

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL
UNIDAD UPN 25B.



LA IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACION EN EL
RENDIMIENTO ESCOLAR.

TESIS PRESENTADA PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADO EN
EDUCACION PRIMARIA

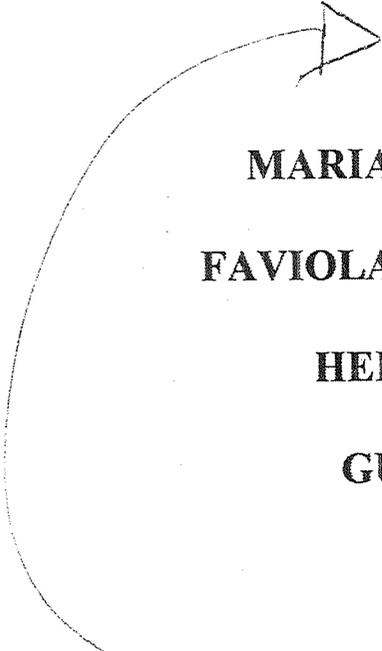
MARIA DEL ROSARIO GARCIA LLAMAS
FABIOLA DEL CARMEN CARRILLO PATRON
HELEODORO TIRADO ZATARAIN
GUSBERTO MORENO SARABIA

MAZATLAN, SINALOA, JULIO DE 1996

**SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA.
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL.**

UNIDAD U.P.N. 25 B

**“LA IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACION EN EL
RENDIMIENTO ESCOLAR”**



MARIA DEL ROSARIO GARCIA LLAMAS.

FAVIOLA DEL CARMEN CARRILLO PATRON.

HELEODORO TIRADO ZATARAIN.

GUSBERTO MORENO SARABIA.

**TESIS PRESENTADA PARA OBTENER EL TITULO
DE LICENCIADO EN EDUCACION PRIMARIA.**

MAZATLAN, SIN., MEXICO, JUNIO 1996.



DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACION

Mazatlán, Sinaloa, 10 de JULIO de 19 96.

C. PROFR (A): MARIA DEL ROSARIO GARCIA LLAMAS
FAVIOLA DEL CARMEN CARRILLO PATRON
HELEODORO TIRADO ZATARAIN
GUSBERTO MORENO SARABIA

Presente.-

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes Profesionales de esta Unidad, y como resultado del análisis realizado a su trabajo, titulado: "LA IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACION EN EL RENDIMIENTO ESCOLAR".

Opción: TESIS, Asesorado por el C. Profr (a): MARCO ANTONIO ALDUENDA RINCONES, A propuesta del asesor Pedagógico, C. Profr (a): YOLANDA ARAMBURO LIZARRAGA, manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos establecidos al respecto por la institución.

Por lo anterior, se dictamina favorablemente su trabajo y se le autoriza a presentarlo ante el H. jurado que se le asignará al solicitar su examen profesional.

ATENTAMENTE "EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

LIC. JOSE MANUEL LEON CRISTERNA PRESIDENTE DE LA COMISION DE EXAMENES PROFESIONALES DE LA UPN 25-B



**LA IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACION EN EL
RENDIMIENTO ESCOLAR.**

INDICE

INTRODUCCION.....	1
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	4
JUSTIFICACION Y OBJETIVOS.....	9
MARCO CONTEXTUAL.....	11
HIPOTESIS.....	13

CAPITULO I

MARCO TEORICO

CONCEPTUALIZACION DE ALIMENTACION, DESNUTRICION Y SALUD.

A. SALUD.....	14
B. ALIMENTACION Y SALUD.....	15
C. REQUIRIMIENTOS NUTRICIONALES.....	17
D. COMPONENTES DE UNA DIETA ALIMENTICIA.....	20
E. IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACION.....	22
F. LA NUTRICION Y LA ESCUELA.....	23
G. DESNUTRICION Y EFECTOS DE LA DESNUTRICION...25	
H. CARACTERISTICAS DEL NIÑO DESNUTRIDO.....	28
I. PROBLEMAS PRODUCIDOS POR LA DESNUTRICION..	30
J. CONSECUENCIA EN EL ORGANISMO PROVOCADOS POR UNA DIETA INADECUADA.....	31

K. NIVELES DE APROVECHAMIENTO DE NIÑOS DESNUTRIDOS	33
---	----

CAPITULO II.

LOS SUJETOS QUE INTERVIENEN EN EL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.

A. EL ALUMNO EN EL GRUPO ESCOLAR.....	35
B. EL DOCENTE ENCARGADO DEL APRENDIZAJE.....	37
C. LA INFLUENCIA DE LA FAMILIA EN EL PROCESO EDUCATIVO.....	39
D. EL ENTORNO SOCIAL DEL EDUCANDO.....	42

CAPITULO III

TEORIAS PSICOPEDAGOGICA EN QUE SE FUNDAMENTA LA INVESTIGACION.

A. ETAPAS DE DESARROLLO SEGUN JEAN PIAGET.....	44
B. ESTADIOS DE DESARROLLO SEGUN H. WALLON.....	47
C. PEDAGOGIA OPERATORIA.....	50
D. TEORIA CONSTRUCTIVISTA.....	52

CAPITULO IV
METODOLOGIA

A. METODOS Y TECNICAS EMPLEADOS EN LA INVESTIGACION.....	55
B. REGISTRO DE LA INFORMACION.....	60
C. ANALISIS DE LA INFORMACION Y RESULTADOS.....	74
CONCLUSIONES.....	82
BIBLIOGRAFIAS.....	84
ANEXOS.....	86

INTRODUCCION.

Es importante considerar al niño como el ser de mayor importancia dentro del ámbito educativo donde desarrolla su labor educativa el maestro. Un alumno con una adecuada alimentación y con una salud estable puede desarrollar durante su vida escolar un potencial lleno de capacidad física e intelectual adecuado para captar todos los conocimientos brindados para su educación trayendo como consecuencia un rendimiento escolar superior.

Por lo que este trabajo de investigación acerca de la "importancia de la alimentación en el rendimiento escolar", se menciona dentro del primer capítulo características sobre salud, dietas alimenticias adecuados para el niño, problemas relacionados con la desnutrición y sus causas además de mencionar los requerimientos nutricionales que el educando debe consumir para lograr un crecimiento normal adecuado a su edad. Se menciona lo importante que es para el educador tener alumnos con una alimentación balanceada, que le proporcionen las energías suficientes para desenvolverse con

eficacia en su labor educativa obteniendo de ello un aprovechamiento escolar con calidad.

Lo que respecta al capítulo segundo se menciona a los sujetos que intervienen en la labor educativa como son: el alumno como autor principal, el docente guía del conocimiento, la familia que representa un núcleo determinante al igual que el entorno social que rodea al niño.

Para conocer el desarrollo y comportamiento que manifiestan los educandos es de fundamental importancia tener presente las etapas por las que atraviesan, los alumnos para que se nos facilite la tarea educativa, por lo que el tercer capítulo se hace referencia de las etapas de desarrollo señaladas por Jean Piaget, los estadios marcados por Henri Wallon, además de conocer la pedagogía operatoria y la teoría constructivista, las cuales nos servirán para entender las necesidades de los alumnos.

Dentro del capítulo cuarto se dan a conocer los métodos y técnicas utilizadas en esta investigación bibliográfica y de campo registrándose la información en tablas y gráfica donde se dan a conocer los resultados obtenidos en la investigación.

de campo, logrando establecer los porcentajes entre niños nutridos y desnutridos. Adquiriendo con ello resultados útiles para el logro de los objetivos de la investigación.

Por último se llegó a las conclusiones las cuales se basan en los resultados obtenidos, desde sugerir hábitos y enriquecer los conocimientos sobre la problemática de la alimentación en los niños de edad escolar.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

Para el desarrollo de cualquier actividad es primordial contar con una alimentación adecuada, para nuestro organismo humano, que nos responda de manera positiva, para desenvolvemos en todas las facultades de nuestra vida.

La alimentación es uno de los factores que no puede ser sustituido por nada, ya que el factor alimenticio es uno de los más indispensables para lograr en los alumnos un rendimiento escolar más efectivo. Por lo cual al tratar el contenido de la alimentación en el primer ciclo de escolaridad de la localidad de San Francisquito, Mazatlán, Sinaloa, donde se desarrollo nuestra labor educativa fue muy importante darle mucho énfasis a la educación alimenticia, esta población depende de la agricultura, que fue uno de los descubrimientos más importantes de la humanidad, y que permitió su desarrollo y evolución social.

La revolución agrícola está entre los principales grupos humanos y es el medio para satisfacer las necesidades alimenticias de aquellos pueblos y en la actualidad.

Este hecho hace que se tenga conocimientos prácticos sobre el buen uso del suelo y de la naturaleza, de donde se podían obtener alimentos sanos y mantener el equilibrio del suelo a través de una práctica agrícola que no buscaba aplicar y explotar la naturaleza, sino trabajar con ella para nuestro propio beneficio manteniéndose así el equilibrio.

Es importante darle a conocer a los alumnos las ventajas que nos da contar con una alimentación balanceada donde se consuman alimentos de origen animal, vegetal y mineral, los que al ser consumidos traerán como resultado un funcionamiento normal, y su crecimiento y desarrollo lleno de energía que reconstruirá y protegerá su cuerpo.

Los alimentos, para que tengan este efecto deben ser combinados para su ingestión, de tal forma que nos proporcione vitaminas, proteínas, azúcares, grasas y minerales, es decir, los nutrientes necesarios para un desarrollo físico y mental normal.

En la comunidad se cultivan ciertas legumbres las cuales no son del agrado de los niños, pero que en realidad son en las que se pueden encontrar todos los nutrientes, sin dejar de

mencionar su combinación con carnes, aves, pescados, leche, huevo, frijol, cereales como maíz, que es uno los alimentos básicos que consumimos los mexicanos.

Teniendo en cuenta que los alimentos que se suministran al organismo son elementos necesarios, es importante que el niño tenga conocimientos de lo importante que es el hecho de sembrar y criar diferentes especies animales lo que en conjunto dará como resultado la adquisición de nutrientes que le ayudarán a su crecimiento constante tanto en peso como en estatura.

Debemos tener presente que para obtener productos alimenticios brindados por la tierra es importante utilizar productos de fertilización adecuados, ya que un niño bien alimentado realizará con mayor eficacia su tarea educativa y dará mayor interés a sus actividades escolares. Por lo cual al detectar a ciertos niños del grupo con problemas de alimentación lo manifestaban por medio de pereza, desinterés por los juegos de sus compañeros y el incumplimiento al no colaborar con sus tareas escolares, bajando con ello el nivel en el proceso de enseñanza-aprendizaje, fue de suma importancia

para estos niños, como para sus padres contar con información de sustancias alimenticias que servirán no solo para los niños mal alimentados, sino en general para contribuir a mejorar sus hábitos alimenticios trayendo como resultado una alimentación más balanceada y darle la debida importancia que requieren los recursos brindados por la naturaleza.

Es obvio que estos factores afectan de una manera u otra el rendimiento escolar de niño.

Si no hay producción agrícola afecta directamente a la economía familiar que es lo más importante para satisfacer las necesidades alimenticias.

Pasando a otro factor muy importante como lo es la falta de cultura de los padres de familia, por su desconocimiento sobre los regímenes alimenticios que ayuden a sus hijos a tener una buena alimentación que ayude a tener una dieta balanceada, que dé como resultado un apoyo importante para el aprovechamiento escolar.

Es importante mencionar la desculturización alimenticia (producción agrícola, económica, cultural, comercial, medios de comunicación, etc.). Esta desculturización alimenticia trae

como consecuencia un mal desarrollo físico, de salud y mental. Ya que un niño con mala alimentación no desarrolla sus actividades escolares permaneciendo como un niño pasivo, indiferente, etc.

Con respecto a la salud, se presentan muy a menudo enfermedades adquiridas por falta de defensas que deberían ser tomadas de alimentos vitamínicos y una higiene adecuada, lo cual les evitará contraer enfermedades propias de su edad.

En lo mental existen gran variedad de aspectos como lo son conducta, razonamiento, interés, socialización, etc.

Su comportamiento se presenta de manera diferente a un niño nutrido, ya que su desarrollo intelectual es más bajo teniendo como consecuencia un nivel diferente de conducta.

Su desarrollo metabólico sufre ciertas alteraciones lo cual le origina graves daños en su desarrollo psico-físico, reduciendo su tamaño corporal y lo más importante y fundamentalmente de esta investigación es comprender:

"La importancia de la alimentación en el rendimiento escolar"

JUSTIFICACION.

Se considera importante dentro de la labor docente fomentar en nuestros alumnos hábitos alimenticios, actitudes en que se vean reflejados en su aprovechamiento escolar y en diversas actividades de la vida diaria.

Invitando con ello a consumir de acuerdo a sus posibilidades y gustos los nutrientes que brinda la naturaleza para mejorar su formación sana de su organismo y regular un funcionamiento normal de acuerdo a su edad y constitución física y mental.

Por ello es importante conocer los alimentos que nos ayudarán a mejorar la alimentación y con ello darle un uso adecuado al medio ambiente que es el que nos brinda para todo tipo de alimentos utilizados para subsistir, contribuyendo a mejorar y cuidar la naturaleza.

Por lo tanto al abordar el tema de la alimentación fue interesante conocer y escuchar los comentarios de los alumnos, que se interesaron por anotar los alimentos que más le agradan y las aportaciones de cada uno de ellos en su organismo. Ya que como resultado de este trabajo, es fomentar la

alimentación que proporciona sustancias que con un buen hábito de consumo les ayude a lograr una nutrición adecuada. La clase más pobre cuenta con menos medios para obtener, alimentos y se ven menos favorecidos en todos los aspectos que abarca una sociedad en lo económico, político, cultural y social, para lograr una alimentación normal.

Con esto la alimentación es un factor determinante para un buen desempeño y aprovechamiento que se requiere en el desarrollo escolar del educando, por lo que una alimentación balanceada le facilitará su proceso enseñanza-aprendizaje.

Por lo tanto es importante tomar en cuenta algunos objetivos los cuales nos darán algunas soluciones a esta problemática y son:

- Considerar a la alimentación como un factor determinante en el rendimiento escolar del educando.
- Que tengan los conocimientos necesarios sobre lo que aportan a nuestro organismo una alimentación balanceada.
- Que el niño reconozca la importancia que tiene la alimentación, para nutrirlo y que lo ayudará en su desarrollo físico y mental.

MARCO TEORICO CONTEXTUAL.

La localidad donde se enmarca esta investigación esta ubicada en la comunidad de San Francisquito, Mazatlán, Sinaloa, ubicada a 5 kilómetros de la carretera internacional al Sur. La comunidad posee servicio médico el cual atiende a la población dos veces por semana, tienda conasupo, plazuela en donde se realizan festividades organizadas por la comunidad.

La autoridad esta representada por un comisariado ejidal, y un comisario. la población aproximada es de 1200 habitantes. El nivel socioeconómico es predominantemente bajo, pues la mayoría de los habitantes trabajan por temporadas de jornaleros, campesinos, albañiles, etc. Su nivel cultural es pobre pues la mayoría de los habitantes no sabe leer ni escribir y solamente algunos fueron a la primaria, aunque no lograron terminarle.

Las condiciones de vivienda en su mayoría son muy humildes, contando en algunos casos con uno o dos cuartos, el cual les sirve de sala, recámara y cocina.

Asimismo, se cuenta con un plantel educativo perteneciente al sistema estatal, en el cual se cuenta con 147 alumnos distribuidos en seis grupos, cuya responsabilidad es de un maestro por cada grupo de primero a sexto. Se tiene un director efectivo, auxiliar de intendencia. La escuela tiene un patio amplio, cancha deportiva, cada aula tiene luz eléctrica y llaves para tomar agua, baños, bodega y cuenta con barda alrededor de toda la escuela.

HIPOTESIS

La alimentación es un factor determinante en el rendimiento escolar del educando, la cual al ser insuficiente e inadecuada no le brindan un desarrollo intelectual adecuado dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje.

CAPITULO I.

CONCEPTUALIZACION DE ALIMENTACION, DESNUTRICION Y SALUD

A. SALUD

La salud es la cualidad más importante de la vida humana, potencializada las capacidades del individuo facilitándole un desarrollo óptimo.

La salud es la meta de la sociedad.

El hombre puede vivir en lugares insalubres, sin educación, sin vivienda, sin amigos, marginados, pero no sin alimentos y salud.

Para una buena salud hay que tener una buena alimentación de esto dependen tres requisitos indispensables: biológicos, psicológicos y sociales para que haya una buena salud.

En el campo biológico, en este rubro demanda una, buena alimentación, aportación de nutrientes y una dieta equilibrada.

En el campo psicológico, comida bien presentada, variada, apetitosa y relacionada con el ramo social el lugar de residencia condiciones de salud, educación, cultura, hábitos

alimenticios, recursos económicos y disponibilidad de alimentos.

CONCEPTO DE SALUD. "En Julio de 1946 se fundó la OMS y definió la salud como estado de completo bienestar físico, mental y social, sin excepción de religión, raza, credo político". (1)

Todos estos factores sino se atienden como es debido, es casi imposible que el educando tenga un buen rendimiento escolar.

B. ALIMENTACION Y SALUD.

Toda persona come fundamentalmente para satisfacer sus necesidades alimenticias, sin embargo el propósito primordial de la alimentación es el mantenimiento de la salud. La ingestión de alimento que el cuerpo recibe y utiliza, determina en gran medida su crecimiento, desarrollo y mantenimiento, por ello es de eficaz importancia que el educador oriente a sus alumnos y padres de familia sobre la

(1) Méndez, Gutiérrez Francisco. *Guía Práctica 4*, 4ª Ed. México 1994, p. 262.

necesidad de una buena alimentación como un factor importante para un crecimiento y desarrollo saludable.

Es importante conocer los valores nutritivos de los alimentos para consumirlos, variarlos, obteniendo así un equilibrio adecuado, que nos proporcione los nutrientes necesarios.

Toda alimentación equilibrada nos da buena salud y esta influenciada por diferentes factores como son, físico, mental o psicológico y ambientales además de la edad, sexo, raza, limpieza, el ejercicio, el lugar de vivienda, cultural y nivel socioeconómico.

Nuestros hábitos y costumbres, así como las actividades que realizamos tienen una gran influencia en la salud.

Por tal motivo debemos tener hábitos alimenticios y realizar actividades que no dañen a nuestro organismo tales como:

- Evitar consumir golosinas en grandes cantidades.
- Los buenos hábitos de higiene son importantes para evitar enfermedades.
- Llevar una dieta balanceada.

- Practicar algún deporte.

C. REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES.

Como bien quiere decir comer todos los días una combinación o balance distintos alimentos que necesitan el cuerpo. Para que una persona este y sana, cada comida debe contener cuatro clases de alimentos:

1.- *PROTEINAS*. Alimentos que forman el cuerpo. Las proteínas son necesarias para crecer bien, para construir musculos sanos y para desarrollar el cerebro y muchas otras partes del cuerpo. Para que un niño crezca normalmente y un adulto sea fuerte hay que comer bastantes proteínas todos los días.

ALIMENTOS RICOS EN PROTEINAS.

Carne

Pollo

Huevo

Pescado

Marisco

Leche, Queso

Frijol de soya

Insectos.

ALIMENTOS CON ALGO DE PROTEINAS.

Frijol

Lentejas

Habas

Nueces

Cacahuate, cereales, etc.

2.- CARBOHIDRATOS Y AZUCARES.

Alimentos que dan energía.

Estos alimentos son como leña para la lumbre. Entre más trabaje una persona, más necesita de los alimentos que dan energía. Pero una dieta de solo estos alimentos, sin proteínas, debilitan el cuerpo.

COMIDA CON MUCHOS CARBOHIDRATOS O ALMIDON:

Maíz

Cereales

Calabaza

Camote	Plátano	Papas
--------	---------	-------

AZUCARES

Azúcar	Miel	Plátanos.
--------	------	-----------

Frutas	Leche	
--------	-------	--

3.- GRASAS Y ACEITES.

Alimentos que almacenan la energía.

Estos alimentos son almacenes de energía en forma concentrada. El cuerpo los guarda como una reserva de leña y los convierte en azúcar cuando necesita fuerza cada comida debe contener una poca de grasa, pero demasiada grasa hace daño.

ALIMENTO CON MUCHA GRASA.

Manteca	Mantequilla	Chicharrón
Margarina	Tocino	Aceite de comer

ALIMENTOS CON POCA GRASA.

Cacahuete	Aguacate	Nueces
Leche	Coco	

4.- VITAMINAS Y MINERALES.

Alimentos que protegen la salud.

El cuerpo necesita vitaminas y minerales para aprovechar bien los alimentos, para la formación de la sangre, los huesos y dientes, y para que los diferentes sistemas del cuerpo funcionen bien. Sin comer comidas ricas en vitaminas y minerales, el cuerpo se enferma.

ALIMENTOS RICOS EN VITAMINAS Y MINERALES

Verduras	Queso	Pescado
Fruta	Huevos	Aceite de hígado
Cereales	Carne	Pollo
Leche	Hígado	

D. COMPONENTES DE LA DIETA ALIMENTICIA.

Para aprender lo que corresponde a una dieta es importante conocer que la dieta es " la cantidad de alimentos necesarios para que una persona normal cubran sus necesidades energéticas y nutritivas en un día".(2)

(2)BONET, Sánchez Antonio. Gran enciclopedia educativa. Encar, México, 1991.p.867.

Por lo que una dieta normal debe de contener lo siguiente:

A. ENERGETICA	Debe de tener calorías suficientes para que pueda trabajar y moverse durante todo el día.
B. VARIADA	Es conveniente tomar cada día al menos un alimento de cada uno de los grupos.
C. EQUILIBRADA	La cantidad de cada alimento debe ser suficiente para cubrir las necesidades.

Es importante considerar que una dieta balanceada y bien equilibrada durante el crecimiento del niño le permitirá realizar además de las actividades normales de un niño, tener un desarrollo constante a la que requiere en peso y estatura de un crecimiento normal a su edad.

Teniendo presente y darle a conocer al niño que el abuso de otros alimentos como lo son dulces o las grasas puede crear problemas de obesidad o enfermedades como el infarto o la arterioesclerosis.

E. IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACION

Todos los seres vivos, necesitamos nutrientes para subsistir; éstos se obtienen en las dietas al ingerir los alimentos.

Los alimentos son los que nos proporcionan sustancias químicas en estado natural o modificados que proporcionan energía, proteínas, vitaminas, carbohidratos, minerales y agua.

Una correcta y completa alimentación "es de suma importancia ya que por medio de esto obtendremos los elementos necesarios para el buen funcionamiento del organismo". (3)

Pero no todos los alimentos tienen el mismo contenido energético. Los que contienen glúcidos son los de mayor contenido energético; sin embargo los alimentos ricos en proteínas nos proporcionan materia (aminoácidos) a partir de los cuales se fabrican las propias proteínas.

(3) BONET, Sánchez Antonio. Gran enciclopedia Educativa. Encar. México, 1991.

APORTE ENERGETICO DE UNA DIETA EQUILIBRADA.

En el siguiente cuadro se mostraran algunas vitaminas y minerales importantes y los alimentos en los que se encuentran:

CALCIO	PRODUCTOS LACTEOS
HIERRO	LEGUMBRES, HIGADO Y CARNES
VITAMINA A	TOMATE Y ZANAHORIA
VITAMINA B	ARROZ, HIGADO Y TOCINO
VITAMINA C	NARANJA, LIMON Y LEGUMBRES
VITAMINA D	HIGADO, HUEVOS Y LECHE

F. LA NUTRICION Y LA ESCUELA.

La nutrición es un proceso que consiste en reponer energía y las sustancias que los seres vivos gastan al realizar sus actividades.

Este factor es determinante e insustituible para el desarrollo físico, intelectual y emocional del educando, ya que

si esta bien nutrido para lograr obtener un rendimiento escolar y físico de acuerdo a su desarrollo normal de su edad escolar.

Ya que la desnutrición y las enfermedades infecciosas frenan el desarrollo normal del niño siendo miles de niños los afectados en la edad escolar.

Lo que se refiere al desarrollo físico del escolar para lograr realizar o desarrollar las actividades debe tener un peso, talla normal, por lo que es el desarrollo mental debe de contar con una madurez intelectual adecuada a su edad.

En la edad escolar es importante que el niño asista a la escuela con una dieta nutritiva que aproveche su estancia en la escuela. Algunos padres no pueden alimentar adecuadamente a sus hijos a causa de la producción limitada de alimentación su adecuada distribución, el mal aprovechamiento o la pobreza.

Es necesario que los padres conozcan las necesidades de la alimentación de sus hijos en la edad escolar, nutrir al niño para que tenga un rendimiento escolar equivalente a su edad.

Por lo que se dice "La alimentación de un pueblo representa su cultura y tradición y por lo tanto, la modificación

de los hábitos de consumo depende del sistema educativo y del aparato publicitario".(4)

G. DESNUTRICION.

La destrucción es un problema grave que afecta a un 60 % de la población, aunque algunos expertos en el problema tienden a reducir la cifra hasta un 40 % a 50 % de los habitantes como insuficiente e inadecuada. Se prevee un incremento hasta un 75% de desnutridos por la poca posibilidad de alimentos. La desnutrición lamentablemente existirá aunque haya insuficiente alimentos. Hay otros factores que tienen un peso específico en el problema, dos de ellos son el aparato comercial y la distribución.

La desnutrición es dos veces más frecuente en las zonas rurales que en las urbanas, pero específicamente al sur y centro del país. Esta se debe al sector campesino que deja el campo y por otro lado los precios no se dan de acuerdo al salario.

(4) LEYVA, José Angel. "Información I". México. 1984 p.46

La desnutrición puede pasar inadvertida en un principio si sus causas actúan de manera constante, por ejemplo durante semanas la dieta precaria. Tenemos entonces que el sujeto se adapta ahorrando energía mientras sacrifica funciones prioritarias que no perciben con facilidad poniendo por ejemplo, al niño que sacrifica su crecimiento. Siempre hay una subclínica •(no aparente) de adaptación a la destrucción que no se puede detectar con facilidad. Posteriormente viene la fase clínica: El sujeto ha pasado a la primera etapa de adaptación que se llama temprana a la adaptación inmediata.

Si la situación se prolonga se llega a una etapa tardía de desnutrición. En cualquiera de estas etapas se regresa a lo normal y se advierte a tiempo pero también puede ser mortal.

Es por eso que debemos darle importancia a la alimentación para no tener problema de desnutrición.

" La desnutrición infantil es grave en México sobre todo en ciertas zonas y extractos sociales a causa de las diferencias socioeconómicas, cultural y en disponibilidad de alimentos".

(5)

(5) FLORES, María Luisa. "Información científica y tecnológica I". México 1988. p. 37

Hay otros factores que tienen un peso específico en el problema, dos de ellos son el aparato comercial y la distribución.

Por lo que se consumen alimentos presentados en medios de comunicación con propagandas llamativas haciendo a un lado alimentos que realmente brindan nutrientes a nuestro organismo.

EFECTOS DE LA DESNUTRICION

Es notorio en un organismo humano su adelgazamiento corporal y su disminución de sus facultades físicas y mentales gracias al bajo consumo de energéticos, proteínas, vitaminas, sales y minerales que son indispensables para un desarrollo normal del organismo.

Existen grandes cantidades de efectos fisiológicos y bioquímicos en el pequeño que se encuentra desnutrido, no solo de retardar la maduración bioquímica, sino también es

capaz de producir regresiones a patrones de funcionamiento específico para edades mucho más tempranas.

Si un organismo no consume todos los nutrientes que necesita, trae como consecuencia una desnutrición la cual repercute en el organismo y provoca efectos como son: Mal funcionamiento, fatiga, enfermedades, muerte.

El grado de la desnutrición y la realización que esta produce en el organismo tiene que ver con los nutrientes que nuestro cuerpo a dejado de consumir.

Es importante conocer los valores nutricionales de los alimentos y así poderlos combinar y variarlos y así poder tener un equilibrio adecuado.

H. CARACTERISTICAS DEL NIÑO DESNUTRIDO.

COMER BIEN SIGNIFICA "comer lo suficiente". También requiere decir comer una combinación de los distintos alimentos que el cuerpo necesita. Para ser sana, una persona necesita comer suficiente de cada uno de los cuatro grupos de alimentos.

Mucha gente come mucho carbohidratos, como maíz, arroz, yuca, plátano y mucha comida rica en proteínas y vitaminas como frijoles, huevos, pollos, pescado y frutas. Estas personas pueden estar mal nutridas aunque se llenen de carbohidratos.

Muchas veces la mala alimentación es más grave en los niños, quiénes necesitan mucho alimento nutritivo para crecer bien y quedar sanos.

Hay dos formas más comunes del niño mal alimentado.

1.- El niño que no come el suficiente alimento de ninguna clase, especialmente los que dan energía y se nota que el niño se va secando, a esto se le da el nombre de mala alimentación seca o marasmo.

En pocas palabras el niño se está muriendo de hambre, este niño necesita más alimento especialmente los que dan energía.

2.- El niño que no come alimentos con proteínas que es el que forma el cuerpo, sus pies, sus manos.

Aunque se puede ver poco gordito ya tiene muy poco musculo, es un poco más que huesos, piel y agua, este

niño necesita más alimentos ricos en proteínas.

Un niño desnutrido es muy notable por sus características:

- No crece, ni gana peso
- Tarda en caminar, hablar o pensar
- Barrigón, con brazos y piernas flacas
- Tristeza, fatiga, debilidad
- Hinchazón de pies, manos y cara
- Perdida de pelo, de su brillo o color
- No ve bien en la noche, resequedad en los ojos, ceguera.

I. PROBLEMAS PRODUCIDOS POR LA DESNUTRICION

Según datos publicados por el instituto de estudios políticos, económicas y sociales (IEPES) sólo uno de cada cien niños mexicanos consume regularmente carne, leche y huevos.

Se considera que la desnutrición como uno de los problemas de salud, educación, producción y cultura.

A la injusticia social que multiplica los efectos de la desnutrición se suman patrones modernizantes de crianza, abastecimientos y consumo.

" La desnutrición lleva a provocar el fallecimiento de muchos niños mexicanos, pero son muchos niños más los que sobreviven dañados para siempre por ello, con sus capacidades físicas y mentales disminuidas" (6).

Además del riesgo de morir, ser destruido significa que el sistema nervioso, la inteligencia, el lenguaje y la capacidad de aprender y resolver problemas sufran daños irreparables.

La desnutrición en México hace mucho tiempo que ya no es un problema aislado sino un fenómeno social; un desastre social producido por el sistema inquitativo.

J. CONSECUENCIAS DEL ORGANISMO PROVOCADAS POR UNA DIETA INADECUADA.

Para que nuestro organismo responda a nuestra necesidad en la vida diaria es importante tener una dieta con

(6) JIMENEZ, Ketia, "Cultura Cívica 1", Fernández Editores Tercera edición, México p. 109.

calidad y cantidad de alimentos necesarios para que el organismo funcione correctamente. Ya que si un organismo "no consume todos los nutrientes necesarios le traerá como consecuencia una desnutrición". (7), repercutiendo en su mal funcionamiento

La desnutrición y la reacción que este produce en el organismo tiene que ver con los nutrientes que nuestro cuerpo ha dejado de consumir.

Por lo que en la continuación se muestran algunos ejemplos de una dieta inadecuada y sus consecuencias.

DIETA INADECUADA	CONSECUENCIAS EN EL ORGANO.
Consumo excesivo de grasa y carbohidratos	Tendencia a la obesidad
Deficiencia de Vitamina A	Daños en la vista
Deficiencia de Vitamina C	Daños en las encías
Deficiencia de Calcio	Tendencia a fracturas Oseas

(7) MÉNDEZ, Gutiérrez Francisco, "Guía Practica 5" Fernández Ed. Quinta edición. México 1995.p.250.

Deficiencia de Hierro	Anemia
Deficiencia Vitamina K	Trastornos en la coagulación, hemorragias.
Consumo excesivo de grasa	Formación de depósitos de grasa en los vasos sanguíneos

K. NIVELES DE APROVECHAMIENTO DE NIÑOS DESNUTRIDOS.

Para calificar los niveles de aprovechamiento tomamos en cuenta los puntos más importantes de la personalidad de estos niños los cuales fueron: conducta, integración grupal, disposición para desenvolverse en las actividades de trabajo, la atención proporcionada a las clases, sus calificaciones y su estado físico e intelectual.

Este es el punto más importante al que nos enfocamos para poder encontrar los niveles de aprovechamiento de los niños desnutridos. En la tabla siguiente podemos ver los

porcentajes obtenidos por edad en los alumnos del primer ciclo.

AÑOS	NINOS NUTRIDOS	%	NINOS DESNUTRIDOS	%	PORCENTAJE TOTAL
6 años	1	4.2%	6	25%	
7 años	2	8.3%	7	29.1%	
8 años	1	4.2%	7	29.1%	
TOTAL	4	16.7%	20	83.2%	99.9%

CAPITULO II

SUJETOS QUE INTERVIENEN EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.

A. EL ALUMNO EN EL GRUPO ESCOLAR

Los actores más importantes en el proceso educativo que se desarrolla de manera formal y poseen características que son producto del contexto social e institucional en el que se desenvuelven, son los niños.

El pequeño al ingresar a la escuela, lleva una serie de conocimientos que no lo hacen ser una pagina en blanco, ya que desde que tiene uso de razón inicia su proceso de acumulación de conocimientos, los cuales finalizan cuando terminan su existencia. Los diferentes factores como lo son: el politico y social, así como los aspectos económico e ideológico irán poco a poco moldeando su propia personalidad.

Cuando el maestro y alumno se ponen en contacto en el ámbito escolar, cada un lleva consigo un caudal de conocimientos, producto de la influencia de las diferentes instituciones formativas.

De hecho, la educación como proceso psicológico viene a ser una experiencia de maduración de los sujetos en donde tanto la familia, la escuela y la propia sociedad, constituye los promotores y controladores.

El educando del primer ciclo en este caso, se encuentra dentro del tercer periodo que corresponde a las operaciones concretas que abarca de 7 a 12 años de edad. En este periodo se señala un gran avance en cuanto socialización y objetivaciones del pensamiento.

Aquí el pensamiento del niño se ha convertido en lo que los adultos llaman sistematizados, lógicos o interiormente consistente y en lo que Piaget denomina el pensamiento operacional concreto de los esquemas de primer orden.

A la edad de siete u ocho años los esquemas que se han desarrollado son de clase totalmente distinta a la que se encuentra en los niños de cuatro a cinco años.

Ahora el niño puede reflexionar sobre su propio pensamiento y regularlo; en pocas palabras, tiene conciencia de las series sucesivas de acción de su mente. Dicho de otra manera conoce de las equivalencias entre las transformaciones

que se producen a consecuencia de la previsión de las acciones virtuales y de sus efectos.

En la actualidad se manejan criterios que toman al alumno como eje central sobre el cual gira todo el proceso educativo; el papel del alumno anteriormente era de pertenecer de manera pasiva esperando una orden de maestro, para repetir los conocimientos, en la actualidad paso a ser un elemento activo, el cual forma parte en la creación del conocimiento. Una forma de poner al alumno en acción es mediante la realización de experimentos que lo llevan a asimilar con interés los diferentes conocimientos de aprendizaje.

B. EL DOCENTE COMO ENCARGADO DEL APRENDIZAJE

En la actualidad al maestro se exige tener una adecuada preparación que le permite desarrollarse en diferentes formas dentro de la educación, echando mano de nuevas técnicas por ejemplo: la motivación y activación de los alumnos conducción de discusiones, aclaraciones de ciertas dudas,

exposiciones, lluvia de ideas, etc. Todo esto coadyuvando de manera positiva para un aprendizaje.

Kerschensteiner llama "pedagogo práctico al maestro para diferenciarlo, así mismo, del teórico de la educación"(8).

En el proceso educativo, tanto lo didáctico como las implicaciones pedagógicas y psicológicas llevan consigo el propósito de conseguir que el sujeto adquiera percepciones en si mismo, de acuerdo a sus posibilidades y sus experiencias. De ahí que la relación maestro-alumno debe facilitar a éste el aprendizaje de los conocimientos básicos que constituirán su base cultural.

Considerando lo importante que es la personalidad del maestro, la cual sobrepasa el dominio de las técnicas culturales, es capaz de lograr en sus clases un clima tal que permita la aceptación de la personalidad del alumno.

La habilidad del maestro será definitiva para crear en aula un ambiente de cordialidad y confianza, que haga que aflore la creatividad e imaginación que tiene consigo

(8) KERSCHENSTEINER, "LA CIENCIA DE LA EDUCACION", Porrúa, S.A.
México, p.140

nuestros alumnos.

Ya que mostrando un ambiente de tensión, para el alumno es un obstáculo muy grande lo cual hace frenar su verdadera esencia sobre los conocimientos.

Brindando seguridad y respeto a sus ideas es dar paso a una gama de opiniones que formaran parte de ideas que se formaran al interior de su mente.

La tarea del docente no se concreta a la enseñanza de puros conocimientos, que sirvan al alumno para resolver o probar ciertos exámenes, si no que la idea es realizar una formación del niño para que sea capaz de desenvolverse con éxito dentro de su contexto social, ya que educar a nuestros alumnos es el objeto no nada más de enseñar, puesto que la educación es lo que permanece y perdura siempre a través del tiempo y ayudara a fortalecer el futuro de nuestro alumnos.

C. La Influencia de la Familia en el Proceso Educativo.

La familia constituye uno de los componentes esenciales dentro de la sociedad.

El niño en sus primeros años de vida vive en absoluta dependencia respecto a sus padres y a su ambiente familiar.

Ya que la familia es para el niño la base mediante la cual empezará a socializarse y a través de ella iniciara su relación social con el mundo que lo rodea.

La influencia familiar es algo fundamental para el desarrollo del niño es algo que no se puede pasar por alto, ya que es aquí en el seno familiar, donde se le brindan los primeros hábitos, comportamientos, respeto, valores y actitudes que pondrá en práctica ante una sociedad que lo ayudará a desarrollarse como un ser social.

Por lo que es importante que el maestro inspire confianza y respeto a los padres de familia, los cuales serán nuestros mejores aliados para lograr en conjunto una verdadera educación, la cual esta llena de comportamientos, conocimientos y actitudes positivas para poder lograr el proceso de enseñanza-aprendizaje con resultados útiles a la sociedad donde se desenvuelve, que todos estos aspectos se vean reflejados en la personalidad del niño.

Es importante conocer el medio social y familiar de nuestros alumnos, ya que muchas de las veces no conocemos el ambiente socio-cultural al que pertenecen los niños, en los cuales pueden pertenecer a un hogar desintegrado, con problemas ya sea económicos, emocionales de alcoholismo, etc. contribuyendo estos factores a formar parte de un ambiente totalmente contrario para su preparación y adquisición de valores morales formando un clima de inseguridad e inestabilidad al niño trayendo como consecuencia la formación de individuos rebeldes y con comportamientos negativos para su preparación, que de irse fomentando llegarán a hacer del individuo un ser antisocial.

" El papel de la familia y de la escuela como agente de transmisión de esa ideología es, más evidente, importantísimo; si es claro que la familia y la escuela no son los únicos aparatos de reproducción social y cultural, no es menos de reproducción social" (9). Por lo cual la familia viene a constituir el centro de colaboración para una sociedad llena de principios y valores que contribuyen al mejoramiento

(9) PALACIOS, Jesús. "Henri Wallon y la educación Infantil". U.P.N. Desarrollo del niño y aprendizaje escolar. p.239.

de la sociedad.

D. El Entorno Social del Educando.

Este aspecto es importante considerarlo como un apoyo útil y necesario, ya que es aquí donde nuestros alumnos se desenvuelven y adquieren ciertas actitudes que de un modo u otro repercute en la enseñanza-aprendizaje del niño.

El apoyo que el entorno le preste a la escuela constituirá un condicionamiento del más alto valor educativo son: la comunidad o el contexto social que envuelve a la escuela y el personal docente donde se labora. Ya que las condiciones socio-culturales influyen en forma decisiva sobre la educación y el desarrollo cultural del niño.

La escuela como institución no solo se desenvuelve en los aspectos educativos, sino en las relaciones sociales, económicas, de producción y en la misma vida cotidiana de los habitantes de la comunidad.

Por lo cual, es fundamental que el entorno donde se desarrolla nuestros alumnos sea un ambiente de socialización donde las relaciones entre padres de familia y maestros sea

armoniosa y de confianza, las cuales ayuden al niño a adquirir hábitos, habilidades y comportamientos que apoyen la labor educativa del maestro.

La influencia del contexto social influyen en el docente regulando sus acciones educativas recibiendo también patrones de conducta que forman parte de la cultura de su comunidad.

H. Wallon afirma "El miedo es el conjunto más o menos duradero de las circunstancias en que transcurre la existencia de los individuos". (10)

El medio social va poco a poco exigiendo al individuo formas de vida, las cuales lo harán adquirir comportamientos que favorezcan la propia sociedad donde se vive.

(10) MALRIEU, P. "El medio social y el desarrollo un punto de vista". U.P.N. Desarrollo del niño y aprendizaje escolar. p.28

CAPITULO III

TEORIAS PSICOPEDAGOGICA EN QUE SE FUNDAMENTA LA INVESTIGACION.

A. Etapas de Desarrollo Según J. Piaget.

Piaget "distingue cuatro grandes períodos en el desarrollo de las estructuras cognitivas relacionados con el desarrollo de la efectividad y de la socialización del niño". (11)

Piaget durante el transcurso de su vida, de estudio constante, llega a conceptualizar el proceso de desarrollo de la inteligencia, reflejando sus intereses básicos en la biología y en la epistemología (rama de la filosofía que se ocupa del estudio del conocimiento) utilizando como método la psicología.

I. PRIMER PERIODO: Llega hasta los 24 meses, es de la inteligencia sensorio-motriz, anterior al lenguaje y al pensamiento. Aparecen los primeros hábitos elementales, se van incorporando estímulos que pasan a ser "asimilados". El niño incorpora los nuevos objetos percibidos a unos esquemas de acción ya formados (asimilación), pero también, los esquemas de acción se transforma (acomodación). Al finalizar

(11) AJURIA GUERRA DE J. "Estadio de desarrollo según Piaget". U.P.N. Desarrollo del niño y aprendizaje escolar. p.106

el primer año será capaz de acciones más complejas, como voltearse para alcanzar algún objeto.

II. SEGUNDO PERIODO, DEL PREOPERATORIO:

Este período preoperatorio del pensamiento llega aproximadamente hasta los seis años. Al cumplir los 18 meses el niño ya puede imitar unos modelos con algunas partes del cuerpo que no percibe directamente, pero a medida que se desarrollan imitación y representación, el niño puede realizar llamados actos "simbólicos".

La función simbólica tiene un gran desarrollo entre los 3 a los 7 años; para el niño el juego simbólico es un medio de adaptación tanto intelectual como efectivo. El niño todavía es capaz de prescindir de su propio punto de vista.

III. PERIODO DE LA OPERACIONES CONCRETAS:

Este período de operaciones concretas se sitúa entre los siete y los once años. Este período señala un gran avance en cuanto a socialización y objetivación del pensamiento.

El niño empleará la estructura de agrupaciones (operaciones) en problemas de seriación y clasificación puede establecer equivalencias numéricas independientes de las

disposiciones especial de los elementos. Es el inicio de una casualidad, objetividad y especialización a un tiempo. No es capaz de distinguir aún en forma satisfactoria lo probable de lo necesarios. A esta edad, el niño no sólo es objeto receptivo de transmisión de la información lingüístico cultural en sentido único, surgen nuevas relaciones entre los mismos niños. Son capaces de colaborar en grupo. La moral heterónoma infantil unilateral adoptada da paso a la autonomía final de este período.

IV- PERIODO DE LAS OPERACIONES FORMALES: LA ADOLESCENCIA.

Piaget atribuye la máxima importancia, es este período al desarrollo de los procesos cognoscitivos y a las nuevas relaciones sociales que éste hace posibles. En lo intelecto se subraya la aparición del pensamiento formal. La principal característica del pensamiento a este nivel es la capacidad de prescindir del contenido concreto para establecer en un esquema de posibilidades.

En su razonamiento no procede gradualmente, pero ya puede combinar ideas que ponen en relación afirmaciones y negociaciones utilizando operaciones proporcionales.

J. Piaget subraya que los progresos de la lógica en el adolescente van a al par con otros cambios el pensamiento, consecuencia de las relaciones con la sociedad. De la moral de subordinación y heteronomía el adolescente pasa a la moral de unos con otros a la auténtica cooperación y autonomía.

B. Estadios de Desarrollo según H. Wallon.

Para Henri Wallon existen tres estadios para explicar el desarrollo del pensamiento del niño. Considerando que los límites de los estadios no son muy precisos, ya que para él aparece un nuevo estadio cuando realmente prevaleció un nuevo tipo de comportamiento.

Primer estadio, llamado impulsivo o puro, este estadio como principal característica del recién nacido la actividad motora refleja. Ya que es una respuesta a los diferentes estímulos (interoceptivo, propioceptivo, enterceptivo), cuyas respuestas podrían ser succión, presión-refleja teniendo

grandes descargas impulsivas, sin ejercer el menor control en la respuesta, por ser todavía incapaces de ejercer su control.

Segundo estadio, llamado emocional, donde niega en que la emoción es ni nunca es dominante ni organizadora a la cual caracteriza como el de la simbiosis que es una continuación de simbiosis de la vida fetal, que continua con la simbiosis alimenticia de los primeros meses de vida.

Las primeras relaciones que el niño establece van en función de sus necesidades fundamentales como la alimentación, ternura, el cariño, pues además de los cuidados materiales exigen muestras de afecto.

Según Wallon, "La emoción domina absolutamente las relaciones del niño en su medio" (12). No solo extrae estas emociones del medio ambiente, sino que tiende a compartirla con sus compañeros adultos, compartiendo placenteramente emociones agradables como desagradables.

Este estadio adquiere toda su importancia hacia los primeros seis meses de edad.

(12) Wallon, H. "Estadios de desarrollo según H. Wallon". U.P.N. Desarrollo del niño y aprendizaje escolar, p.125.

40

Tercer estadio, llamado sensitivo-motor o sensoriomotor aquí coincide con lo que dice Jean Piaget en relación al estadio sensoriomotor, aunque para Wallon este aparece al final del primer año o al comienzo del segundo año de la vida. Prevalce una socialización incontinente, el niño se orienta hacia intereses objetivos y descubre realmente el mundo de los sujetos concediéndole primordial importancia a dos aspectos de desarrollo como el andar y la palabra que contribuye al cambio total del mundo infantil.

Cuarto estadio, es el llamado proyectivo. En este estadio se determina que la acción es estimuladora de la actividad mental a la conciencia. El niño conoce el objeto únicamente a través de su acción sobre el mismo, es decir, que el pequeño le asiste una especie de necesidad de proyectarse en las cosas para percibirse en sí mismo, ya que sin movimiento y sin expresión motora, no sabe captar el mundo exterior.

En este estadio al acto es el acompañante de la representación por medio de cual el pensamiento es proyectado al exterior por los movimientos que lo expresan.

Quinto estadio; es llamado personalismo, el niño llega a prescindir de las situaciones en que halla implicado y reconocer su propia personalidad como independiente de las situaciones.

Llega la conciencia del Yo, originalmente cuando es capaz de tener formada una imagen de si mismo, una representación, la cual le permite adquirir, conciencia de su propia personalidad y la debe reconocer ante los demás afirmándose como individuo autónomo. Este importante periodo de la personalidad suele empezar por una fase de oposición y concluye con una fase de gratitud en donde el niño al alcanzar su capacidad motora gesticularía puede hacerse querer y ofrecer a vista de otros.

C. PEDAGOGIA OPERATORIA

Esta plantea la inteligencia de acuerdo a este proceso de construcción donde interactúan un sujeto cognoscente y un objeto de conocimiento. La interrogante es enseñanza o aprendizaje o grupos de enseñanza.

Las nuevas aportaciones obtenidos mediante los estudios realizados sobre el aprendizaje de nociones operatorios constituyen por una parte a completar y enriquecer los datos obtenidos mediante estudios transversales, arrojando luz sobre aspectos funcionales de la inteligencia poco explicitados en la teoría de Piaget.

Las investigaciones genéticas nos dan, a conocer los pasos sucesivos por los que atraviesa el conocimiento en la construcción de estructuras operatorias y las nociones fundamentales que marcan dichas estructura. "El aprendizaje deberá pues encaminarse a la adquisición de estas nociones, si pretende acelerar el ritmo de evolución intelectual".(13)

El pensar es el eje del aprendizaje y en los grupo operatorios se hace intervenir activamente al pensamiento. Hay un aprendizaje que tiene lugar exclusivamente en el área corporal (andar en bicicletas, escribir a maquina) y en estos casos se le debe completar llevando al plano de valorización de lo que sabe y los que desconoce.

(13) Deval, Juan. "El aprendizaje operatorio como método de estudio del desarrollo intelectual". U.P.N. Desarrollo del niño y aprendizaje escolar, p.200.

Las técnicas operatorias en la enseñanza se debe tender a mover hacia lo desconocido a la indagación de aquello que aún no esta suficientemente claro. El estudiante debe aprender, con su participación directa a problematizar tanto como a emplear los instrumentos útiles.

Es por ello que como docente se fundamente muestra práctica docente en una teoría de la creatividad, que supone por una parte la búsqueda de nuevas formas de conocimiento o expresión de nuevos instrumentos o procedimientos, así como nuevas posibilidad para aprender a diagnosticar la realidad a partir de un nuevo tipo de relaciones pedagógicas.

D. TEORIA CONSTRUCTIVISTA

La teoría constructivista esta fundamentada en que el acto de conocimiento consiste en una apropiación progresiva del objeto por el sujeto, de tal manera que la asimilación del primero a las estructuras del segundo es indisociable de la acomodación de estas últimas características propias del objeto.

El carácter constructivista del conocimiento hace referencia tanto al sujeto como al objeto conocido; ambos aparecen como el resultado de un proceso permanente de construcción.

La didáctica constructivista consiste "en no dar al niño el conocimiento sin propiciarle las condiciones para que sea el mismo quien lo construya". (14)

Por lo que esta teoría nos marca que el niño, como cualquier ser humano puede construir sus propios conocimientos a través de la práctica.

Consecuentemente los procesos educativos deben respetar y favorecer al máximo la actividad del niño frente a los objetos del conocimiento.

Aquí lo más importante es la interacción entre el conocimiento que se pretende dar y la propia construcción que el niño le pueda brindar a dicho conocimiento, lo que el maestro debe aprovechar para que el alumno aprenda por sí mismo y razone los conocimientos por medio de acciones propias que logren reafirmar más su conocimiento, logrando

(14) Block, David. Didáctica Constructivista. Matemáticas. SEP p.14.

con ello un proceso de enseñanza-aprendizaje más completo,
lo que le dará un rendimiento escolar adecuado.

CAPITULO IV

METODOLOGIA

A. METODOS Y TECNICAS EMPLEADAS EN LA INVESTIGACION

Este trabajo se hizo posible gracias a la información bibliográfica recabada y a la investigación de campo, la cual consistió en consultas, visitas, observación de hábitos alimenticios, encuesta todo esto para poder llegar a demostrar y comprobar nuestro hipótesis planteada.

La investigación bibliográfica consistió en la consulta de libros, revistas, enciclopedias, visitas a médicos, en donde nos documentamos para realizar este trabajo.

Para llegar a los resultados obtenidos en la investigación de campo, se tuvo que trabajar con entrevistas a padres de familia y alumnos, visitas domiciliarias, observación del medio socioeconómicos, de las condiciones de vida y verificación de datos.

Es importante conocer el valor nutritivo de los alimentos y saber combinar y variarlos, así obtener un equilibrio adecuado

que les proporcione una dieta sana, logrando con ello obtener los nutrientes necesarios para el organismo.

De acuerdo a datos obtenidos un alto porcentaje de una dieta mal balanceada trae como consecuencia malestares que no ayudan a proteger el organismo causado un mal funcionamiento de las actividades normales del cuerpo humano.

Por lo que es importante hacer hincapié de la importancia que tiene la planificación familiar ya que por lo numeroso de ellas ocasiona que el niño más pequeño no se nutra como es debido por no tener acceso directamente a los alimentos, provocando que el niño en edad escolar no puede realizar lo que un niño bien alimentado. Es aquí donde se refleja el problema de la desnutrición del educando.

Esta falta de consumos alimenticios da como resultados enfermedades muy notorias de los alumnos, en este caso se puede de tratar el caso en el salón de clase acerca de hábitos alimenticios y de enfermedades.

Esas enfermedades son: dolor de estomago, gripa, dolor de cabeza, diarrea, cansancio, etc.

Lo que respecta a la investigación de campo se empezó con visitas al doctor para pedirle que nos proporcionara una tabla llamada (Somatrumetria), para saber la relación entre su relación entre el peso y talla y con la finalidad de verificar si coincidía el índice de peso y talla y con la edad de niños normales correspondientes de nuestros alumnos.

Una vez logrado este paso hicimos una tabla para sacar déficit y darnos cuenta del grado de destrucción en el que se encuentra el niño del primer ciclo escolar, se continuo la alimentación de los alumnos como es el desayuno, comida y cena para saber por semana su consumo de carne, leche, fruta, etc.

Otro punto que se abordo fue entrevistar a los niños sobre el números de personas que viven en su casa, sin tomar en cuenta a sus papás se puede pensar que el consumo alimenticio es insuficiente para la familias numerosas, se les cuestiono a los niños con las siguientes preguntas:

¿Te dan suficiente comida?

Sus respuestas fueron a veces no alcanzo, a mí me dan muy poco, primero comen mis hermanos grandes.

Este problema de las familias numerosas, se le agrega el ingreso familiar que trae como resultado una baja posibilidad de poder ingerir comidas nutritivas, se encuestó a padres de familia sobre su sueldo semanal y si contaban con otros ingresos, algunos por vergüenza no contestaban, otros decían alguna mentira pero donde se obtuvieron respuestas más concretas fueron con las madres y los propios niños.

Posteriormente se visitó directamente el núcleo familiar para encuestar a los padres y preguntar por su escolaridad, ver su tipo de vida, estado socioeconómico, y que nivel tiene la familia en cuanto a educación.

Se puede observar con claridad las falsas respuestas cuando se preguntaba si terminó su primaria, secundaria, etc. En este caso no se creyó conveniente dar puntos de vista por la falta de comprensión de la gente y el poco interés sobre la educación de sus hijos.

Existe también el problema del trabajo temporal de cosechas cuando el niño falta por un mes a clases y no puede hacer nada porque los padres no comprenden que el niño tiene

que asistir a clases en forma regular mostrando con ello la falta de cultura que tienen.

Con su analfabetismo y la falta de oportunidad que tiene para desempeñar un trabajo fijo y no por contrato lo que ocasiona que no se le pueda dar seguro social, liquidación, buen sueldo trayendo como consecuencia para la familia el no tener una buena alimentación para sus hijos lo que repercute en el bajo rendimiento de los alumnos del primer ciclo.

REGISTRO DE LA INFORMACION.

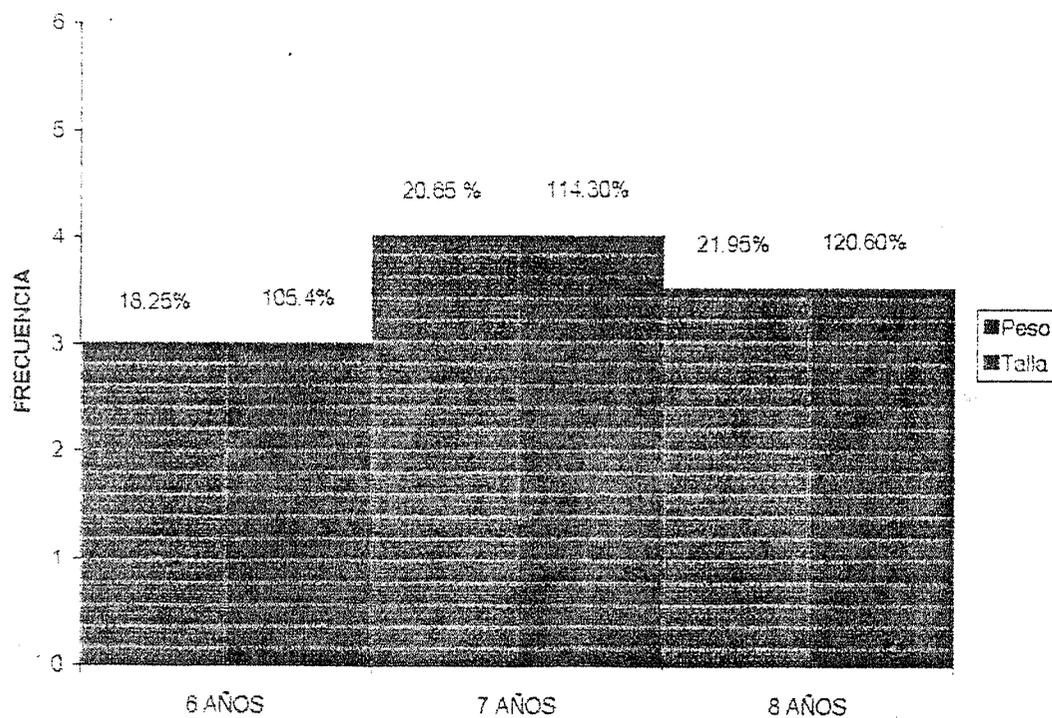
Peso y talla de niños sanos.

Tabla N° 1.

AÑOS	PESO	TALLA
5 años	18.460	107.5
6 años	20.670	113.5
7 años	23.140	119.2
8 años	25.720	125.6
9 años	28.706	130.1
10 años	31.850	135.3
11 años	35.375	140.3
12 años	39.775	145.8
13 años	45.010	152.3

PESO Y TALLA DE NIÑOS DESNUTRIDOS . Tabla # 2

AÑOS	PESO	DEFICIT	TALLA	DEFICIT	FRECUENCIA	%
6	18,32	2,35	105,6	7,9	3	30,00%
7	20,265	2,49	114,3	4,9	4	40,00%
8	21,95	3,77	120,6	5	3	30,00%
TOTAL	60,092	8,61	340,6	17,8	10	100,00%



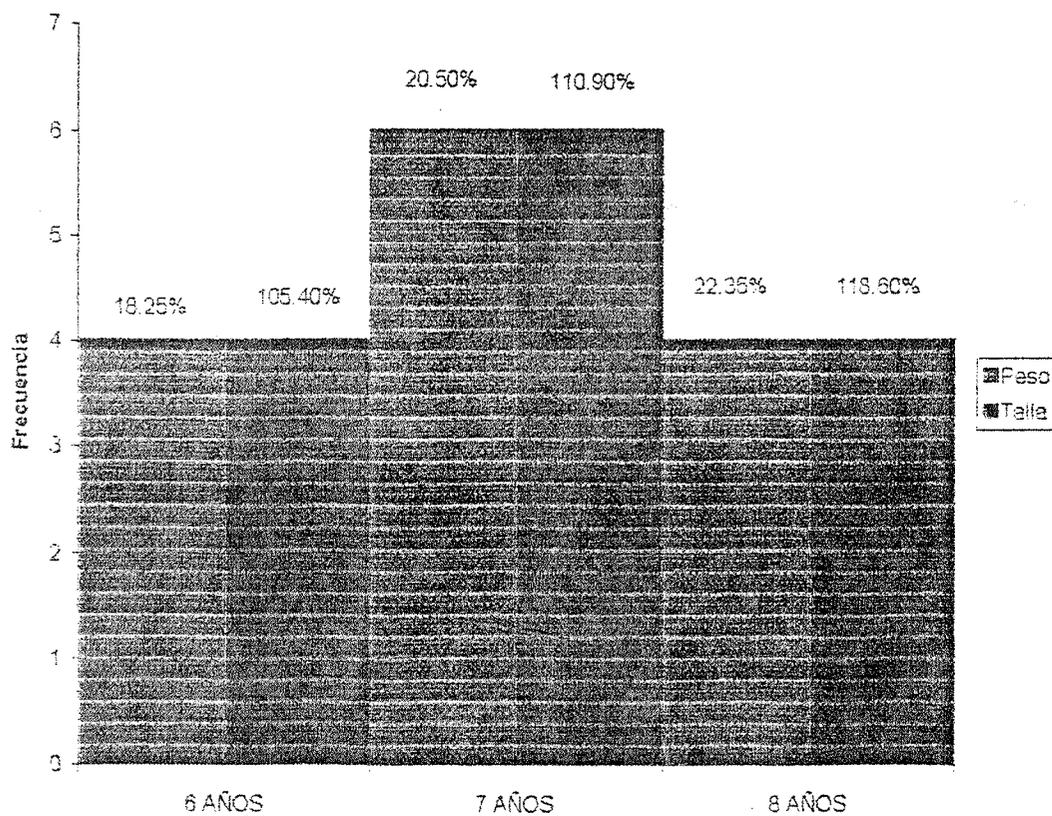
Peso y talla de niñas sanas.

Tabla N° 3.

AÑOS	PESO	TALLA
5 años	18.250	107.2
6 años	20.330	113.2
7 años	22.625	118.9
8 años	25.350	124.6
9 años	28.340	130.4
10 años	32.070	136.1
11 años	37.300	142.6
12 años	44.130	149.0
13 años	49.250	153.7

PESO Y TALLA DE NIÑAS DESNUTRIDAS . Tabla # 4

AÑOS	PESO	DEFICIT	TALLA	DEFICIT	FRECUENCIA	%
6	18,25	2,08	105,4	7,8	4	28,50%
7	20,5	2,125	110,9	8	6	42,80%
8	22,35	3	118,6	6	4	28,80%
TOTAL	61,1	7,205	334,9	21,8	14	100,00%



COMPARATIVO SOBRE ALIMENTACION. Tabla # 5.

DESAYUNO	FRECUENCIA	%
Frijol Café Tortilla Chile	10	41,60%
Nopal Chorizo Huevo	8	33,80%
Pescado Leche Frijol	6	25,00%
TOTAL	24	99,90%

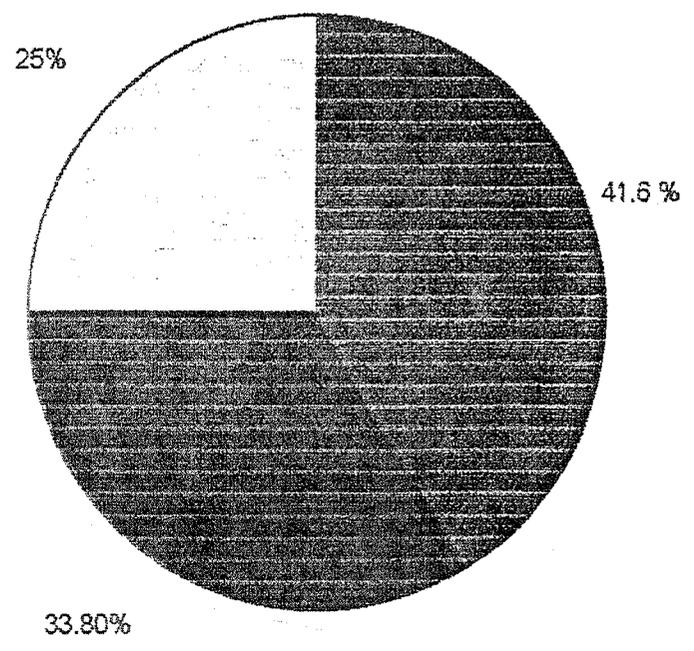
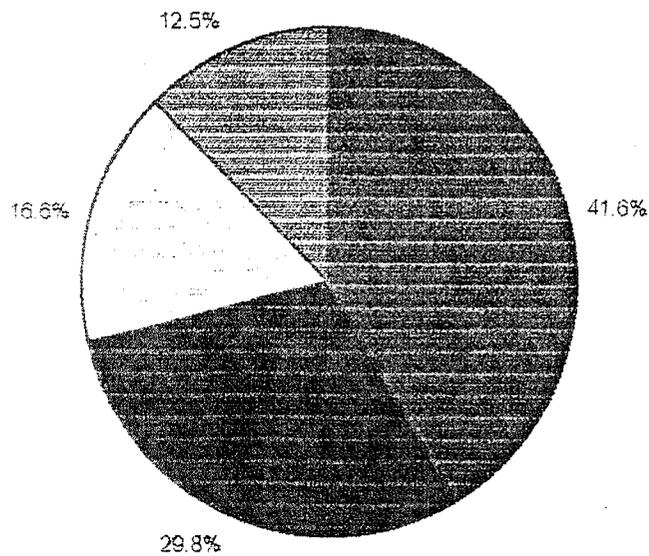


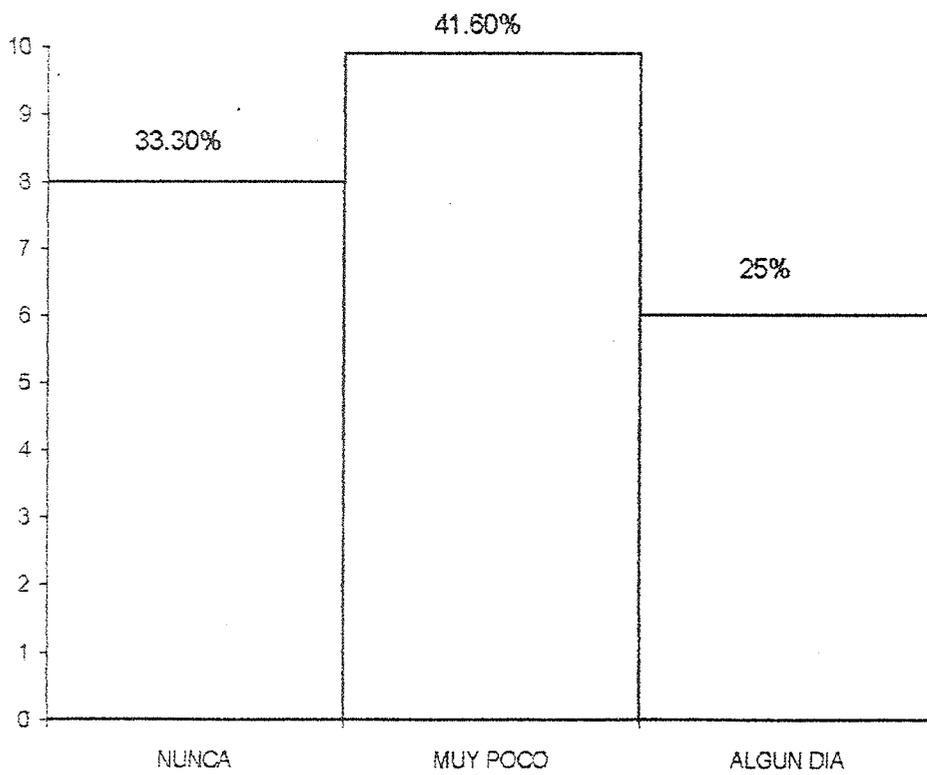
TABLA COMPARATIVA SOBRE ALIMENTACION. Tabla # 6.

COMIDA	FRECUENCIA	%
Sopa Frijol tortilla	10	41,60%
Frijol Chile Tortilla	7	29,80%
Frijol Tortilla Chile Agua de Sabor	4	16,60%
Sopa frijol Carne Tortilla	3	12,50%
	24	99,80%



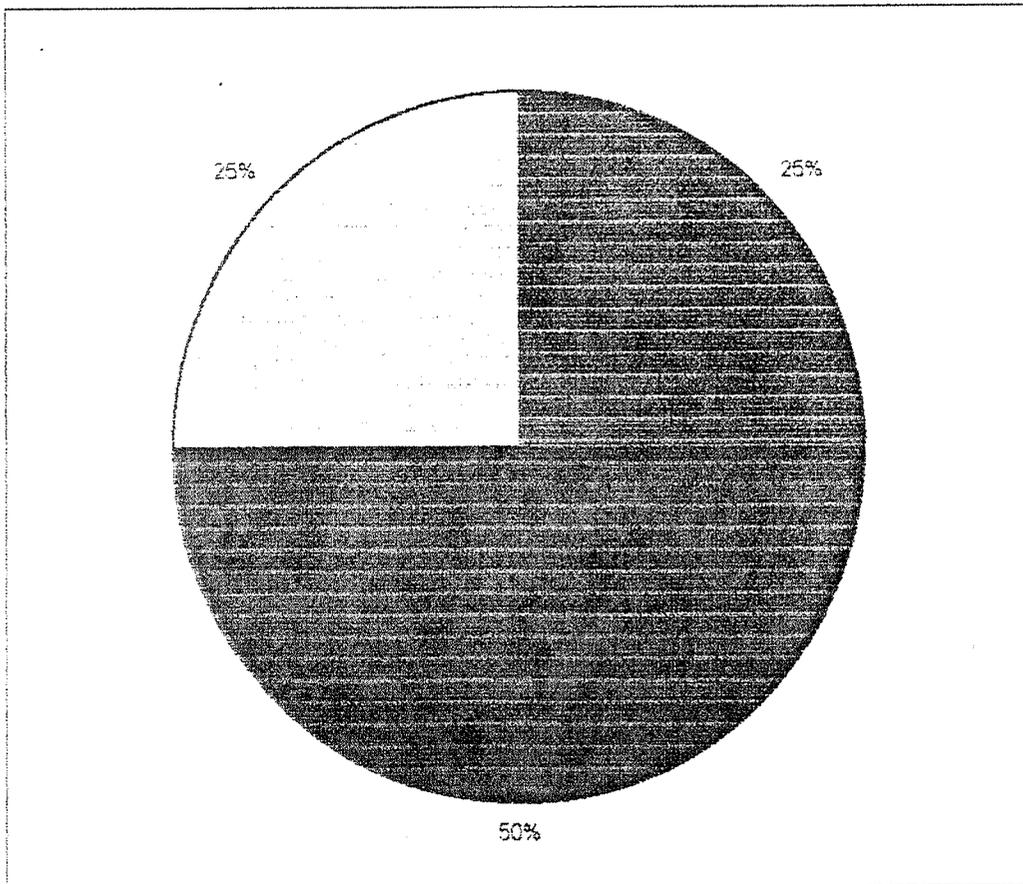
ALIMENTOS QUE SE CONSUMEN. Tabla # 7

CONSUMO DE CARNE	FRECUENCIA	%
NUNCA	8	33.30%
MUY POCO	10	41.60%
ALGUNOS DIAS	6	25.00%
TOTAL	24	99.90%



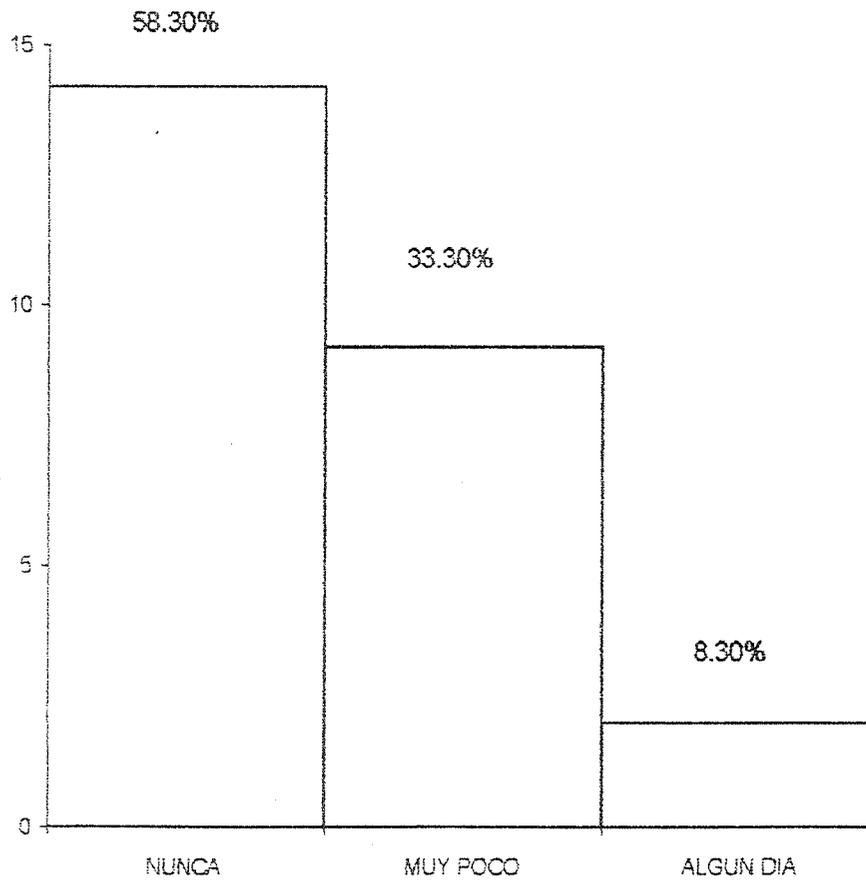
ALIMENTOS QUE SE CONSUMEN. Tabla # 8

COSUMO DE LECHE	FRECUENCIA	%
NUNCA	6	25,00%
MUY POCO	12	50,00%
ALGUNOS DIAS	6	25,00%
TOTAL	24	100,00%



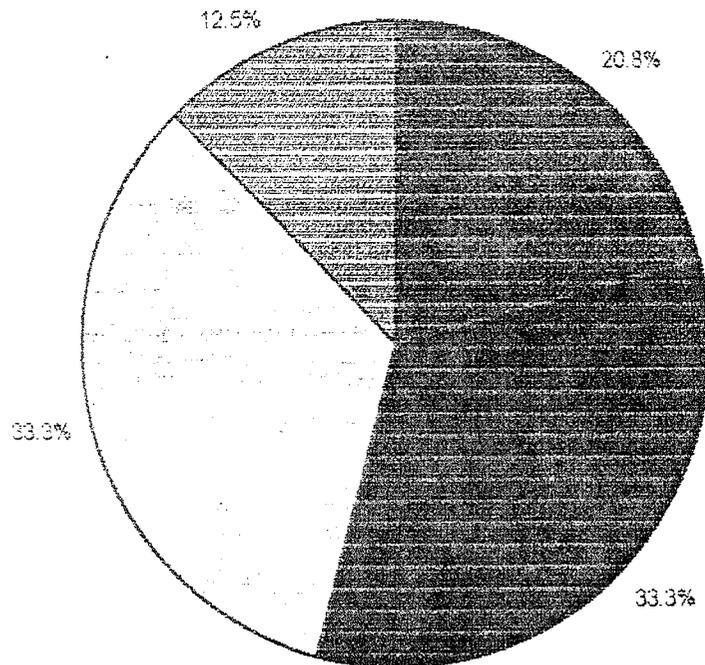
ALIMENTOS QUE SE CONSUMEN. Tabla # 9.

CONSUMO DE FRUTA	FRECUENCIA	%
NUNCA	14	58,30%
MUY POCO	8	33,30%
ALGUN DIA	2	8,30%
TOTAL	24	99,90%



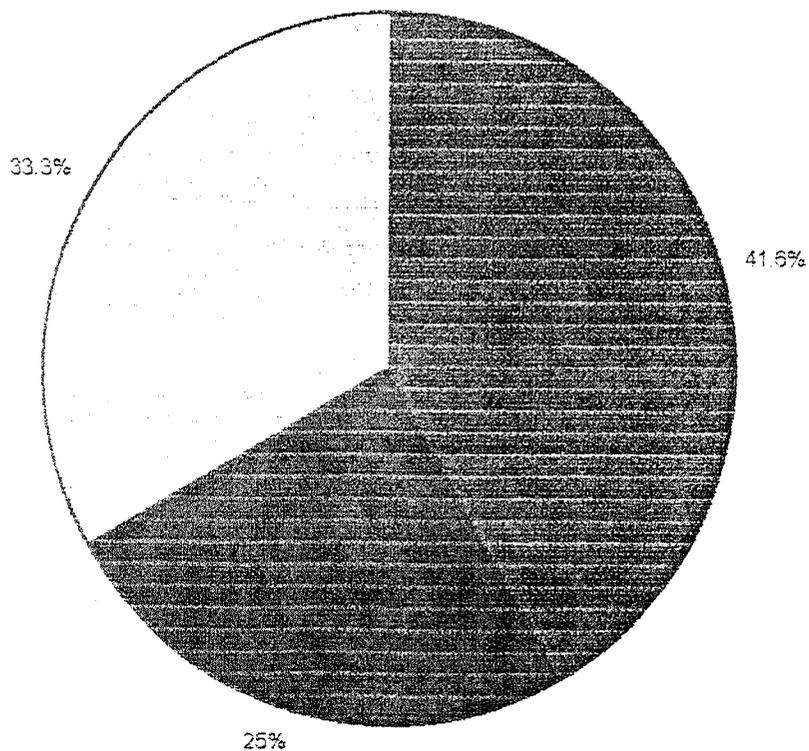
PERCEPCIONES SALARIALES DE FAMILIA. Tabla # 10

INGRESO SEMANAL	FRECUENCIA	%
80-100	5	20.80%
100-150	8	33.30%
150-200	8	33.30%
200-250	3	12.50%
TOTAL	24	99.90%



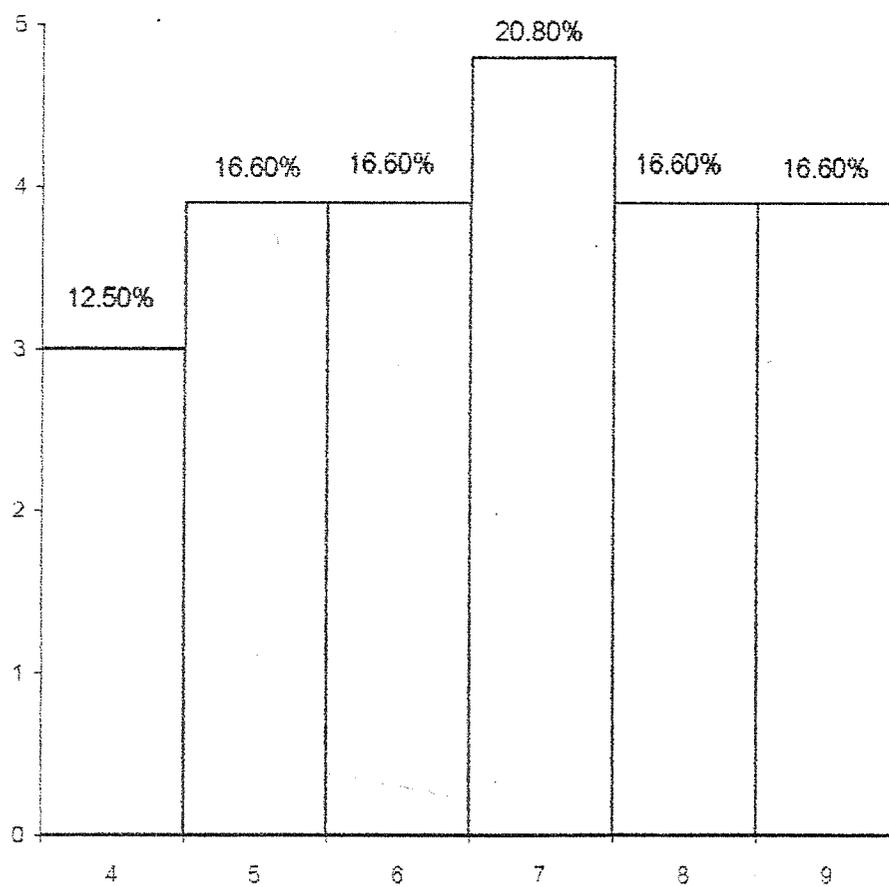
CONTRATACION DE SUS TRABAJOS EN PADRES DE FAMILIA. Tabla 11

TIPO DE TRABAJO	FRECUENCIA	%
CONTRATO	10	41,60%
PLATA	6	25,00%
PARTICULAR	8	33,30%
TOTAL	24	99,90%



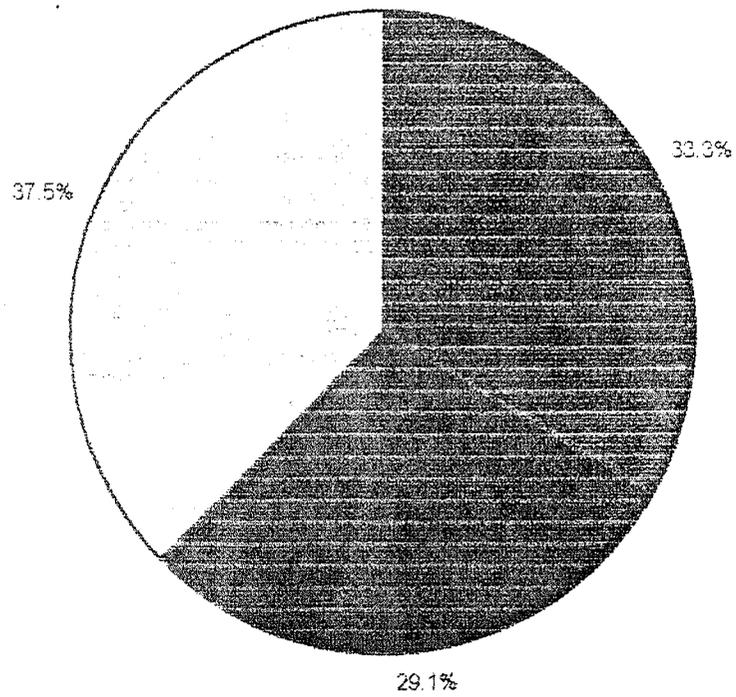
PERSONAS QUE INTEGRAN A CADA FAMILIA. Tabla # 12.

Integrantes por Familia	Frecuencia	%
4	3	12,50%
5	4	16,60%
6	4	16,60%
7	5	20,80%
8	4	16,60%
9	4	16,60%
TOTAL	24	99,70%



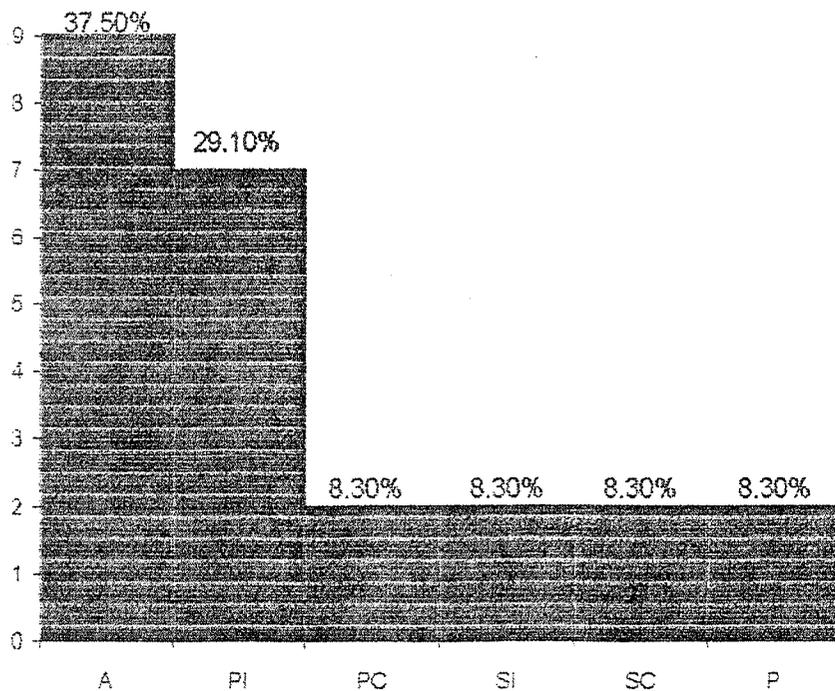
ENFERMEDADES MAS COMUNES EN NIÑOS EN EDAD ESCOLAR. Tabla #13

ENFERMEDADES	FRECUENCIAS	%
GRIPA	8	33.30%
TOS	7	29.10%
ESTOMACAL	9	37.50%
TOTAL	24	99.90%



ESCOLARIDAD CURSADA DE LOS PADRES DE FAMILIA. Tabla #14.

ESCOLARIDAD	FRECUENCIA	%
Analfabetas	9	37,50%
Primaria Incompleta	7	29,10%
Primaria Completa	2	8,30%
Secundaria Incompleta	2	8,30%
Secundaria Completa	2	8,30%
Profesionista	2	8,30%
TOTAL	24	99,80%



C. ANALISIS DE LA INFORMACION Y RESULTADOS

En la investigación de campo que se realizo se dan a conocer los resultados obtenidos.

Para verificar los datos sobre el déficit de desnutrición existente, que influye en perjuicios de la niñez en edad escolar y dando como resultado un bajo rendimiento en el proceso enseñanza-aprendizaje, así como en lo físico y mental del niño.

En el análisis de las tablas y resultados se expresan primero la variación de peso y talla y el porcentaje alcanzado por esas variaciones, en segundo lugar se ve el déficit de peso y talla por edad y grupo, niños y niñas y el promedio total de ese déficit.

En las tablas 1 y 3 se muestra el peso y talla de niños y niñas sanos con un rango de edad de 5 a 13 años, los cuales fueron proporcionados por el doctor que se encuentra en servicio en la comunidad.

Las tablas 2 y 4 se puede ver el déficit entre niños y niñas sanos y desnutridos. Se observa en la tabla 2 que existe un

déficit de peso total de niños de 6 a 8 años hasta de 8.61 kg. y un déficit de tallas de 17.8 cms.

En la muestra total que fue de 24 alumnos vemos en los niños de 6 años que existe un déficit de peso de 2.350 km. y de talla 7.9 cms. que representa una diferencia total en los dos rangos de 3.37% respecto a los niños normales y el 30% de la muestra total.

En los niños de siete años se presenta un déficit de peso de 2.40 kg. y de talla 4.9 cms. marcando una diferencia global en los dos aspectos de 2.95% en lo que respecta a los alumnos normales y un 40 % del total de la muestra.

En edad de ocho años se encontró un déficit de peso de 3.700 kg. y el talla 5.0 cms. que representa en su totalidad una diferencia de 2.63 % con respecto a los niños sanos y un 30 % de la muestra total.

Es importante darse cuenta del déficit existente en los niños del primer ciclo escolar y tener presente todo el daño que ocasiona al educando por una mala alimentación.

La otra parte de la investigación se realizó con niñas, en la tabla 4 mostramos el déficit total de peso y talla arrastrando la siguiente diferencia 7.205 kg. y 21.8 cms.

En la edad de 6 años de las niñas se observa un déficit de peso de 2.080 kg. y en talla 7.8 cms. dando como resultado total en ambas partes un déficit de 2.82 % en comparación con niñas sanas y un 28.5 % en la muestra total de niñas.

En alumnas de siete años se presentó un descenso en peso y talla de 2.125 kgs. y 8.0 cms. lo que representa un déficit total de 4.33 % en comparación con niñas sanas y un 42.8 % del total de la muestra tomada.

Por último las niñas de ocho años de edad se ve un déficit de 3.00 kgs. y de talla se observa una diferencia de 6.0 cms. menos del normal, trayendo como diferencia un déficit global de 2.57% con respecto a niñas sanas y un 28 % del total de las niñas.

Haciendo conciencia que el problema se agrava más al cursar el primer grado, lo que ocasiona que en el segundo grado de niño o niña que tenga una mala alimentación tendrá tendencia a ser un niño incapaz de poder resolver su tarea

educativa, todo por desconocimiento y descuido de los padres por no alimentar al niño tal como se da a conocer en los medios de comunicación, libros y la información proporcionada por las trabajadoras sociales.

Lo que respecta a la tabla número 5 nos muestra la base de la alimentación de los niños de primer ciclo que un 41.6 % se alimentan de nopal, chorizo, tortilla y huevo, y un 25 % consume pescado, leche y frijol. Estos alimentos no se consumen frecuentemente, se diría que desayunan estos alimentos una o dos veces por semana, es por eso que el porcentaje es alto en el consumo de alimentos pero bajo en vitaminas, minerales y energéticos.

En la tabla número 6 vemos el tipo de comida que se ingiere por los niños encuestados un 41.6 % come sopa, frijol y tortilla y un 29.8 % consume frijol, chile y tortilla y un 16.6% come frijol, tortilla, chile y agua de sabor, y un 12.5 % comen sopa, carne, tortilla y frijol. Estos resultados nos demuestran la falta de una dieta balanceada y nutritiva. Se entrevistó algunas madres de familia que aceptaron contestar

la encuesta y otros resultados fueron proporcionados por los niños.

En las tablas 7, 8 y 9 casi no se trabajo con los niños solamente se les cuestiono sobre la regularidad con que consumen carne, fruta y leche, en las tablas nos muestran los resultados obtenidos.

Se empezó con la carne explicando lo que proporciona, que son las proteínas, se les dijo que ayudan a fortalecer al cuerpo son necesarias para crecer de manera normal, para construir musculos sanos y para desarrollar el cerebro.

En la tabla 8 mencionamos la importancia que tiene el consumir leche y lo que les proporciona, proteínas, grasas, aceites, vitaminas y minerales, y se les dijo a lo que les ayuda, en la formación de huesos y dientes y para fortalecer partes de su cuerpo.

En la tabla 9 hacemos mención sobre las frutas, se les comento que son las que dan energía ya que su organismo entre más trabaja pierde más energía y para reponerla se recomienda comer frutas como papayo, naranja, mango, melón, plátano, etc.

En las tablas 10 y 11 nos proporcionaron los padres de familia los ingresos con que cuentan para el sustento y el consumo de alimentos nutritivos.

En la tabla 10 vemos que de los 24 padres de familia, cinco gana de \$80.00 a \$100.00 por semana, ocho padres ganan de \$100.00 a \$150.00 pesos semanales y ocho ganan de \$150.00 a \$200.00 por semana, y tres ganan de \$200.00 a \$250.00 semanalmente, es importante mencionar que las familias más numerosas cuentan con un trabajo por contrato como lo vemos en la gráfica 11.

De los 24 padres encuestados, 10 trabajan por contrato seis son de planta y 8 particulares.

Con estas percepciones de sueldo familiar y las contrataciones de trabajo de padres de familia es imposible que se pueda elevar su nivel socioeconómico repercutiendo en la mala alimentación de los niños de edad escolar. Trayendo como consecuencia las enfermedades de los educandos como podemos ver en la tabla 12 un porcentaje del 33.3% se enferma de gripa, un 29.1% padece de tos y un 37.5% sufre dolores estomacales, estos malestares del estomago son

frecuentes por el consumo de alimentos chatarra y antihigiénicos. Estas enfermedades, la falta de alimentos balanceados hace imposible que el niño tenga defensas para atacar las enfermedades más frecuentes en su organismo.

Lo que respecta a la tabla 13 se ven los porcentajes de las familias encuestadas 16 están integradas por 5,6,8 y 9 personas relativamente son grandes y cuatro niños están en edad de primaria con este número de elementos en cada familia es difícil que les puedan brindar una dieta adecuada a los niños en edad escolar.

En la tabla 14 esta con claridad la ignorancia de los padres de familia acerca de lo importante que es conocer los alimentos con mayor valor nutricional.

Vemos en la tabla que un porcentaje del 37.5% son analfabetas, 29.1% solo cursaron de primero a quinto grado, un 8.3% solo terminaron la primaria un 8.3% no termino la secundaria y solo un 8.3% están preparados.

Con estos bajos índices de educación es poca la aceptación a crear hábitos y sobre todo lo importante que obtener una buena alimentación.

Es indispensable conocer las tablas para darse cuenta de los porcentajes verídicos de una comunidad sobre una investigación.

La falta de trabajo, la ignorancia, la mala alimentación, las enfermedades, los bajos ingresos familiares son los problemas más comunes en la comunidad reflejándose e influyendo de manera determinante en el proceso enseñanza-aprendizaje, creando con ello niños con bajo rendimiento escolar.

CONCLUSIONES

Al termino de esta investigación de llego a considerar que la alimentación viene a ser uno de los pilares fundamentales para el funcionamiento normal de todo organismo humano desarrollándose tanto en el aspecto físico e intelectual.

Por lo que se llegó a la conclusión de que todo niño en edad escolar requiere estar bien alimentado con una dieta balanceada de la cual obtendrá todos los nutrientes para poder desarrollar sus actividades escolares en forma positiva, dando con ello un rendimiento favorable para el proceso de enseñanza-aprendizaje lo que lo motivará e interesará para desenvolverse con seguridad en cualquier aspecto de su vida cotidiana.

Se consideró que la alimentación que se brinde a los niños debe ser variada incluyendo alimentos ricos en vitaminas, proteínas y minerales que respondan de manera adecuada a las exigencias del alumno de acuerdo a su edad cronológica.

La alimentación bien balanceada en el alumno será reflejo de un aprovechamiento educativo con más rendimiento en las actividades realizadas por los educandos.

Se encontró también que una deficiencia nutricional trae como consecuencia, la desnutrición provocando con ello cierta pasividad y un coeficiente intelectual bajo por lo que estos niños están más propensos a padecer enfermedades.

La tarea educativa que realiza el maestro debe darle importancia a la asignatura de ciencias naturales, para lograr transmitir conocimientos más amplios y completos acerca de la salud y la alimentación que lo ayude a desarrollar correctamente su organismo.

Que se proporcione a los padres de familia información sobre la alimentación que requieren sus hijos para que sirva y responda a la labor educativa que realiza el maestro, dando como resultado su rendimiento educativo más completo en cuanto a conducta, integración grupal y de los niveles de aprendizaje.

BIBLIOGRAFIA

- AROCHE, Parra Rodrigo. Educación Cívica 3, 5ª Edición. Editorial Trillas, S.A. de C.V. México 1990. p. 263.
- BONET, Sánchez Antonio. Gran Enciclopedia Educativa. Editorial ENCAS México 1991. p. 938.
- CAMACHO, Solis Rafael. Guía para el maestro. 1era Ed. Editores, S.C. México 1992. p.105.
- JIMENEZ, Ketia. Cultura Cívica I. 3era Ed. Fernández editores México. 1990. p. 252.
- LEYVA, José Angel. Información Científica y Tecnológica I. Volumen 6. México 1984. p. 65.
- MÉNDEZ, Gutiérrez Francisco. Guía Práctica 5ta. Ed. Fernández editores S.A. de C.V. México 1995. p. 400.
- UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL.
Desarrollo del niño y aprendizaje escolar. Antología. México. SEP. 1era De. 1988. p. 366.
Una propuesta pedagógica para la enseñanza de las ciencias naturales. Antología. México. SEO. 1era ED. 1988. p. 400.

El método experimental en la enseñanza de las ciencias naturales. Antología. México. SEP. 1era Ed. 1988. p. 272.

WERNER, David. Donde no hay doctor. 1era Ed. Editorial Pax. México. 1990.

ANEXOS.

ANEXOS.

ENTREVISTA A UN NIÑO DESNUTRIDO

Nombre _____ Edad _____ Sexo _____

Escuela _____ Comunidad _____

Entrevistador _____

- 1.- ¿Vas diario a la escuela? _____
- 2.- ¿Desayunas antes de ir a la escuela? _____
- 3.- ¿Qué desayunas? _____
- 4.- ¿Tomas leche o café? _____
- 5.- ¿Tomas leche o café toda la semana? _____
- 6.- ¿Comes fruta? _____
- 7.- ¿Comes verduras? _____
- 8.- ¿Cuáles te gustan más? _____
- 9.- ¿Al medio día que comes? _____
- 10.- ¿Por la noche que cenas? _____
- 11.- ¿Juegas en el recreo? _____
- 12.- ¿A que juegas? _____
- 13.- ¿A que hora te duermes? _____
- 14.- ¿Te da sueño en el salón? _____

15.- ¿Trabajas en el aula? _____

16.- ¿Te gusta estudiar? _____

Observaciones:

Nombre del alumno: _____

Edad: _____

Cuales alimentos consume		Cuantos hermanos tiene	Come las tres veces al día.
CARNE		1	SI
POLLO		2	NO
LECHE		3	ALGUNAS VECES
HUEVO		4	CUANDO HAY DINERO
FRUTA		5	
NOPALES		6	
CHORIZO		7	
FRIJOL		8	
TORTILLA		9	
VERDURA		10	
CHILE		11	
CAFE		12	
REFRESCO			
PESCADO			
AGUA DE SABOR			

TIPO DE VIDA SOCIOECONÓMICO.

Nombre del padre _____

Domicilio _____

1.- ¿Cuántos hijos tienes? _____

2.- ¿Cuántos son mayor de edad? _____

3.- ¿En que trabaja? _____

4.- ¿Cómo es su trabajo? _____

5.- Eventual _____ Planta _____

6.- ¿Cuánto gana? _____

7.- ¿De qué material es su casa? _____

8.- ¿Tienen médico en la comunidad? _____

9.- ¿Usted estudio? _____

10.- Primaria _____ Secundaria _____ Profesión _____

11.- ¿Manda a su hijo a la escuela? _____

12.- ¿Su hijo come las 3 comidas? _____

13.- ¿Su hijo desayuna cuando va a la escuela? _____

14.- ¿Cómo trata a su hijo? _____

15.- ¿Se duerme temprano? _____

16.- ¿Tiene baño? _____

Fosa _____ Letrina _____

17.- ¿A su hijo lo ve desnutrido? _____

18.- ¿Lo lleva regularmente con el doctor? _____

19.- ¿Lo manda a trabajar por la tarde? _____

OBSERVACIONES: