). *Nutrición y Dietoterapia*. Mexico Distrito Federal: McGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES, S. A. de C. V.

MARTINEZ, D. A. (15 de Julio de 2015). *LA IMPORTANCIA DEL DESAYUNO EN EL ESTADO NUTRICIONAL Y RENDIMIENTO ACADÉMICO DE ESCOLARES DE 8 A 12 AÑOS DE EDAD. PERÍODO OCTUBRE - FEBRERO. LOJA 2015*. Obtenido de <http://repositorio.uees.edu.ec/bitstream/123456789/2239/1/TESIS%20FINAL%20UESS%20DRA.%20MARTINEZ.pdf>

MIÑO TORREZ, S. T. (29 de Noviembre de 2014). *NUTRICIÓN Y RENDIMIENTO ESCOLAR DE NIÑOS DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA "RÍO BLANCO" SAN MIGUEL DE LOS BANCOS, PERÍODO LECTIVO 2011-2012*. Obtenido de <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/5628/1/T-UCE-0010-857.pdf>

Moreira, M. (Enero de 2013). *La pirámide nutricional y su influencia en el rendimiento académico en los niños del séptimo grado de la unidad educativa francesco ricatti de la parroquia cotocollao cantón Quito, provincia de Pichincha*.

Nataly., R. C. (2015). *LA NUTRICIÓN Y SU INCIDENCIA EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS NIÑOS DE CUARTO AÑO PARALELO "A" DE LA UNIDAD EDUCATIVA "LUIS A. MARTÍNEZ" DEL*

CANTÓN AMBATO PROVINCIA TUNGURAHUA. Obtenido de <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/17827/1/La%20nutrici%C3%B3n%20y%20su%20incidencia%20en%20el%20rendimiento%20acad%C3%A9mico.pdf>

Navarro, R. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. REICE., 16.

Observador, E. (20 de Octubre de 2016). *Este artículo lo puede ver en este link:* <https://www.elobservador.com.uy/nota/como-influye-la-dieta-en-el-rendimiento-escolar-201610206490>. Obtenido de <https://www.elobservador.com.uy/nota/como-influye-la-dieta-en-el-rendimiento-escolar-201610206490>

Organización Mundial de la Salud (31 de Agosto de 2018). *Alimentación Sana : Datos y Cifras*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/healthy-diet>

O.M.S (16 de Febrero de 2018). *Malnutrición: Datos y Cifras*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>

Pacha Camac Mora Guaman, O. P. (2014). *Estado nutricional y su relación con el consumo de alimentos de los niños/niñas del Centro Educativo Rumiñahui de la comunidad Quilloac*. Obtenido de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/20964/1/Tesis%20Pregrado.pdf>

Reuters. (26 de Diciembre de 2014). *Niños que comen más comida chatarra tienen peor rendimiento escolar, según estudio*. Obtenido de <https://www.24horas.cl/tendencias/salud-bienestar/ninos-que-comen-mas-comida-chatarra-tienen-peor-rendimiento-escolar-segun-estudio-1537303>

Riofrío, J. L.-3. (01 de 01 de 2012). *INEC*. Obtenido de INEC: [http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas\\_Sociales/ENSANUT/Presentacion%20de%20los%20principales%20resultados%20ENSANUT.pdf](http://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/ENSANUT/Presentacion%20de%20los%20principales%20resultados%20ENSANUT.pdf)

- RODAS, L. C. (Diciembre de 2014). *"DESAYUNO NUTRITIVO Y RENDIMIENTO ESCOLAR EN EL AULA"*. Recuperado el 21 de Julio de 2019, de (Estudio realizado en el grado de cuarto bachillerato en Ciencias de la salud del Colegio Teresa Martín del municipio de Quetzaltenango)":  
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2014/05/09/Rodas-Lurvelina.pdf>
- RODAS, L. C. (Diciembre de 2014). *Scielo*. Obtenido de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2014/05/09/Rodas-Lurvelina.pdf>
- Rodota, L. P. (2012). *Nutrición Clínica y Dietética*. Argentina: Médica Panamericana.
- Ruiz, K. A. (2018). *ESTADO NUTRICIONAL Y AUTOESTIMA EN LOS ALUMNOS DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA GENERAL LA PROVIDENCIA DE LA CIUDAD DE MACHALA*. Obtenido de <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/20618/1/TESIS%20DE%20ENFERMERIA%20POR%20KAREN%20SALAZAR%20RUIZ.pdf>
- Sauca (2016). *Perfil nutricional y rendimiento académico en niños preescolares que asisten a la Cuna Jardín Carmen Alto – Comas (Tesis)*. Obtenido de Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Souza, J. M., & Veríssimo, M. d. (2015). Desarrollo infantil: análisis de un nuevo concepto. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 1097-1104.
- Verdú, J. M. (2006). *Nutrición y Alimentación Humana 2*. Barcelona, España: Océano.
- Yolanda Bernal García, C. J. (Septiembre de 2017). *Factores que Inciden en el Rendimiento Escolar de los Estudiantes de la Educación Básica Secundaria*. Obtenido de <http://repository.ucc.edu.co/bitstream/ucc/3369/1/PROYECTO%20FACTORES%20QUE%20INCIDEN%20EN%20EL%20RENDIMIENTO%20ES>

Zárate Vergara, U. C. (2017). CRECIMIENTO Y DESARROLLO NORMAL DEL PREESCOLAR, UNA MIRADA DESDE LA ATENCIÓN PRIMARIA. *Revista Pediatría Electrónica*, 27-34.

COLAR.pdf

# **ANEXOS**





**ENCUESTA APLICADA EN NIÑOS DE TERCER Y CUARTO AÑO DE  
BÁSICA DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA MIGUEL DE  
CERVANTES CANTON BABA- LOS RIOS**

**ANTROPOMETRIA**

1.- FECHA DE NACIMIENTO .....

TALLA EN CM.....

2.- IMC/EDAD.....

3.-DIAGNOSTICO NUTRICIONAL

.....

**DESAYUNO**

1.- DESAYUNA EN CASA SI O NO? ( )

A.- ¿QUE DESAYUNA?

.....

B.-¿POR QUE NO DESAYUNA?

.....



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR**  
**CARRERA NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**



BABA 10 DE JULIO DEL 2019

**MSC. SILVIA MACIAS CANDO**  
**DIRECTORA**  
**ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA MIGUEL DE CERVANTES**  
**PRESENTE.**

Por medio de la presente nos dirigimos a Ud. para que nos permita realizar en la institución que usted dirige, el trabajo de proyecto de investigación previo a la obtención de título de licenciadas en Nutrición y Dietética, con el tema "INFLUENCIA DEL DESAYUNO EN LA NUTRICION Y RENDIMIENTO ACADEMICO DE LOS ESTUDIANTES DE TERCERO Y CUARTO AÑO DE BASICA DE LA ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA MIGUEL DE CERVANTES BABA, LOS RIOS PERIODO MAYO- SEPTIEMBRE DEL 2019" elaborado por las estudiantes **GLADYS SULEYKA GUIN DELGADO** Y **JOSELYN JOMIRA OLVERA REYES**

Esperando que mi petición tenga la acogida favorable reiteramos nuestro agradecimiento.

**JOSELYN JOMIRA OLVERA REYES**  
C.I.1250216239

**GLADYS SULEYKA GUIN DELGADO**  
C.I.1250058227



**RECIBIDO**

10 JUL 2019

Econ. Jonathan Coello Aguilar  
INSPECTOR GENERAL





**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR**  
**CARRERA NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

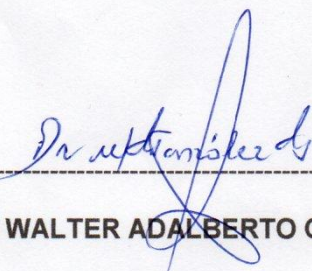
---



Miercoles, 7 de agosto del 2019

**APROBACION DE ENCUESTAS**

Yo **DR. WALTER ADALBERTO GONZÁLEZ GARCÍA** doy como aprobado al presente instrumento (encuesta) para realizar el proyecto titulado, **"INFLUENCIA DEL DESAYUNO EN LA NUTRICION Y RENDIMIENTO ACADEMICO DE LOS ESTUDIANTES DE TERCERO Y CUARTO AÑO DE BASICA DE LA ESCUELA FISCAL MIGUEL CERVANTES BABA, LOS RIOS PERIODO MAYO-SEPTIEMBRE DEL 2019"** elaborado por las estudiantes **GLADYS SULEYKA GUIN DELGADO Y JOSELYN JOMIRA OLVERA REYES** el cual será presentado como trabajo de proyecto de investigación para optar por el título de licenciadas de Nutrición y Dietética de la Universidad Técnica de Babahoyo.



---

**DR. WALTER ADALBERTO GONZÁLEZ GARCÍA**



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR**  
**CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**



*INSTRUMENTO PARA LA VALIDEZ DE CONTENIDO*

**ESCALA DE CALIFICACIÓN PARA EXPERTOS**

Estimado (a):

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta: Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.

CRITERIOS	SI (1)	NO (0)	OBSERVACIÓN
1. El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2. El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
3. La estructura del instrumento es adecuado. (Items : 1,2,3,4,5,6,7,8)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
4. Los ítems del instrumento responde a la operacionalización de la variable.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
5. La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
6. Los ítems son claros y entendibles. (Items : 1,2,3,4,5,6,7,8)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
7. El número de ítems es adecuado para su aplicación. (Items : 1,2,3,4,5,6,7,8)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

**SUGERENCIAS:**

.....  
.....  
*Dr. Alfonso...*  
.....  
FIRMA DEL JUEZ EXPERTO (A)





**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAS DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR**  
**CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**



*INSTRUMENTO PARA LA VALIDEZ DE CONTENIDO*

**ESCALA DE CALIFICACIÓN PARA EXPERTOS**

Estimado (a):

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta: Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.

CRITERIOS	SI (1)	NO (0)	OBSERVACIÓN
1. El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
2. El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
3. La estructura del instrumento es adecuado. (Items : 1,2,3,4,5,6,7,8)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
4. Los ítems del instrumento responde a la operacionalización de la variable.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
5. La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
6. Los ítems son claros y entendibles. (Items : 1,2,3,4,5,6,7,8)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
7. El número de ítems es adecuado para su aplicación. (Items : 1,2,3,4,5,6,7,8)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	

**SUGERENCIAS:**

.....  
.....  
*Dr. Alfonso...*  
.....  
FIRMA DEL JUEZ EXPERTO (A)



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR**  
**CARRERA NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**



Miercoles, 7 de agosto del 2019

**APROBACION DE ENCUESTAS**

Yo **ING. LUIS ISAIAS BASTIDAS ZAMBRANO** doy como aprobado al presente instrumento (encuesta) para realizar el proyecto titulado, "**INFLUENCIA DEL DESAYUNO EN LA NUTRICION Y RENDIMIENTO ACADEMICO DE LOS ESTUDIANTES DE TERCERO Y CUARTO AÑO DE BASICA DE LA ESCUELA FISCAL MIGUEL CERVANTES BABA, LOS RIOS PERIODO MAYO-SEPTIEMBRE DEL 2019**" elaborado por las estudiantes **GLADYS SULEYKA GUIN DELGADO Y JOSELYN JOMIRA OLVERA REYES** el cual será presentado como trabajo de proyecto de investigación para optar por el título de licenciadas de Nutrición y Dietética de la Universidad Técnica de Babahoyo.

-----  
**ING. LUIS ISAIAS BASTIDAS ZAMBRANO**





**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR**  
**CARRERA NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**



Miercoles, 7 de agosto del 2019

**APROBACION DE ENCUESTAS**

Yo **ING. LUIS ANTONIO CAICEDO HINOJOSA** doy como aprobado al presente instrumento (encuesta) para realizar el proyecto titulado, **"INFLUENCIA DEL DESAYUNO EN LA NUTRICION Y RENDIMIENTO ACADEMICO DE LOS ESTUDIANTES DE TERCERO Y CUARTO AÑO DE BASICA DE LA ESCUELA FISCAL MIGUEL CERVANTES BABA, LOS RIOS PERIODO MAYO-SEPTIEMBRE DEL 2019"** elaborado por las estudiantes **GLADYS SULEYKA GUIN DELGADO Y JOSELYN JOMIRA OLVERA REYES** el cual será presentado como trabajo de proyecto de investigación para optar por el título de licenciadas de Nutrición y Dietética de la Universidad Técnica de Babahoyo.

**ING. LUIS ANTONIO CAICEDO HINOJOSA**



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR**  
**CARRERA NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**



Miercoles, 7 de agosto del 2019

**APROBACION DE ENCUESTAS**

Yo **ING. LUIS ANTONIO CAICEDO HINOJOSA** doy como aprobado al presente instrumento (encuesta) para realizar el proyecto titulado, **"INFLUENCIA DEL DESAYUNO EN LA NUTRICION Y RENDIMIENTO ACADEMICO DE LOS ESTUDIANTES DE TERCERO Y CUARTO AÑO DE BASICA DE LA ESCUELA FISCAL MIGUEL CERVANTES BABA, LOS RIOS PERIODO MAYO-SEPTIEMBRE DEL 2019"** elaborado por las estudiantes **GLADYS SULEYKA GUIN DELGADO Y JOSELYN JOMIRA OLVERA REYES** el cual será presentado como trabajo de proyecto de investigación para optar por el título de licenciadas de Nutrición y Dietética de la Universidad Técnica de Babahoyo.

**ING. LUIS ANTONIO CAICEDO HINOJOSA**





**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA DE SALUD Y BIENESTAR**  
**CARRERA DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**



*INSTRUMENTO PARA LA VALIDEZ DE CONTENIDO*

**ESCALA DE CALIFICACIÓN PARA EXPERTOS**

Estimado (a):

Teniendo como base los criterios que a continuación se presenta, se le solicita dar su opinión sobre el instrumento de recolección de datos que se adjunta: Marque con una (X) en SI o NO, en cada criterio según su opinión.

CRITERIOS	SI (1)	NO (0)	OBSERVACIÓN
1. El instrumento recoge información que permite dar respuesta al problema de investigación.	/		
2. El instrumento propuesto responde a los objetivos del estudio.	/		
3. La estructura del instrumento es adecuado. ( Items : 1,2,3,4,5,6,7,8)	/		
4. Los ítems del instrumento responde a la operacionalización de la variable.	/		
5. La secuencia presentada facilita el desarrollo del instrumento.	/		
6. Los ítems son claros y entendibles. ( Items : 1,2,3,4,5,6,7,8)	/		
7. El número de ítems es adecuado para su aplicación. ( Items : 1,2,3,4,5,6,7,8)	/		

**SUGERENCIAS:**

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

FIRMA DEL JUEZ EXPERTO (A)

**Ing. Luis Antonio Caicedo Hinojosa .MBA**



## CONSENTIMIENTO INFORMADO

He/hemos leído la hoja de información que se me/nos ha entregado, he/hemos sido suficientemente informados y he/hemos podido hacer preguntas sobre los objetivos y metodología aplicados en el proyecto de investigación:

### INFLUENCIA DEL DESAYUNO EN LA NUTRICION Y RENDIMIENTO ACADEMICO DE LOS ESTUDIANTES DE TERCERO Y CUARTO AÑO DE BASICA DE LA ESCUELA FISCAL MIGUEL DE CERVANTES BABA, LOS RIOS, MAYO- SEPTIEMBRE DEL 2019

#### Objetivo General

Establecer la influencia del desayuno en la nutrición y rendimiento académico de los estudiantes de tercero y cuarto año de básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes de Baba, Provincia de Los Ríos, primer semestre 2019.

Comprendo/comprendemos que la participación es voluntaria y que el menor en cuya representación actúo/actuamos puede retirarse del mismo

- Cuando quiera;
- Sin tener que dar explicaciones y exponer mis motivos; y
- Sin ningún tipo de repercusión negativa.

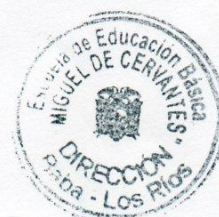
Por todo el cual, PRESTO/PRESTAMOS EL CONSENTIMIENTO para la participación en el proyecto de investigación al que este documento hace referencia.

1. Ana Vera
2. Edith Coates
3. Kerly Coates
4. Andrea Fernandez D.
5. Karman Eugenio
6. Edelbrida Sanchez
7. Andrea Crespo
8. Delys Noranyo R.
9. Delys Pacheco B.
10. Gina Palacios S.

~~Gladys Suleyka Guin Delgado~~  
Gladys Suleyka Guin Delgado

  
Joselyn Jomira Olvera Reyes

Nombre y firma de investigadora/a principal

























## ESQUEMA DE DESAYUNO SALUDABLE

	DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO
1	1 vaso de leche + tortilla de trigo + huevo pera	1 vaso Colada de avena con leche + tortilla de verde (queso) + manzana	1 vaso de yogurt+ pan con taja de queso + un durazno	1 vaso de leche + verde asado con un huevo cocido + 1 tz de fresas	1 vaso de colada de machica con leche + galletas con mortadela + taja de sandia	1 vaso de yogurt + tortilla de yuca + pera	1 vaso de Leche chocolatada con pan. Pera
2	1 vaso de leche con pan de agua y huevo tibio. guineo	1 vaso de Tapioca con leche, pan integral y mermelada. 1 tazas de fresa	1 vaso de Leche en chocolate y pan + tortilla de huevo Puré Manzana	1 vaso de Batido de frutilla con pan de dulce, queso y mortadela.	1 vaso de colada de machica con leche + galleta Taja de sandia	1 vaso de Batido de melón con pan y mortadela + 1 huevo cocido	Colada de avena con pan y queso y granadilla + huevo cocido
3	1 vaso de Batido de melón con tostada con queso, jamón y mantequilla	1 vaso de Chocolate casero con empanadas (queso) Naranja	1 vaso de Yogurt con galleta Guineo + 1 huevo de gallina	1 vaso de Colada de avena Con pan y queso Granadilla	1 vaso de yogurt, empanadas y granadilla + huevo cocido	1 vaso de colada de manzana con maduro cocinado y queso + manzana	Ponche con pan de dulce y jamón kiwi
4	1 vaso de jugo de fresas con humitas con queso + 1 taza de papaya picada	Tostada con queso y jamón + 1 vaso de yogurt + frutillas	1 pan tostada + colada de avena con leche + guineo	Colada de plátano + galletas con queso + papaya	1 pastelito de maduro con queso + 1 vaso de leche + manzana verde	1 bolón de verde con queso + 1 vaso de leche + pera	Mote con huevo + jugo de naranjas + pera

<b>PROBLEMA GENERAL</b>	<b>OBJETIVO GENERAL</b>	<b>HIPOTESIS GENERAL</b>
<p>¿Cuál es la influencia del desayuno en la nutrición y rendimiento académico de los estudiantes de tercero y cuarto año de básica de la escuela fiscal miguel de cervantes Baba, los ríos. Periodo Mayo- septiembre 2019?</p>	<p>Establecer la influencia del desayuno en la nutrición y rendimiento académico de los estudiantes de tercero y cuarto año de básica de la escuela fiscal miguel de cervantes Baba, los ríos. Periodo Mayo- septiembre 2019</p>	<p>El desayuno es una de los componentes que influye directamente en la nutrición y rendimiento académico de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes Baba, los ríos. Periodo Mayo- Septiembre 2019</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• PROBLEMAS DERIVADOS</li> </ul>	<p><b>OBJETIVO ESPECIFICO</b></p>	<p><b>HIPOTESIS ESPECIFICO</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cuál es la calidad del desayuno de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos?</li> <li>• ¿Cuál es el estado nutricional y el rendimiento académico de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos?</li> <li>• ¿Cuál es el nivel de conocimiento que tienen los padres y/o cuidadores sobre la importancia del</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar la calidad del desayuno de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos.</li> <li>• Establecer el estado nutricional y rendimiento académico de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La calidad del desayuno de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos es insuficiente.</li> <li>• El bajo rendimiento académico de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos esta frecuentemente relacionado con el estado nutricional.</li> <li>• El nivel de</li> </ul>

<p>desayuno en los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos?</p>	<p>Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar el nivel de conocimiento de los padres y/o cuidadores sobre la importancia del desayuno de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos.</li> </ul>	<p>conocimiento de los padres y/o cuidadores influye en el estado nutricional y el rendimiento académico de los estudiantes de tercer y cuarto año de educación básica de la Escuela Fiscal Miguel de Cervantes del Cantón Baba, los ríos.</p>
---	--	--