

**LOS DESAYUNOS ESCOLARES COMO ALTERNATIVA  
DE SOLUCION AL PROBLEMA DE LA DESNUTRICION  
INFANTIL EN EL MEDIO RURAL**



**INFORME ACADEMICO QUE PARA OPTAR POR EL TITULO  
DE LICENCIADO EN EDUCACION BASICA PRESENTA**

*Israel Melchor Osorio*

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

Villahermosa, Tabasco, a 29 de Oct. de 1993

C.Profr. ( a ) ISRAEL MELCHOR OSORIO  
( Nombre del egresado )

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titulación alternativa: INFORME ACADEMICO titulado: "LOS DESAYUNOS ESCOLARES COMO ALTERNATIVA DE SOLUCION AL PROBLEMA DE LA DESNUTRICION INFANTIL EN EL MEDIO RURAL" presentado por usted, le manifiesto que reúne los requisitos a - que obligan los reglamentos en vigor para ser presentado ante el H. Jurado del Examen Profesional, por lo que deberá entregar diez ejemplares como parte de su expediente al solicitar el Examen.

ATENTAMENTE

El Presidente de la Comisión.

  
LIC. VIRGINIA DEL C. DOMINGUEZ E.

/1122

VDE'1.

## I N D I C E

	Páginas
INTRODUCCION . . . . .	1
I.- FORMULACION DEL PROBLEMA . . . . .	
A).- Concepción de la problemática e investigación de campo. . . . .	3
B).- Definición del problema . . . . .	8
C).- Justificación del problema . . . . .	8
D).- Propuesta pedagógica . . . . .	9
E).- Objetivos generales . . . . .	10
II.- MARCO REFERENCIAL	
A).- Fundamentación teórica . . . . .	13
III.-PROGRAMA DE ACTIVIDADES	
A).- Acciones preliminares . . . . .	19
B).- Creación del desayunador escolar . . . . .	20
C).- Actividades sobre la marcha . . . . .	21
D).- Finalización de la etapa experimental . . . . .	22
IV.- DESCRIPCION DE LAS ACTIVIDADES	
- Descripción de las actividades . . . . .	24
V .- EVALUACION DE RESULTADOS	
- Evaluación de resultados . . . . .	45
- Conclusiones . . . . .	51
- Sugerencias y recomendaciones . . . . .	54
- Bibliografía . . . . .	55
- Apéndice . . . . .	56

## I N T R O D U C C I O N

El presente trabajo considera que la actividad docente es una práctica social y dinámica, que se establece en la comunidad en estrecha interrelación con la escuela, de ahí que los propósitos se encaminen hacia un mismo fin.

Uno de los objetivos de mayor relevancia, es lograr que el alumno desarrolle su capacidad cognocitiva y los utilice practicamente para la producción de bienes propios y de la sociedad a la que pertenece.

Por tal motivo el interés del presente proyecto, es dar respuesta tomando en cuenta la acción participativa de maestros, alumnos, autoridades y padres de familia en general, al problema de la desnutrición en los niños en edad escolar y que estaba determinando en la mayoría de los alumnos que sus aprendizajes fueran de bajo aprovechamiento.

La primera parte del proyecto, esta basada en la fundamentación de las diversas teorías en boga de: Especialistas en psicogenetica, biología y nutrición que tienen como marco referencial las características de la nutrición en el desarrollo físico e intelectual del niño.

En la segunda parte se enuncian las acciones que se lleva-

ron a cabo, durante el establecimiento de los desayunos escolares así como el análisis y las evaluaciones generales que se -- practicaron y que dieron respuesta al problema de la desnutri-- ción que afectaba nuestra labor docente.

## CAPITULO I.- FORMULACION DEL PROBLEMA .

### A).- CONCEPCION DE LA PROBLEMÁTICA E INVESTIGACION DE CAMPO .

La educación es una práctica social en constante relación-directa con la naturaleza y con la sociedad en general, es un - proceso que coadyuva a que el individuo desarrolle sus capacidades intelectuales y morales, saberes que se transmitirán de generación en generación: Conocimientos, valores, bienes culturales, normas y tradiciones.

Dentro de ésta realidad auténtica, nuestra practica docente es dinámica porque se encuentra en movimiento y muestra cambios determinados por las interacciones del maestro, él alumno, la sociedad y el medio ambiente, para justificar la producción del conocimiento.

El medio ambiente se presta para el desarrollo de la labor docente, también establece límites y obstáculos provocando que los objetivos de aprendizaje no se alcancen plenamente. Problemas que analizandolo y actuando sobre ello, podemos contribuir a resolver hasta cierto grado, uniendo esfuerzos participativos con la comunidad en general.

Las circunstancias que viven los niños en el seno familiar se reflejan dentro del quehacer docente, son expresadas en el - aula como actitudes y comportamientos cotidianos, que captamos como problemas serios. Ello nos llevó a reflexionar, que nues--

tro trabajo no es del todo efectivo y que requería de mayor calidad, como consecuencia nos preguntamos: ¿Cuáles son los factores que propician ese escaso aprovechamiento?. De allí nació la inquietud de investigarla con detenimiento.

De la observación efectuada en las aulas sobre los factores que más inciden en la problemática docente, encontramos los siguientes:

- a).-Programas, libros de textos y métodos de enseñanza, diseñados por la SEP, para que resulten funcional hay que adaptarlos al medio en que se desenvuelven los niños.
- b).-La influencia de los medios masivos de comunicación, distorsionan la mentalidad del niño, al producir programas de poco mensaje pedagógico que los afecta en sus hábitos culturales y alimenticios.
- c).-El mobiliario para alumnos, son inadecuados y en cantidad mínima, que obliga a mal ubicarlos.
- d).-El sistema de escuelas rurales, impone la sobrecarga de grados y la excesiva población de alumnos para cada maestro.
- e).-La administración laboral y sindical desorganizada, nos lleva a invertir el tiempo fuera del aula, por juntas y elaboración de documentos.
- f).-La alimentación, los alumnos reflejan características de mal alimentados y enfermizos.

Después de analizar minuciosamente los factores detallados con anterioridad, suponemos el que afecte más el aprendizaje de los alumnos es: La alimentación que reciben en sus hogares, toda vez que la mayoría de los alumnos que tienen bajo nivel de aprovechamiento se les observa un aspecto enfermizo, los restantes están habituados a consumir alimentos de poco valor nutritivo (refrescos embotellados, sabritas, golosinas, etc.). Aunque los otros problemas también afectan, este es prioritario y en todo caso por alguno hay que empezar.

Para recabar mayor información sobre este problema, decidimos aplicar las técnicas e instrumentos para la recopilación de datos, que es la observación directa y la encuesta por entrevista, que realizaríamos en dos partes, el dirigido a los alumnos y posteriormente a los padres de familia de la comunidad.

La observación directa la utilizamos en los alumnos y encontramos que la mayoría tienen la apariencia de desnutridos, indeseosos de estudiar, frecuentemente se les ve bostezar. En el tiempo de receso observamos que la mayoría acude a tienda cercana a la escuela, para consumir preferentemente refresco embotellado, sabritas ó galletas; Otra parte de los alumnos lleva en botes de plástico bebidas como posol (masa de maíz), café, cool-aid, choco milk, etc.

Aplicamos una encuesta a modo de cuestionario, a 15 alum--



nos escogidos aleatoriamente, con preguntas enfocadas al tipo de alimentación que reciben en su casa, con qué frecuencia y por qué, ellas suministraron los siguientes datos: La madre les da a tomar café con pan, a veces nada; de regreso a casa les proporciona un pocillo de pozol, más tarde almuerzan una taza de caldo -- con una ración de carne ó ave, otras veces son pescados ó frijoles, cena no existe. La justificación que dieron es que rara vez sacrifican reses en la comunidad, sus padres son pobres y no pueden comprar la carne a N\$ 16.00 el kilogramo.

La encuesta por entrevista con preguntas abiertas, se aplicó a 10 padres y 10 madres, preguntamos sobre sus ocupaciones, - ingreso económico, alimentación regular de la familia y hasta -- que grado el interés de participar voluntariamente en algún plan de actividades que ayuden a mejorar ésta situación de sus hijos en la escuela.

Los resultados son claros para considerarlo como un problema verdadero, todos pertenecen a la clase campesina con ingreso económico bajo, no les alcanza para alimentar adecuadamente a su familia, comen a diario, frijoles, arroz con sardinas, huevos y otras veces pescado que obtienen de la pesca; Las madres dijeron dedicarse a labores del hogar, argumentaron no contar con los alimentos y el tiempo para atender a sus hijos.

Al entrevistar al médico del centro de salud de la comunidad, sobre la temática, expresó lo siguiente: "Es un problema -- que se da en los medios rurales, toda vez que al rendir mensual-

mente su informe de actividades, son las enfermedades gastrointestinales, la que mayor atención requiere, producto de la inadecuada alimentación e higiene que se tiene en la preparación, - además los más preparados no sabemos ni tenemos buen gusto para comer adecuadamente".

Con estas evidencias recogidas en las aulas y en la comunidad, concluimos que aproximadamente un 80% de los alumnos, reciben raquitica alimentación, un 20% más ó menos cumplen con los requerimientos necesarios. Por ello nos convence que la desnutrición es el factor que afecta el aprendizaje de los alumnos y -- que esa desnutrición es causada principalmente por la pobreza extrema en que viven, asociado a los malos hábitos alimenticios que existe en las familias.



Figura 1.-Grupo típico familiar de la comunidad, el padre está en su trabajo.

## B).- DEFINICION DEL PROBLEMA.

Del análisis realizado con fundamento en las investigaciones se propone la hipótesis de, Qué el bajo aprovechamiento de los alumnos está influido por la deficiente alimentación que reciben en sus hogares, este tipo de nutrición, no permite el desarrollo normal en su peso y talla produciendo atrofia en sus órganos internos.

Lo anterior expresa que la falta de nutrición adecuada es y seguirá siendo un obstáculo que limitará la posibilidad de -- llevar a cabo satisfactoriamente el proceso enseñanza aprendizaje, pues los alumnos al presentarse diariamente a clases, no muestran la energía suficiente para desarrollar sus actividades y por lo tanto no se cumple correctamente con los contenidos -- del programa de estudio.

La apatía hacia este problema, hace que nuestra labor docente se mantenga dentro del tradicionalismo, para mejorarla entre una serie de alternativas seleccionamos la más viable para proyectarla a los hechos, con la esperanza de obtener resultados positivos.

## C).-JUSTIFICACION

Este problema preocupante, llevó a formular la siguiente pregunta: ¿Cuáles son las causas que originan ésta deficiente --

alimentación?. Basado en la investigación de campo, aplicado a la comunidad, determinamos que las posibles causas son:

.Precariedad de recursos económicos; la mayoría de los padres de familia son campesinos, sus ingresos son bajos que no permite garantizar la adecuada alimentación de sus hijos.

.Escasa escolaridad de las familias; no les permite conocer la importancia que tiene la nutrición en edad escolar, así como la preparación, variedad e higiene en los alimentos.

.Medios masivos de comunicación; principalmente la televisión que fomenta, el consumo de productos basura.

Conociendo la naturaleza y origen de nuestro problema, hemos de tomar en cuenta estos factores que nos ayudarán a contrarrestar sus efectos, concientizando e invitando a los padres a que participen en las acciones que haya que realizar en el transcurso del proyecto.

#### D).- PROPUESTA PEDAGOGICA.

La propuesta de solución que pretendemos dar al problema de la deficiente alimentación es: "Establecer los desayunos escolares, con los requisitos de que ésta responda a las necesidades nutricionales que requiera un niño", de este modo contrarrestar los efectos negativos que afecta el aprendizaje de la población escolar.

Consideramos que el comedor escolar debe funcionar en las escuelas, para dar alimentación y como instrumento para vincular la enseñanza de la nutrición con los contenidos del currículo y fortalecer la permanencia de los niños en clase, rompiendo con la rutina diaria.

E).-OBJETIVOS GENERALES.

a).-Contribuir por medio de la participación activa, en la resolución de problemas comunes. Esto involucra a maestros, alumnos, padres y autoridades que concientizándolos formarán el eje básico para efectuar el proyecto y otros más que surjan.

b).-Implementar los desayunos escolares en nuestro centro de trabajo, con la confianza que al término de ella, los resultados serán un éxito y una muestra de innovación a las tareas educativas, aunado a ello buscamos las siguientes metas:

-Propiciar que al mejorar las capacidades orgánicas, el niño esté en óptimas condiciones para el aprendizaje.

-Fortalecer lazos de afecto y socialización con sus compañeros en el comedor escolar.

-Fomentar los hábitos de higiene, evitando así contraer enfermedades gastrointestinales que son comunes en el medio.

c).-Vincular la práctica de los desayunos escolares, con los trabajos

contenidos del programa educativo en las diversas áreas de enseñanza. Dicha relación se puede contemplar para el nivel primaria en los grados de tercero a sexto grado de la manera siguiente:

Con lenguaje, redacción de enunciados, párrafos y textos, expresar verbalmente sus emociones, basados en las observaciones que realice en el comedor escolar.

Con matemáticas, utilizar la probabilidad y cálculo en el manejo de alimentos que puede prepararseles continuamente, en el avance de la propuesta; manejar razón y proporciones en cantidades de alimentos que se utilice en las raciones; clasificación de alimentos de acuerdo a su sabor, color, olor, tamaño, etc.

Con ciencias naturales, los principales recursos con que cuenta su comunidad pesca, ganadería, agricultura y el abasto que proporciona la autosuficiencia alimenticia; clasificación de los alimentos de acuerdo a su valor nutricional, (carbohidratos, proteínas, minerales y vitaminas).

Con educación para la salud, prevención de la desnutrición la importancia que tiene la nutrición en su desarrollo; higiene personal y la aplicación de prácticas saludables en la ingestión de sus alimentos.

Con la historia, alimentación básica de los pueblos mesoa-

americanos; la evolución tradicional y costumbres alimenticias - de los habitantes de su comunidad.

Con educación cívica, colaboración solidaria con la pro--- puesta expresada en la práctica; inicios de compromisos y res-- ponsabilidades de cooperación; confianza entre compañeros, avance gradual en la mesa de los desayunos escolares.

Con educación artística, entonación de canciones, poemas e- jecución de bailes, dramatizaciones, que guarden relación con - los desayunos escolares.

Con educación tecnológica, utiliza ingenio, creatividad y talento para la elaboración de ilustraciones que observe actividad durante el desayuno.

Con educación física, desarrolla sus destrezas y reafirma habilidad de servicio de alimentos a sus compañeros, dentro de la ayuda que puedan brindar a las madres responsables del pro-- yecto.

## CAPITULO II.- FUNDAMENTACION TEORICA.

En la actualidad, en el campo de la investigación científica, estudios realizados por destacados autores, ayudan a sensibilizarnos y comprender, las características del crecimiento y desarrollo de las etapas del niño, así como el desarrollo pleno de las potencialidades y los conocimientos de nutrición, así lo enmarcan diversas teorías, que dan contundencia y solidez a --- nuestra hipótesis y que a continuación se señala:

Wallon, en el marco de la psicología genética, analiza el desarrollo de la personalidad del niño, distingue tres factores evolutivos que lo moldean y son: El biológico, psicológico y sociológico. Se preocupa por la totalidad infantil pues sus caracteres están formados por átomos o radicales diversamente unidos y estrechamente relacionado con el mundo que lo rodea. (1).

En relación con la anterior teoría, él Dr. Torroella señala que el niño representa la maduración biológica de los padres y tienen la responsabilidad de guiarlos y de dirigir su crecimiento y desarrollo, según los moldes culturales aceptables para él, los padres y la sociedad; al mismo tiempo producir la individualidad y autoexpresión necesaria en sus hijos para que - pueda transformarse en adulto capaz de desarrollar su potencia-

(1) ALPHANDER Gradiot y ZAZZO René. Psicología Infantil, Ed. Morato, Madrid, 1985.



lidad creativa y es el seno familiar y la escuela que deben cumplir con esta tarea. (2).

Por otro lado, la teoría de Jean Piaget, tiene implicaciones en la educación, en el marco de la psicogenética, hace mención que el desarrollo del conocimiento se da mediante procesos que están viculados con el desarrollo del cuerpo humano, del sistema nervioso y de las funciones mentales, por tanto el desarrollo es un proceso que se relaciona con la totalidad de las estructuras del conocimiento. (3).

Lo expuesto anteriormente, explica la importancia de estos aspectos en el crecimiento y desarrollo del niño, por lo que la deficiencia de algunos, hará que su desarrollo sea insuficiente. Sobre los conceptos del crecimiento y desarrollo que maneja Wallon y el concepto maduración biológica de la que habla el Dr. Torroella, se sustentan con lo que a continuación autores de nutrición y biología expresan.

Robert J. Brady, indica que la nutrición es la ciencia de los requerimientos alimenticios del hombre, que garantiza la salud física, mental y emocional cuando ésta es balanceada y clasifica los alimentos en cuatro tipos de nutrientes:

(2) TORROELLA Julio Manuel. Pediatría, Ed. Méndez Oteo, México, 1976.

(3) PIAGET Jean. Development and Learning. Ed. the Journal of Research in Science Teaching, 1964 traducción Tedre Paz.

Carbohidratos.-Se dan en forma de almidones y azúcares, -- proporcionan al organismo el calor y la energía que utiliza en la actividad diaria, entran al cuerpo en diferentes formas: En glúcica-azúcar de uva; Sacarosa-azúcar de caña, arce y remola-- cha; Fructuosa-azúcar de la miel y de las frutas; Maltosa-azú-- car de los granos en gérmen; Lactosa, encontrado en la leche.

Lípidos.- (grasas), constituyen la fuente alimenticia con -- mayor potencial de almacenamiento energético, hay dos catego--- rías de grasas, saturadas, como las que se encuentran en los -- animales, y las no saturadas, en los vegetales, (Líquidas a la temperatura ambiente).

Proteínas.- Son esenciales en la construcción y reparación del tejido corporal y en la elaboración de hormonas, enzimas y anticuerpos. Ellos se dividen en proteínas completas, que tie-- nen todos los aminoácidos esenciales (carne, leche, pescado, -- huevos y frijoles); proteínas incompletas, no contienen los ami-- noácidos esenciales (vegetales).

Minerales.- Necesario para que el organismo funcione ade-- cuadamente.

J. Brady, propone que la dieta debe contemplar los cuatro grupos básicos que a continuación se detallan:

1.- Leche y derivados, enriquecida con vitamina A y D, un poco diario.

- 2.- Verduras y frutas, cítricos, papas, etc. una a dos porciones diarias.
- 3.- Pan y cereales, de granos enteros, cuatro ó más porciones.
- 4.- Carnes, de res ternera, cerdo, cordero, aves, pescado y huevo) dos o más porciones.(4).

El Dr. Corine, relativo a lo anterior especifica: Una dieta que no satisfaga estas necesidades, altera el desarrollo del niño, con menor peso de lo normal y talla mas pequeña, comple-- xión mal desarrollada, es sensible a la fatiga, le es difícil - estar en actividad físico escolar y agrega que un niño débil -- permanece pasivo, no se interesa por participar ni investigar - lo que sucede a su alrededor. (5).

Abundando sobre esto el Dr. Victor C.Vaughan dice: la des- nutrición es consecuencia de una alimentación inadecuada, (esca- sez de hábitos dietéticos y gustos caprichosos), ó de la absor- ción defectuosa de los alimentos, (problemas metabólicos y emo- cionales). Algunos de los trastornos son:

Marasmo.-(atrofia infantil), se debe al inadecuado aporte calórico, por dieta insuficiente, hábitos alimentarios inapro- piados y escasa higiene, se manifiesta al detenerse el crecimien to y pérdida de peso corporal, la grasa subcutánea desaparece y

(4) J. Brady y CO. Robert. Nutrición y Metabolismo Infantil, Ed. Limusa, México, 1972.

(5) CORINE H. Robinson. Nutrición Infantil, Ed. Cecsá México, - 1979.

toma un tono arrugoso, abdomen distendido, músculos atrofiados y va disminuyendo el apetito.

Mal nutrición proteíca.- Se debe a la carencia de alimentos proteínicos, puede presentarse en niños de cuatro a seis años, su estatura y pesos son mínimos. Los signos de ésta norma lidad son: Letargia, apatía, irritabilidad, retraso de desarrollo y crecimiento óseo, disminuye sus defensas, se vuelven más susceptibles a las infecciones, los músculos son débiles y atróficos, además el retraso mental y físico puede ser permanente.

Mala nutrición infantil.- Causada por los hábitos dietéticos deficientes, asociados a una higiene desfavorable ó a la costumbre de comer de los padres. Los escolares tienden a contraer hábitos inadecuados de comida, en especial durante el desayuno y la comida del medio día, por no contar con tiempo suficiente o como en el caso del medio día por estar mal equilibrado. Los "piscolabis", demasiados próximos a las comidas principales, sobre todo caramelos, mantecados y leche malteada, tienen a reducir el apetito durante dichas comidas. Estos niños distróficos tienen un poder limitado de atención y hacen sus ta reas escolares deficientes, presentan mayor sensibilidad a las infecciones (gastrointestinales y del aparato respiratorio), con frecuencia estos niños, presentan un rostro pálido.(6).

Por último Chaves A.,Martínez C. menciona que las investigaciones han arrojado datos del grado de desnutrición que exis-

(6) C.Vaughan Victor. Tratado de Pediatría, Ed. Salvat,México, 1968.

ten en los niños de nuestro país. Por tanto sostiene que la alimentación que se está consumiendo no es balanceada, que se debe más bien a las campañas de orientación sobre alimentación y que se haga llegar a los lugares más apartados. (7).

Las teorías generadas por estos destacados autores, resultan claros y trascendentes y reflejan, que el problema analizado en la práctica, tiene justificación con lo teórico, de ahí - que la nutrición juega un papel primordial en el desarrollo integral de los niños y de la familia en general.

Dada su complejidad trataremos de operacionalizar este proyecto, integrando a los padres para que nos apoyen en su posi--ble solución, para conducir al niño y el suyo propio en la ad--quisición de hábitos alimenticios, como lo expresa Wallon: La - educación nutricional juega un papel importante y decisivo para la familia, buscando modificar su modo de vida para mejorar la salud y nutrición, evitando así el consumo de alimentos de - poco valor nutritivo.

(7) CHAVEZ A. Y MARTINEZ C. Nutrición y Desarrollo Infantil, Ed. Interamericana, México, 1979.

### CAPITULO III.- PROGRAMA DE ACTIVIDADES.

Para poner en marcha el proyecto de establecer los desayunos escolares, en el plantel de ésta comunidad se ha delineado un programa de actividades a la que se sujetarán y que invita a la participación activa de toda la comunidad en general. Dicho contempla un período de cuatro meses, a partir de la última semana del mes de agosto, para finalizar en diciembre de 1992.

Durante este período en forma permanente y como instrumento de medición, llevaremos a cabo la evaluación del proceso, -- que nos apoyará a ir mejorando día a día y alcanzar el éxito deseado. El programa tiene la estructuración siguiente:

#### A).-Acciones preliminares.

.Dar a conocer el proyecto a las autoridades del lugar (Presidente de la sociedad de padres de familia, delegado municipal y comisariado ejidal); solicitando su apoyo y al mismo tiempo su participación en el programa, ajustándolo a sus intereses y necesidades reales con ayuda de todos los involucrados.

.Reunión de padres de familia, para hacerles del conocimiento acerca del plan y motivarlos para que participen en las diversas etapas y acciones que se planifiquen.

.Formación de un equipo de padres y madres de familia, Comité ó grupo de voluntariado, con el propósito de apoyar la campaña mencionada, la realización de la propuesta, gestiones ó trá-

mites que haya que realizar ante la diferentes instancias oficiales y privadas.

.Solicitar y recaudar la cooperación económica, para realizar las actividades necesarias, para la implantación de la propuesta y el inicio de la misma.

.Enviar comunicado oficial al Supervisor Escolar y al Jefe de Sector, para su conocimiento. Solicitándole su apoyo y consideración de la misma.

.Solicitar a la Dependencia Municipal del Desarrollo Integral de la Familia (DIF), el apoyo con nutriólogas y aporte de algunos alimentos (frutas, huevos, leche, etc.).

.Informar y orientar a los niños de nuestras pretenciones ó propósitos tratando de generalizarlo a toda la población escolar, para pedirle su cooperación.

.Realizar rifas para conseguir fondos económicos.

#### B).-Creación del desayunador escolar.

.La práctica de los desayunos escolares serán dos días a la semana, los lunes y los jueves al principio. Después se tratarán de atender el servicio los otros días.

.Los padres determinarán el lugar apropiado dentro de la escuela, donde funcionará el comedor escolar.

.Las damas del comité de voluntariadas, llevarán a cabo la selección de alimentos, para incluirlos en los desayunos escolares.

.Rotar a las damas del voluntariado, en la preparación de los desayunos escolares.

C).-Actividades sobre la marcha.

.Explicar a los padres de familia, los contenidos nutritivos que posee cada alimento, así como la importancia que tiene la higiene en la prevención de las enfermedades.

.Comprar a la cooperativa de pescadores, este producto de gran valor nutritivo concientizandolos a que sea a un precio accesible.

.Solicitar a los padres que poseen mayores recursos, ya sea económico ó donando alimentos que están a su alcance.

.Convocar periodicamente a los padres para: Informar sobre el avance logrado, aclarar dudas, analizar experiencias e impulsar nuevas alternativas que enriquezcan la conducción del proyecto.

.Solicitar al médico de la comunidad, su orientación hacia los padres de familia, para dar mayor profundidad a la importancia de la nutrición en los niños en edad escolar.

.Organizar a los niños para que de acuerdo a sus posibilidades donen algunos productos alimenticios a su alcance.

.Se buscará relacionar los desayunos escolares, con las áreas de estudio para los 6 grados.

.Pedir la colaboración de compañeros maestros que laboren en otras escuelas, con sus experiencias hacia el proyecto.



.Orientar a los niños del poco valor nutritivo que tienen - los productos comerciales, para evitar su consumo durante y fuera de la hora de recreo.

.Inducirlos a que consuman higiénicamente sus alimentos, para prevenir las enfermedades.

D).-Finalización de la etapa experimental.

.Tratar que dicha propuesta, se lleven a cabo en todas las escuelas de la zona.

.Se buscará prolongar a todo el año lectivo, la práctica de los desayunos escolares.

.Al cabo de cuatro meses, se dará dará por terminada, la -- primera etapa experimental del proyecto, con las evaluaciones - respectivas y conclusiones respecto a su desarrollo.

.Se presentará un informe detallado desde el inicio hasta - el final de todo lo observado durante la práctica de la propuesta .

#### CAPITULO IV.-DESCRIPCION DE LAS ACTIVIDADES.

##### A).-ASPECTOS GENERALES DONDE SE DESARROLLO EL PROYECTO.

La operación del proyecto, ó creación del desayunador escolar, se realizó en la escuela primaria, rural, federal, "VEINTE DE NOVIEMBRE", clave del centro de trabajo 27DPR1527-M; ubicada en la Ranchería Tabasquillo, Primera Sección, Centla Tabasco, - perteneciente a la zona escolar número 091, adscrita al sector número 09 con sede en Frontera, Tabasco.

Por su carácter rural, la escuela es de tipo bidocente, -- con 74 alumnos inscritos, que forman la población escolar; 19 - en primero; 11 en segundo; 15 en tercero; 10 en cuarto; 12 en - quinto y 7 en sexto. Por lo que cada maestro atiende tres gra-- dos simultáneamente (grupos multigrados).

En cuanto a sus características, está construída de pare-- des de ladrillos, techo de tejas estructurales de asbesto, ven-- tanas y puertas de herrería, pisos de cemento, con antigüedad - de 50 años apróximadamente; el cual cuenta con la distribución siguiente: Dos aulas, corredor, una bodega, casa del maestro -- (en condiciones irregulares), dos sanitarios con tinaco y bomba de agua alimentada por un pozo; anexo a la escuela existe un lo-- cal que funcionaba como Delegación Municipal y que actualmente allí desempeñamos actividades culturales, asambleas, etc., cuen-- ta con amplio terreno sin construir.

B).-DESCRIPCION DE LAS DIVERSAS ACTIVIDADES LLEVADAS A CABO.

-Surge la propuesta.

Invite al Presidente de la Sociedad de Padres de familia, al Delegado Municipal y a la maestra que presta sus servicios, para sostener una charla en la escuela, acudieron a dicha invitación y de una manera sencilla explique el problema que existía en el alumnado y las implicaciones que tiene dentro de su aprendizaje, proponiéndoles llevar a efecto para remediarlo un poco, la propuesta del establecimiento de los desayunos escolares, requiriendo de Ellos el apoyo necesario.

Sobre lo anterior dijeron apoyar incondicionalmente el proyecto, argumentando que todo lo que sea en bien de sus hijos no tenían que objetar ningún rechazo. Por último acordamos celebrar una junta con los padres de familia para plantear esta situación, aprovechando la apertura de clases del ciclo escolar 1992-1993.

-Los padres aprueban el proyecto.

Reunidos en una de las aulas que ocupa la escuela primaria 44 padres del total existente, planteamos la existencia del problema que reflejan sus hijos y al mismo tiempo la importancia de abatirla, mediante la práctica de los desayunos escolares los días lunes y los jueves de cada semana, por un período de cuatro meses que requiere de la participación activa de todos;

Aclarada las dudas aprobaron la intencion del proyecto. Posteriormente conjuntamos un equipo de diez padres y madres de familia (Comité de voluntariado), que apoyarían directamente el seguimiento del proyecto, también establecieron una cuota mensual de N\$ 2.00 por persona.

-Trámites ante Autoridades Superiores.

Se informó oficialmente al Supervisor escolar y al jefe de sector, sobre el establecimiento de la propuesta de los desayunos escolares.

Los miembros del Comité del voluntariado, solicitaron ante la Dependencia Municipal del Desarrollo Integral de la Familia (DIF), lo siguiente: 1).-Concediera las nutriólogas para impartir pláticas a la comunidad en general, sobre el tema de la nutrición; 2).-El apoyo con alimentos como: Huevos, leche, frutas y artículos enlatados. La respuesta que obtuvimos sobre lo primero, se fijo las fechas de visitas de las especialistas; La respuesta a la segunda petición fué negativa, porque la dependencia no contaba con recursos económicos, aconsejándonos que el proyecto se debia manejar con la cooperación de los padres y hacer que las madres participen con la preparación de taquitos de frijoles ó de aguacate para expenderlo a los niños. Sobre esto los padres opinaron que no era una alternativa eficaz, puesto que podía interpretarse mal, por lo cual fué desechada absolutamente.

**RESERVA**

-Concientización de los alumnos.

Se dió a conocer a toda la población escolar, el objetivo de la implantación de los desayunos, concientizándolos para que aportaran todo lo que estuviera de su parte, dejando abierta la posibilidad de cooperar económicamente, aquellos alumnos que reciben de sus padres cierta cantidad que los lleva a invertir en productos que no los nutre y resultan caros, por ello ilustramos varios ejemplos como: Un refresco y una sabrita su costo es de N\$ 2.00, que con ello podemos adquirir dos litros de leche - bronca ó en su caso ocho huevos.

Por su parte los alumnos de cuarto, quinto y sexto grado, reaccionaron positivamente, pués de inmediato logramos recaudar la cantidad de N\$ 16.00, además se comprometieron a repetir esas donaciones las veces que contaran con dinero, con ésta cooperación y la de los padres sumaban en caja la cantidad de: --- N\$ 104.00, ese día los integrantes del comité del voluntariado comprarían los ingredientes a utilizar para la preparación de lo que sería el primer desayuno escolar.

-Se inaugura el desayunador escolar.

A las 8:30 horas de la mañana, él Comité del voluntariado se dispuso a ordenar las mesas y sillas que harían la función del comedor escolar, al mismo tiempo las damas del voluntariado preparaban los platillos que en esta primera vez consistía en

frijoles fritos cubierto con queso rayado, tres tortillas y un vaso de horchata con leche; Servida la mesa se invitó a los alumnos de primero, segundo y tercer grado a que fueran los primeros en desayunar. Después harían lo mismo los otros del cuarto, quinto y sexto grado, con la recomendación oportuna de que antes y después se lavaran las manos, mientras desayunaban, planeamos que en lo sucesivo se lavarían los platos y vasos desechable, así como el próximo desayuno a preparar. Esta fué la manera en que se procedió y la misma a utilizar en las veces que se apliquen los desayunos escolares, hasta cerrar la primera etapa experimental.

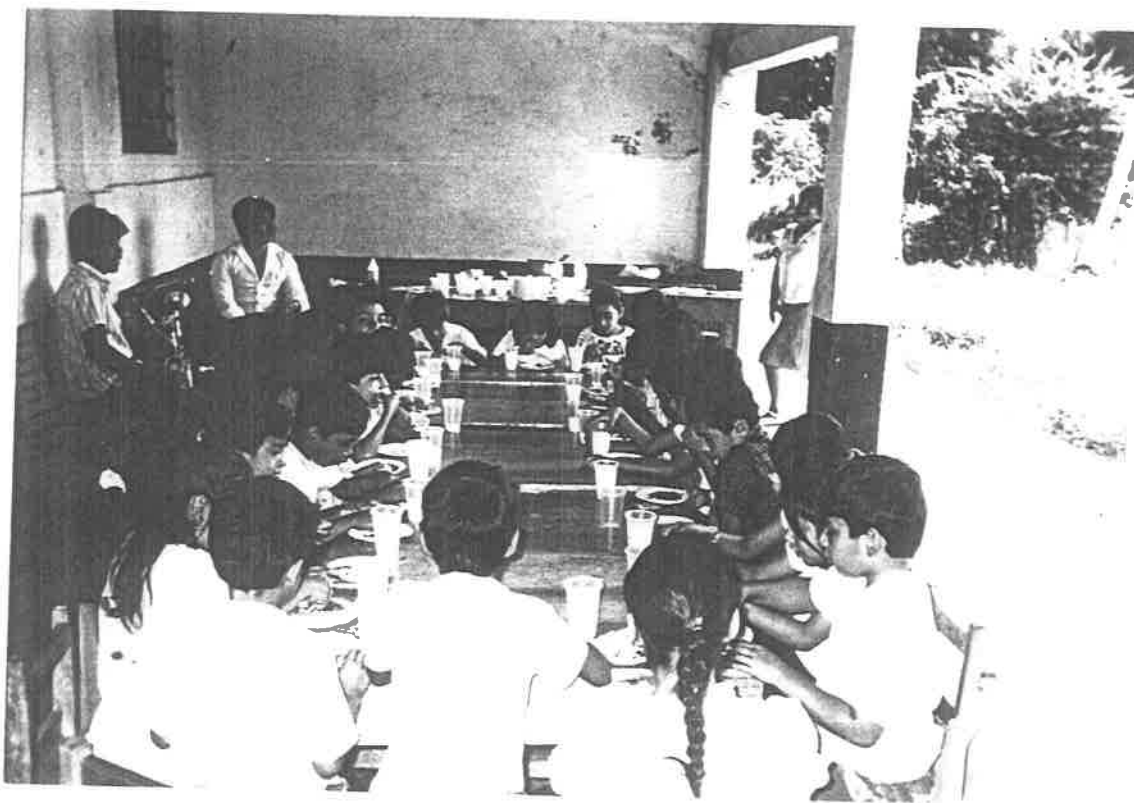


Figura 2.-Alumnos de primero, segundo y tercer grado, en el momento de la ingestión de sus alimentos.

- Descripción general de los desayunos en el transcurso del proyecto.

Despues del inicio de los desayunos escolares; posterior-- mente se realizaron un total de diecinueve menús en el tiempo - indicado para aplicar dicho proyecto, que a continuación se men cionan:

. Huevos con sardinas y un vaso de horchata con leche; pa- ra ello el Comité del Voluntariado compró tres rejas de huevos, cuatro latas de sardinas, las tortillas, la horchata y la le-- che, gasto que se sufrago con la cooperación que habia en caja, esta vez se preparó sesenta y ocho platillos.

. Carne picada con arroz y un vaso de agua de naranja; él Comité compró en esta ocasión dos kilos de carne de res, el -- arroz, las tortillas, para preparar la bebida se aprovecho que en la escuela existía unas matas de naranja, sólo se organiza-- ron a los niños para cortarlos. El total de platillos fué de -- setenta.

. Sandwich de pan blanco, mayonesa y jamón; ésta vez fué más práctico, toda vez que fué donado por la Delegación Municipi- pal de la Comunidad, cuya entrega fué ya elaborado al comité, - solo tocaba a las damas del voluntariado servirlo a los alumnos de beber se les proporcionó agua de naranja. Este desayuno se - volvió a repetir posteriormente con la diferencia de que en esa vez eran de carne de ave (pollo), y de tomar se les dió un vaso

de choco milk con leche atendiendo a la solicitud que habían hecho los niños.



Figura 3.- Alumnos del cuarto, quinto y sexto consumiendo los sanwichs.

. Huevos fritos con frijoles y de beber se les proporcionó horchata con leche; se repartieron un total de sesenta y nueve platillos éste desayuno se efectuó en dos ocasiones, se diferenció en la bebida que fué choco milk con leche repartiéndose sesenta raciones.

. Ensalada de coditos preparado con pasta, mayonesa y jamón picado de tomar se les dió choco milk con leche, las damas del voluntariado prepararon de acuerdo a la asistencia de los niños sesenta y tres platillos.



. Empanadas de frijoles con bebida de agua de naranja, cortados por los alumnos en la escuela, para freir las empanadas - las alumnas del sexto grado se organizaron para ayudar a las damas del voluntariado y el ofrecimiento de dos alumnos quienes - trajeron la salsa. Se realizó el total ciento cuarenta empa- nadas, este desayuno se repitió dos veces más con la variable - de que eran de pescado (mojarra), y queso, con la misma modali- dad anterior en su preparación.

. Spaghetti (pasta alimenticia en forma de fideos largos), con pure de tomate, queso y jamón picado, de tomar agua de na-- ranja.

. El menú de este día consistió en arroz con sardinas y de tomar horchata con leche, se distribuyó setenta y dos platillos

. A solicitud de los alumnos, se les preparó tacos de car- ne de res y de tomar choco milk con leche que fueron repartidos de la manera siguiente: De primero, segundo y tercero se les -- dió a dos tacos; de cuarto, quinto y sexto tres tacos.

. Pan de harina y horchata con leche, a cada alumno se le proporcionó dos piezas de pan.

. Tamales de pescado (mojarra) con la variable de que ésta vez se les dió de tomar choco alteza con leche, proporcionando dos tamales a cada alumno.

. Este menú concocido como "sopa de novio" preparado con papa, zanahoria, chicharo, mayonesa y carne de pollo y un vaso - de horchata con leche, se distribuyó a un total de sesenta y o-

cho alumnos que asistieron ese día a clases.

. Huevos cocidos (duros) con salsa de tomate y de tomar se les dió un vaso de choco alteza con leche.

. Mojarra frita con salsa de tomate y de beber choco milk con leche; este producto de gran valor nutritivo fue donado por los señores en una pesca que realizaron. Para su preparación intervinieron las alumnas del quinto y sexto grado dirigidos por las damas del voluntariado; este menú fué dado en dos ocasiones donado y preparado con la misma modalidad descrita con anterioridad.



Figura 4.- Desayuno servido, consistente en mojarras fritas.

- Gastos económicos efectuados.

El Comité del voluntariado al realizar una evaluación general de los gastos económicos que se generó al aplicar la propuesta de los desayunos escolares en cuanto a la preparación de los menús, fué la suma de: N\$ 725.00 (Setecientos Veinticinco nuevos pesos), cantidad que cooperaron los padres de familia incluyendo la de los alumnos en general; cabe destacar que mediante concientización dirigida hacia los padres, se logro que aparte de las cooperaciones establecidas obtener lo siguiente: quince kilos de frijoles (donado por un campesino), sesenta litros de leche (donado por pequeños ganaderos), cincuenta kilos de mojarra (pesca logada por cinco padres), productos que se pueden obtener en la comunidad; además dos tiendas de abarrotes donaron algunos artículos y la Delegación Municipal que proporcionó un desayuno.

- Organización de los alumnos para apoyar el proyecto.

Se platicó con los alumnos en general haciendole saber que él aspecto económico era de vital importancia para la continuación del proyecto, por lo que entre varias alternativas propuestos por ellos, optamos por realizar una rifa de un corte de pantalón, que se compró con la cooperación de los mismos, para ello se elaboró cien boletos.

De acuerdo a lo programado y contando con la presencia de

dos miembros del comité y los alumnos en general, llevamos a -- efecto la rifa aprovechando el tiempo de receso, de manera sencilla se obtuvo la ganadora, quién resulto ser la Señora Elda - González moha. Dicha cantidad de N\$ 100.00 (Cien nuevos pesos), ganancia que redituó éste evento, se le entregó al comité para apoyar los gastos que realizarón durante el proyecto.

- Participación de los alumnos en la selección de los desayunos escolares.

A medida que avanzaba el proyecto se iba despertando un ambiente de interés por parte de los alumnos de los grados superiores (cuarto, quinto y sexto), por saber que sería el próximo desayuno. Aprovechando ésta reacción positiva, seleccionamos siguiendo sus preferencias lo siguiente: Sandwich de pollo, tacos de carne de res, empanadas de pescado, huevos fritos con frijoles, tamales de pescado y piezas de pan de harina; con la preferencia de que a tomar se les diera choco milk con leche, tal -- formulación se le notificó al comité del voluntariado, quienes tomaron en cuenta la petición llevandolo a cabo.

- Relación de la práctica de los desayunos escolares con los contenidos del programa educativo, realizado de la siguiente manera:

. Con educación para la salud, se planeó desarrollar el tema de la higiene personal enfocada a los alumnos de cuarto, quinto

to y sexto grado simultáneamente, para ello se eligió la técnica denominada "lluvia de ideas", todos nos sentamos en forma circular, se formularon las siguientes interrogantes: ¿Qué es la higiene?, ¿Qué cuidados debe existir para una adecuada higiene?,- ¿Qué importancia tiene en la salud?, entre otras, Todas las respuestas estuvieron basado en sus experiencias, acto seguido se dió lectura a los folletos que edita la Secretaría de Salubridad y Asistencia (SSA) y que el médico nos hiciera llegar, para profundizarnos en el tema de la higiene personal y comunitaria, de los comentarios surgidos como ejercicio fueron resumidos, además clasificaron las enfermedades trasmisibles más comunes de su localidad, la evaluación se dió mediante preguntas.

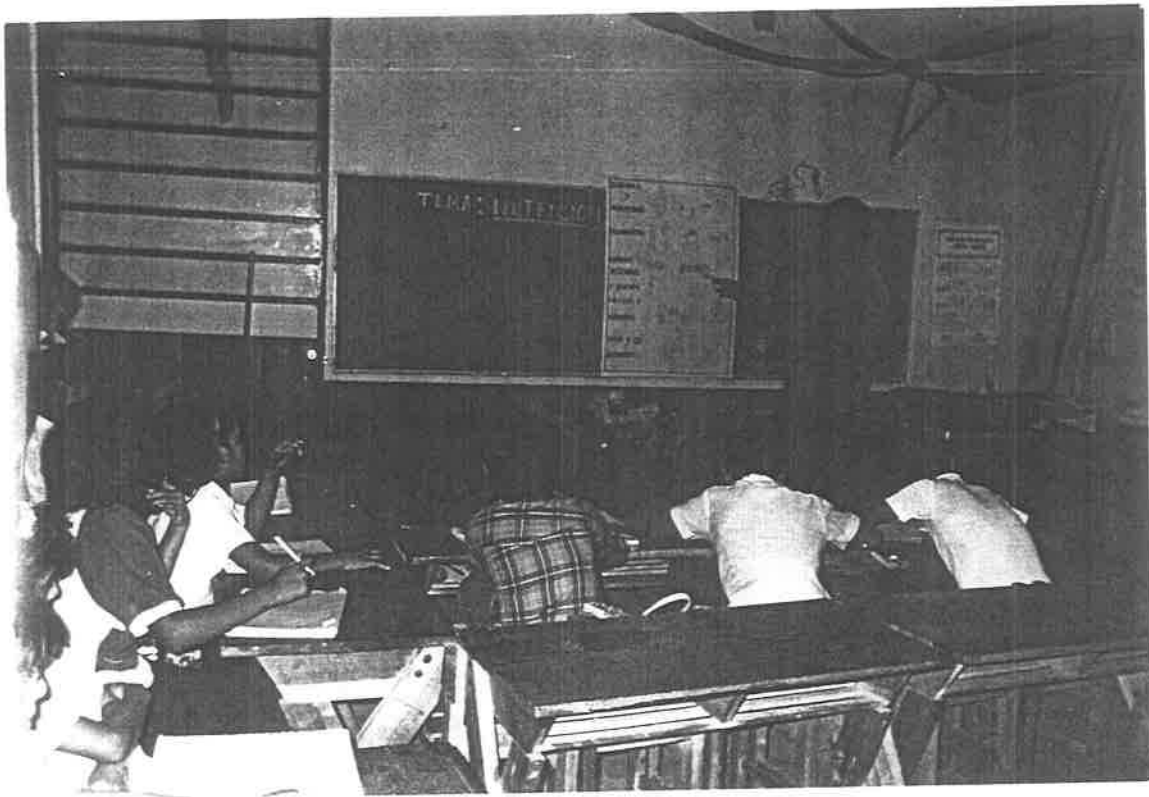


Figura 5.- Alumnos atendiendo el desarrollo de la clase.

. Con matemáticas, el tema fué: Las fracciones en situaciones de reparto y medición, para esto aplicamos el método lógico inductivo, para buscar el razonamiento en forma individual, acción llevada a efecto en el salón de clases; primero estimando la proporción de  $1/4$  de tomate,  $1/2$  de cebolla,  $3/4$  de azúcar, etc.; segundo, su comparación y diferencia en la realidad entre otras semejantes, en secciones posteriores nos profundizamos en la ejecución de operaciones de suma y resta con igual o diferentes denominadores así como multiplicaciones y divisiones, como ejercicios resolvieron cuestionamientos en su libro de matemáticas; las evaluaciones se realizaron al resolver de manera individual los problemas que se plantearon en el pizarrón.

. Con ciencias naturales, el tema de la nutrición tiene estrecha relación con los desayunos escolares, para ello se procedió en un primer momento a que por equipos dieran lectura al tema de referencia en su libro de texto, continuamos con la discusión que se generó aprovechando la técnica de la mesa redonda, donde vertieron puntos de vista sobre: La tabla numérica de calorías de cada alimento; alimentos que contienen vitaminas A, B y C y beneficio que aporta a nuestro organismo; alimentos que contienen minerales, hierro, fósforo, potasio, etc., su utilidad y consecuencia ante la carencia en el cuerpo humano; alimentos ricos en proteínas, su importancia en el desarrollo físico y anatómico. y otros más; posteriormente se exhibió lámina en el pizarrón que ilustra los grupos de alimento y su valor nutritivo.

vo. Como ejercicios dibujaron dicha lámina, clasificaron los -- productos que se cosechan en la localidad; la evaluación se -- aplicó en forma permanente durante las participaciones indivi-- duales en el desarrollo del tema. Debido a lo amplio e importancia se requirió de dos sesiones y una mas de retroalimentación.

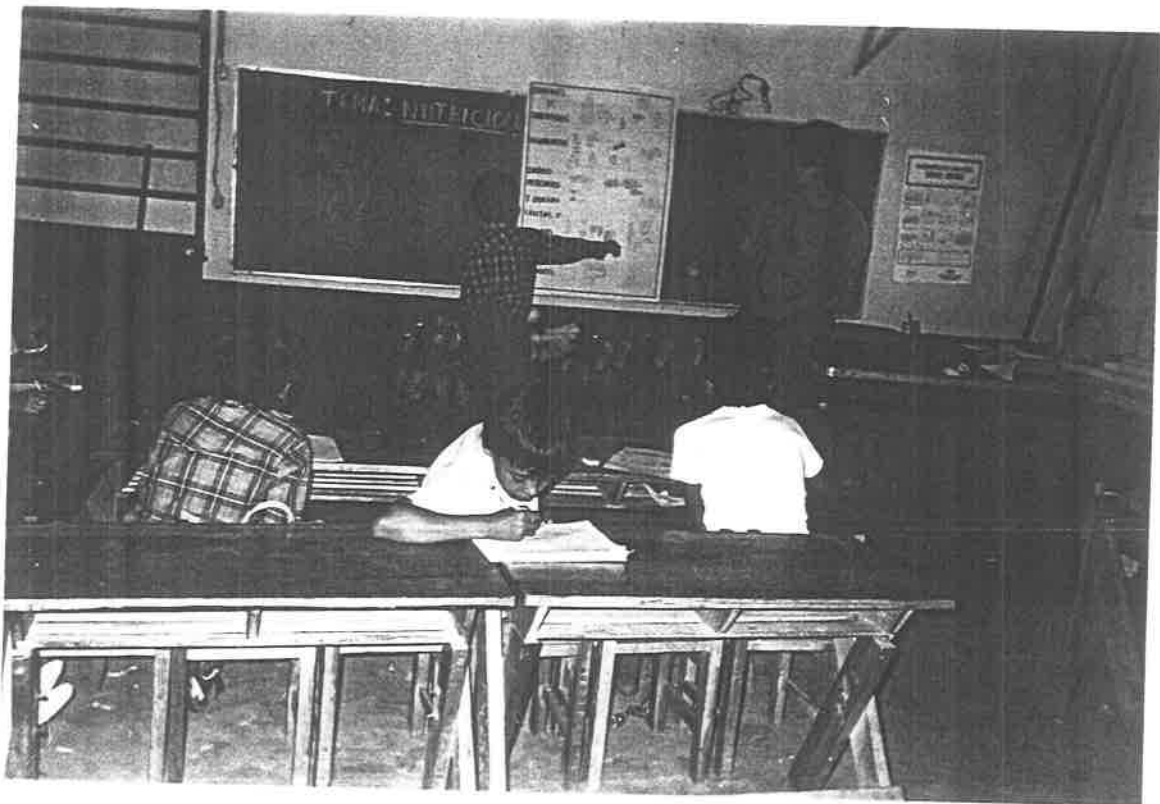


Figura 6.- Participación de los alumnos en clase.

. Con español tema desarrollado elaboración de textos, cartas y correspondencias; para esto se diseño un formato sobre redacción de solicitudes dando a conocer la importancia que tiene cada una de sus partes, como ejercicios redactaron solicitudes dirigidas a diferentes dependencias que se encausen a resolver la problemática de los desayunos escolares realizando al mismo

tiempo para darle mayor realidad en los hechos, los simulacros entre alumnos, para el trámite correspondiente de sus solicitudes. Para la retroalimentación se empleo sesiones posteriores, con el fin de buscar el perfeccionamiento en la redacción.

. Con educación cívica, los temas desarrollados fuerón a).- Colaboración solidaria entre compañeros y b).- Asunción de compromisos y responsabilidades. Estos temas se manejarón de manera permanente, siempre que se hacía alusión a la propuesta de los desayunos escolares, aplicando un diálogo abierto, en que individualmente exponían e intercambiaban experiencias, sobre sus participaciones que iban teniendo; las responsabilidades -- con el que asumían sus compromisos y la importancia que cada as pecto tenía para conseguir los objetivos. La evaluación consistió en que por medio de una papeleta cada alumno midió sus participaciones en excelente, bueno y regular, independientemente de la evaluación estimativa que su maestro le asignaba para cada quién, como ejercicio de retroalimentación se pidió a los -- alumnos investigar los conceptos de "responsabilidad, compromiso, solidaridad" y los factores que en cada uno intervienen.

Para los grupos de segundo y tercer grado, la maestra rela cionó las áreas de aprendizaje con los desayunos escolares y en tre el más sobresaliente se puede considerar:

. Con español, el tema elaboración de enunciados en forma oral y escrita. La técnica utilizada fué la de "lluvia de ideas"



en el cual los niños exteriorizaron sus ideas basados en las observaciones que realizaron en el comedor escolar, ideas que mediante análisis lograrían interpretar mediante la pregunta ¿quién? y ¿que? al sujeto y predicado. Como ejercicios de complementación realizaron enunciados escritos destacando sus partes, al mismo tiempo sirvió para medir el aprovechamiento obtenido. Retroalimentación estas actividades son tareas que realizarían en casa.



Figura 7.- Alumnos participando en la exposición de enunciados.

- Nominación de la escuela modelo.

El Supervisor de la Zona Escolar, indicó que nuestra Institución lo había nominado como "Escuela Modelo" en el medio rural, en virtud que en años anteriores como el actual a destacado por sus actividades realizadas; el objetivo de tal designación es el de llevar y seguir una evaluación del programa emergente para la modernización educativa, para ello hizo entrega de un lote de libros para incrementar las referencias bibliográficas en la enseñanza y los folletos que estipulan los lineamientos a seguir como es: la organización de un equipo de trabajo con maestros que laboren en el medio rural, la elaboración de un programa a realizar en las reuniones de cuerpo colegiado para intercambiar ideas y experiencias acerca del nuevo programa y su aplicación en los alumnos.

En una de las reuniones de cuerpo colegiado, al término de la misma aproveché para platicar e intercambiar ideas sobre la operación del proyecto que se estaba realizando en ésta escuela y las ventajas que ofrece dado que los niños se entusiasman cada vez que se llevan a efecto dichos desayunos, además de vincular las áreas de aprendizaje, al mismo tiempo les mostré algunas fotografías para evidenciar los hechos, sugiriéndoles que hicieran lo mismo en sus respectivas escuelas. Por último expresaron el deseo de llevarlo a la práctica, siempre y cuando los padres de familia esten en disposición de cooperar moral, física y económicamente.

- Se obtienen servicios médicos.

Solicitamos apoyo del médico del centro de salud de la comunidad, para que brinde atención a los alumnos que a consideración del comité, mostraran rasgos de deficiente estado de salud. Dada que su respuesta fué positiva, acudimos a dicha consulta, -acto seguido seleccionó a veinte alumnos a quienes dió tratamiento de desparasitación general, con metronidazol y diodoquin y, que posteriormente les proporcionaría las vitaminas. Su recomendación general fué que todos debían de recibir este tratamiento y que sólo les proporcionaba a los más urgidos en virtud de que no existe el suficiente medicamento.



Figura 8.- Asistencia de los alumnos a consulta médica.

- Los alumnos planean el festejo de fin de año.

Se reunió a toda la población escolar con el objetivo de dar a conocer que el inicio del mes de diciembre era el final del año, con la aproximación de las fiestas decembrinas, posadas, noche buena, etc., por ello acordamos adornar los salones para dar mayor lucidez y planear la posada, con la ayuda de las cooperaciones económicas que estaban aportando. Este mismo momento se elaboró el plan de festejo de fin de año, tocando a los maestros donar las patatas, mayonesa, zanahorias, las galletas de soda y la horchata para el preparado del alimento, y ellos comprando dos pollos de dos kilogramos cada uno, por parte del comité, los caramelos, chocolates y las piñatas. En el ambiente artístico y deportivo, contar con la participación de los alumnos. Una alumna voluntariamente se ofreció prestar la grabadora y los cassetts para alegrar el momento.

Tal como se determinó se llevó a efecto la posada, mediante un pequeño programa artístico, con la participación de siete alumnos, que interpretaron canciones populares, poesías y cuentos; Posteriormente se rompió la tradicional piñata ante la algarabía de todos, momento que fué aprovechado por las damas del voluntariado para servir la mesa de desayunos, cabe decir que el ambiente se hacía acompañar de música tropical. Después de consumir sus alimentos, se les repartió los dulces, acto seguido se invitó a los alumnos a que bailen. Para concluir con esta algarabía dirigí algunas palabras con motivo de las vacaciones,

navideñas, agradeciendo la asistencia de los padres al convivio de sus hijos, clausurando las actividades escolares de ese año 1992.



Figura 9.- Alumnos festejando posada de fin de año.

- Convivio con el Comité del voluntariado.

Ese mismo día de la posada, nos reunimos en casa de uno de los padres de familia, todos los que participamos de una manera especial en la realización del proyecto, para convivir y platicar sobre la misma. El Presidente de la Sociedad de Padres de familia, se mostró optimista al expresar que es adecuado continuar con el proyecto, ya que es una medida para evitar que los

niños, consuman alimentos que los considera como malos; la maestra por su parte declaró, que si existía la disposición de ellos se continuaría practicando tal y como se venia haciendo, sólo - sería cuestión de organizarnos cuando retornemos de vacaciones a partir de 1993.

- Se cierra la etapa experimental.

En total realizamos seis reuniones de padres de familia y que en cada una de ellas, fuimos dando a conocer los pormenores ocurridos en la ejecución del proyecto, allí mismo el Comité recaudaba las cooperaciones establecidas. En una de las reuniones que se citó para escuchar a las especialistas en nutrición que vendrían por parte del Desarrollo Integral de la Familia (DIF), ante el incumplimiento por parte de esa Dependencia, cubrimos - esa parte al desarrollar el tema de la nutrición en los niños - en edad escolar y sus características.

En la última reunion se dió a conocer, la evaluación general de todo el proyecto (alcances y beneficios logrados), motivandolos a que se interesen para que se sigan aplicando los desayunos escolares. Reiteramos el agradecimiento de todos los -- que intervinieron de una u otra forma en las actividades realizadas y en forma específica a los Señores y Damas que integraron el Comité del Voluntariado, quienes a la vez constituyeron el eje básico para la ejecución del proyecto.

Al hacer uso de la palabra el Presidente de la Sociedad de Padres de familia, agradeció a nombre de los asistentes, la preocupación que los maestros tienen para con sus hijos, invitando a sus compañeros a que se sumen a éste gran esfuerzo, en bien de la educación de los alumnos y de la comunidad en general.

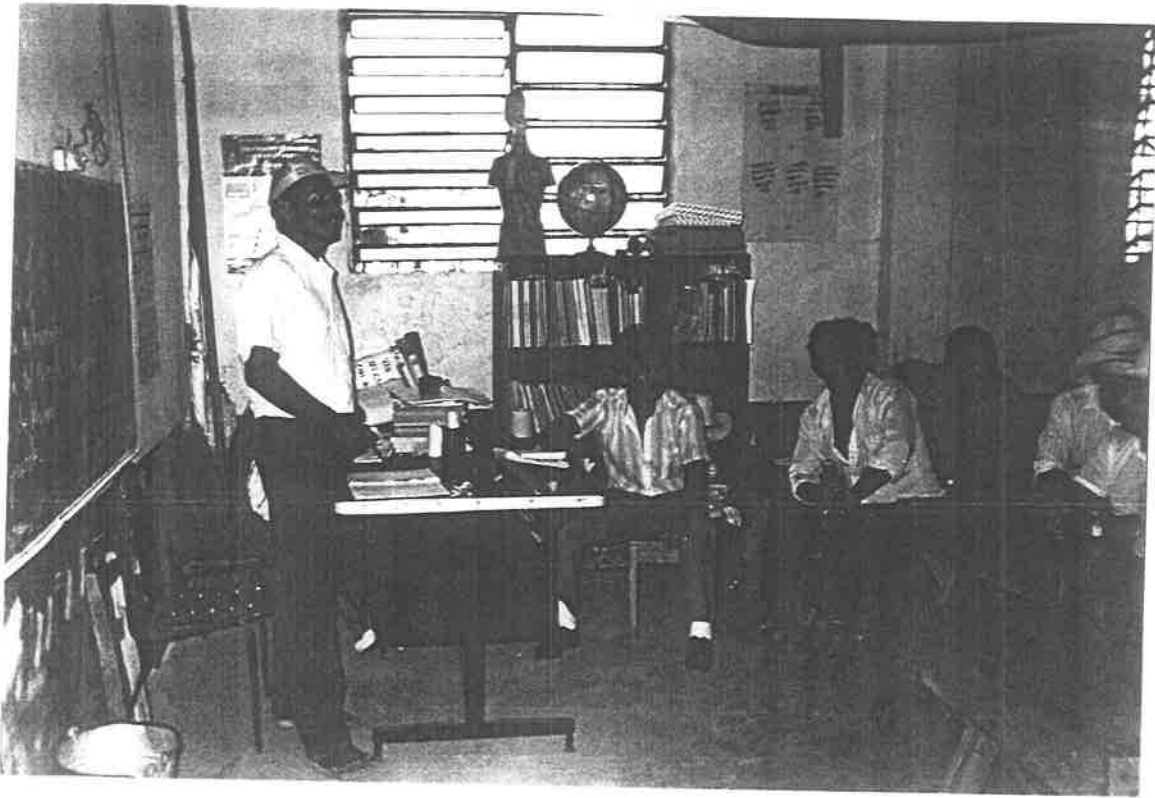


Figura 10.- El Presidente del Comité del Voluntariado, rindiendo el informe final del proyecto.

## CAPITULO V.- EVALUACION DE RESULTADOS.

La experiencia obtenida al desarrollar la propuesta, indica el valor que tiene la práctica docente dentro de la sociedad, al asumir el análisis de los problemas que afronta la educación y actuar con prontitud para descubrir sus causas y proponer metódicamente su posible solución.

Así como se descubrió que la subalimentación, es el factor que más afecta el aprendizaje de los alumnos y que por medio de la propuesta de establecer los desayunos escolares se trato de dar una respuesta para solucionar en gran parte este problema, que resulto estar influenciado por los hábitos en el consumo de los alimentos, más que por el aspecto económico.

A).- Los objetivos alcanzados fueron.

- 1.- Establecer la mesa de los desayunos escolares en el centro de trabajo. Esta se llevó a efecto los días lunes y jueves de cada semana, por un período de cuatro meses.
- 2.- Propiciar que el niño este en óptimas condiciones para el aprendizaje. En este objetivo, comprobé que las veces que los niños desayunaban, manifestaban una mejor dinámica de trabajo permitiendoles desarrollar entusiastamente sus tareas escolares.
- 3.- Fortalecer lazos de afecto, socialización y modo de compor-



tamientos. Esto se logró toda vez que conforme se repetían los desayunos, la relación (lazos de amistad) eran de mayor confianza en el comedor, pues consumían sus alimentos sin cohibirse, dándose un ambiente de camaradería y compañerismo.

4.-Fomentar los hábitos de higiene. Este objetivo no se logró satisfactoriamente, dado que una y otra vez había que ser repetitivos con la indicación de lavarse las manos antes y después de ingerir sus alimentos, concluyendo que tal actitud es difícil de inducir en poco tiempo, ya que en casa se práctica deficientemente.

5.-Vincular la práctica de los desayunos escolares con los contenidos del programa de estudio. Dicha propuesta me permitió tratar muchos temas en las diversas áreas de aprendizaje, correlacionandolos para (Cuarto, Quinto y Sexto) grado simultaneamente, ellos fueron, en:

- Ciencias Naturales, Alimentos de origen vegetal y animal, -- clasificación de alimentos de acuerdo a su valor nutritivo -- en: carbohidratos, proteínas, grasas y minerales, así como -- las principales funciones que desempeñan en nuestro organismo.
- Matemáticas, Las fracciones en razón y proporción. En sus -- cuatro operaciones fundamentales de suma, resta, multiplicación y división. Las fracciones equivalentes etc., todo cuanto intervinieron en las compras, preparación y probabilidad--des en el consumo de los menús.

- Español, Expresión escrita y composición de textos individuales y colectivos en diferentes situaciones. Expresión oral en diversas situaciones escolares y cotidianas. Exposición de temas etc.
- Educación para la Salud, Higiene Personal y Comunitaria. Importancia de la nutrición en su desarrollo; estos temas nos permitieron tratar la importancia que tiene la Higiene en nuestra salud, variantes enfermedades a consecuencias de ellas y su repercusión en la sociedad.

Para los grados de segundo y tercero, la maestra impartió su tema en el área de español. Redacción de enunciados en forma oral y escrita, exteriorizando los alumnos sus observaciones hechas en el comedor escolar.

B).- Obstáculos que se presentaron en el transcurso de la realización del proyecto.

- 1.- La respuesta negativa de apoyo alimenticio y del Asesoramiento de la Nutrióloga para la comunidad en general por parte de la dependencia del Desarrollo Integral de la Familia (DIF) Municipal de Frontera.
- 2.- Los recursos económicos, indispensable para el abastecimiento de ingredientes necesarios utilizados en la preparación de los menús.
- 3.- La pasividad de algunos padres de familia, que se observó -

desde un principio, tanto en sus aportaciones económicas como en el apoyo moral y que a pesar de la constante concientización que se mantuvo, no se logró la inclusión activa de dichos padres.

- 4.- Las interrupciones del proyecto, a consecuencias de reuniones administrativas con el supervisor escolar, suspensión de labores y otras veces por las inclemencias del tiempo.

C).- Los aspectos favorables fueron:

- 1.- El apoyo de las Autoridades del lugar, Presidente de la Sociedad de Padres de Familia, Delegado Municipal, Supervisor Escolar, Jefe de Sector y otros.
- 2.- La participación activa y directa de: La maestra, los alumnos, padres de familia y la comunidad en general para la solución de un problema común.
- 3.- La buena disposición de la mayoría de los padres de familia, que con sus cooperaciones económicas, hicieron viable ésta propuesta.
- 4.- La participación del equipo del Voluntariado en forma directa, que resultó determinante en la aplicación de los desayunos escolares.
- 5.- La producción local de algunos alimentos, tales como: Naranjas, leche, pescado, etc., que constituye el abasto natural y económico de la comunidad.

6.- La respuesta positiva por parte de los alumnos, sobre todo, los de grados superiores.

Los resultados en algunos de ellos por su importancia se detallan a continuación:

- Participación activa de los involucrados. Los maestros que colaboraron en todo lo que respecta a organización y planificación de las diversas tareas durante el desarrollo de la propuesta, se calificó como buena.
- El Supervisor Escolar y el Jefe de Sector, apoyaron moralmente, al especificar que estas actividades ejemplifican la buena labor del maestro en la comunidad y redundan en el aprovechamiento general de los alumnos y dieron su anuencia a las diferentes acciones del programa.
- En cuanto a la participación de los padres de familia se dieron varios niveles como se señala a continuación:
  - a).- Los padres que integraron el Comité del Voluntariado, se nombró a un total de 10 integrantes que participaron en forma directa, abierta y de manera permanente en el transcurso del proyecto. De ellos recibí una muestra de interés y deseos de mejorar la educación de sus hijos, que me motiva a continuar con la práctica de los desayunos escolares.
  - b).- Padres que aportaron su cooperación económica establecida, estos señores participaron de una manera aceptable, sólo -

que continuamente hay que estarlos concientizandolos, para que aportarán su cooperación económica.

- c).- Padres que aportaron su cooperación extra, gracias a estos Señores se logró independientemente de sus cooperaciones establecidas, artículos alimenticios como: Leche, frijol, ó al dar la mano de obra para la pesca de la mojarra, al que facilitó la lancha y motor en dos ocasiones. Todo ello contribuyó a enriquecer las actividades de la propuesta pedagógica.
- d).- Las autoridades del lugar, sobre todo el Presidente de la Sociedad de Padres de Familia, mostró de principio a fin un gran espíritu de colaboración en las tareas que se realizaron con el afán de mejorar la educación, lo mismo que que el Delegado Municipal, quien participó apoyandonos aunque en menor escala.
- e).- Los alumnos que forman la comunidad escolar, ellos resultaron ser los más motivados conforme fué avanzando la propuesta, los de mayor edad contagiaban a los más pequeños a cooperar para los desayunos, también colaboraron en la preparación y en la selección de sus gustos alimenticios. Del interés despertado quedarón comprometidos (cuarto, quinto y sexto) a seguir llevandolo a cabo aún sin el apoyo de sus padres, no así los alumnos de grados inferiores que mostraron poco interés en este aspecto.

### Conclusiones finales.

Al hacer un análisis de los resultados de la operación de la propuesta, se advierte que se logró el éxito deseado, así lo demuestran los siguientes indicadores:

Primero.- Se logró la participación activa de la comunidad en general, de los profesores, los alumnos, de las autoridades educativas y superiores para resolver un problema común.

- . Los padres de familia aportaron casi en su totalidad sus cuotas mensuales.
- . El equipo del voluntariado respondió satisfactoriamente.
- . Se logró de los padres, la donación de alimentos que tienen en producción; leche bronca, frijoles, otros apoyando con la mano de obra para la pesca.
- . Asistieron a las reuniones mensuales para participar en la evaluación de la propuesta.
- . Los alumnos reaccionaron entusiastamente en las actividades realizadas, aportando cooperación económica y su disposición en la preparación de los alimentos.

Segundo.- Al establecer los desayunos escolares, además de alimentar a los niños, sirvió de muestra a toda la comunidad en general para:

- . Propiciar que el niño se mantuviera en óptimas condiciones pa

ra el aprendizaje, tomando una ración alimenticia normal. Y - constatamos mediante las evaluaciones diarias y mensuales un ligero avance en su aprovechamiento.

- . Fortalecer lazos de afecto, socialización y modo de comportamiento. Así lo demostraron sobre todo en las últimas veces, - manifestando actitudes de mayor confianza y solidaridad.
- . Fomentar hábitos de higiene; se luchó porque este aspecto se cumpliera, al final nos dimos cuenta que este problema era necesario atacarlo desde sus orígenes, lo que resultó más com--plicado cambiar los hábitos a las familias en poco tiempo, pero si se dió los primeros pasos. En lo que toca a los alumnos, estos recibieron las orientaciones de higiene y sus consecuencias en la salud.

Tercero.- Vincular la práctica de los desayunos con los contenidos del programa. En todo el periodo de duración de la propuesta se pudo vincular estrechamente con las áreas de aprendizaje.

- . En español, en lo referente a la redacción de enunciados, párrafos y textos.
- . En matemáticas, en lo referente a razón y proporción, las fracciones comunes y sus operaciones.
- . Ciencias naturales, Estudio de la nutrición y clasificación - de los alimentos.
- . En educación para la salud, tema higiene personal y comunitaria. Importancia de la nutrición en su desarrollo.

- . Educación cívica, asunción de compromisos y responsabilidades.
- . En educación artística, entonación de cantos sonoros, poemas, participación en bailes modernos y folklóricos, etc.



Sugerencias y recomendaciones.

- a).- Se sugiere a los maestros, reflexionen sobre la importancia que guarda la práctica docente e investigue los problemas que se generen a su alrededor y sus implicaciones.
- b).- Que al iniciar un proyecto que busque solucionar un problema similar, tome en cuenta la acción participativa de todos los implicados en el.
- c).- Que fundamenten y destaquen la importancia del marco teórico para así proyectar a la comunidad charlas y orientaciones adecuadas.
- d).- Que tomen en cuenta las opiniones, sugerencias y experiencias que enriquezcan el proyecto y obtener el éxito deseado.
- e).- Deben estar consientes de que los objetivos y metas propuestas no siempre podran alcanzarse a corto plazo y con un mínimo esfuerzo.
- f).- Así se logrará rescatar la identidad del maestro en la comunidad, darle relevancia a la tarea docente y elevar la calidad de la enseñanza en beneficio de la niñez.

## B I B L I O G R A F I A

- ALPHANDER Gradiot y ZAZZO René. Psicología infantil, Ed. Morato Madrid, 1985.
- CORINE H. Robinson. Nutrición infantil, Ed. Cecsca, México, 1979
- CHAVEZ A. y MARTINEZ C. Nutrición y desarrollo infantil, Ed. Interamericana, México, 1979,
- J. Brady y CO. Robert. Nutrición y Metabolismo infantil, Ed. Limusa, México, 1972.
- PIAGET Jean. Development and Learning, Ed. the Journal of Research - Science Teaching, 1964 traducción Tedre Paz.
- TORROELLA Julio Manuel. Pediatría, Ed. Méndez Oteo, México, 1976.
- VAUGHAN Victor y otros. Tratado de pediatría, Ed. Salvat, México 1968.

109146

A P E N D I C E

Villahermosa, Tabasco. Septiembre 5 de 1992

C. Lic. Catalino Díaz Soberanes.  
Pdte. de la comisión de titulación UPN.  
Villahermosa, Tabasco.

Por medio de la presente me permito comunicar a esa comisión de titulación que con fecha 7 de septiembre de 1992 pongo en marcha mi proyecto de titulación intitulado " DESAYUNOS ESCOLARES " en la esc. prim. rur. fed. "20 DE NOVIEMBRE" clave: 27DPR1527M ubicada en la R/a. Tabasquillo Ira. sección, Centla, Tabasco. zona esc.No. 91 con vista a mi examen profesional con la asesoría del c. profr. Ignacio Zetina Aguirre, en la LIC. DE EDUC. BASICA.

Atentamente



---

Profr. Israel Melchor Osorio.

Ros/09/92  
M.O.

DEPENDENCIA: ESC. RUR. FED. "VEINTE DE NOV"  
CLAVE C. T.: 27DPRI527-M.

ASUNTO: INFORMANDO SOBRE LA REALIZACION DE UN PROYECTO.

RA. TABASQUILLO 1a. SECCION, CENTLA, TAB., A 10 DE SEPT. DE 1992.

C. PROFR. LENIN ALEJANDRO GOMEZ  
SUPERVISOR DE LA ZONA ESCOLAR No. 091.  
FRONTERA, TAB.

Por este conducto me dirijo a Esa Superioridad a su Digno cargo, para informarle lo siguiente:

Ante la problemática de los trastornos que ocasiona la deficiente alimentación de los alumnos en su aprendizaje; He tenido a bien, para tratar de contrarrestar ésta situación dar - marcha un proyecto intitulado, "Establecimiento de los desayunos escolares", que se llevará a efecto los días lunes y jueves de - cada semana, por un período de 4 meses, que dió inicio a finales de agosto y concluirá en diciembre de 1992; La escuela por ser - de tipo bidocente, será fácil para generalizar los desayunos para toda la población escolar de 1o. a 6o. grado.

No omito manifestarle que pretenderé prolongar el - tiempo de la propuesta, si las condiciones así lo favorecen, por lo que solicito su apoyo y consideración para dar mayor relevancia a estas actividades. Sin otro particular le reitero mi agradecimiento.

A T E N T A M E N T E .  
EL DIRECTOR COMISIONADO Y MAESTRO DE GRUPO.

PROFR. ISRAEL MELCHOR OSORIO.

C.C.P. EL C. PROFR. FELIPE RENAN ALVAREZ VIENTO. - Jefe de Sector  
C.C.P. EL INTERESADO.

*Recibido  
Copias  
C. C. P. de  
10/9/92*

DEPENDENCIA: ESC. RUR. FED. "VEINTE DE NOV."  
CLAVE C.T. : 27DPR1527-M  
ZONA ESC. : No. 091.  
ASUNTO: SOLICITANDO APOYO

RA. TABASQUILLO, 1ra. SECCION, CENTLA, TAB., A 14 DE SEPTIEMBRE 1992.

C. PDTA. DEL DIF MUNICIPAL  
FRONTERA TABASCO

El que Suscribe Profr. ISRAEL MEJOR OSORIO, Director Comisionado y con los grupos a su cargo de 1ro., 3ro. y 6to. grado, quien labora en la escuela antes citada. Por este conducto me dirijo a esa dependencia a su cargo, para solicitarle su apoyo y consideración en la exposición siguiente:

Basada en la observación diaria que realizo en mis funciones docentes, he encontrado múltiples obstáculos - que dificultan el adecuado aprovechamiento de los contenidos programáticos en la enseñanza aprendizaje de los alumnos.

Indagando sobre ellos, localicé que el - problema más apremiante resulto ser la deficiencia nutritiva de alimentos que los padres proporcionan a sus hijos, a raíz del bajo ingreso económico de la familia, la ignorancia y malos hábitos en el consumo de los alimentos; que trae como consecuencia el mal desarrollo Psicobiológico y mental del niño.

Para contrarrestar tal situación y motivado por obtener mejores resultados, he puesto en marcha un proyecto intitulado "LOS DESAYUNOS ESCOLARES", programado para 3 meses que -- dió inicio el 7 de Sept. y finalizará a últimos del mes de noviembre del presente año, durante 2 días a la semana (Lunes y Jueves). Para ello solicito de ser posible.

- a).- Equipo de Nutriólogas que orienten teórica y prácticamente a la comunidad en general, sobre nutrición.
- b).- Concedernos frutas, alimentos enlatados, huevos, leche, etc. para implementar los desayunos escolares.

No omito manifestarle que lo mínimo que nos proporcione, para nosotros será de mucho beneficio.

ATENTAMENTE

PRFR. ISRAEL MEJOR OSORIO DIRECTOR COMISIONADO ESCUELA ESCOLAR FEDERAL "VEINTE DE NOVIEMBRE" DE CENTLA, TABASCO



VO. BO. EL SUPERVISOR ESCOLAR



PROFR. LENIN ALEJANDRO GONZALEZ

DEPENDENCIA: SUPERVISION FED. DE --  
EDUC. PRIM. ZONA No. 091.  
MESA : ADMINISTRATIVA  
ASUNTO : RECONOCIMIENTO.

Frontera, Centla, Tab., 13 de Enero de 1993 .

El que suscribe Profr. LENIN ALEJANDRO GOMEZ, Supervisor Federal de Educ. Prim. de la Zona Escolar No. 091, Adscrita al Sector No. 09, con Ubicación en esta Municipalidad, por este conducto expreso el siguiente:

RECONOCIMIENTO.

Al C. Profr. ISRAEL MELCHOR OSORIO, Quien labora como Director Comisionado y Maestro de los Grupos de 4o., 5o. y 6o. Grado, en la Escuela Primaria Rural Federal "VEINTE DE NOV.", - Clave C.T. 27DPRI527-M, Perteneciente a la Ra. Tabasquillo, 1a. Sección, Centla, Tab.; Por haber llevado a cabo UN PROYECTO SOBRE: LA PRACTICA DE LOS DESAYUNOS ESCOLARES, en beneficio del Alumnado en general.

Por lo que Felicito y a la vez lo Exhorto por las Actividades realizadas en bien de los Alumnos, de la Comunidad y Especificamente de la Educación en general.



A T E N T A M E N T E.

EL SUPERVISOR FED. DE EDUC. PRIM.

S E N T E N C I A  
Supervisor Escolar No. 91  
Frontera Centla, Tab.  
PROFR. LENIN ALEJANDRO GOMEZ.

RA. TABASQUILLO 1ª SECCION, CENTLA, TAB., A 15 DE ENERO DE 1993.

ASUNTO: CONSTANCIA DE ACTIVIDAD.

A QUIEN CORRESPONDA:

EL QUE SUSCRIBE C. ISRAEL MORALES CONTRERAS, PRESIDENTE DE LA ASOCIACION DE PADRES DE FAMILIA, DE LA ESCUELA PRIMARIA RURAL "20 DE NOVIEMBRE" UBICADA EN LA RA. TABASQUILLO 1ª SECCION, CENTLA, TAB.

HACE CONSTAR:

QUE EL C. PROF. ISRAEL MELCHOR OSORIO, ORGANIZÓ ACCIONES ENCAMINADAS A LA PRACTICA DE LOS DESAYUNOS ESCOLARES LOS DIAS LUNES Y JUEVES DE CADA SEMANA CON LOS ALUMNOS DE ESTA INSTITUCION; DE LA MISMA MANERA HACEMOS PATENTE NUESTRA FELICITACION, POR LA PREOCUPACION QUE A DESPERTADO HACIA LA COMUNIDAD GENERAL, ESPERANDO QUE QUE EN LO SUCESIVO SE MUESTRE DE TAL MANERA.

A T E N T A M E N T E .

EL PRESIDENTE DE LA SOC. DE P. DE FAM.

*Israel Morales Contreras.*

C. ISRAEL MORALES CONTRERAS.



ENCUESTA ( entrevista ) APLICADO A UN ALUMNO

Nombre MARCO ANTONIO RODRIGUEZ C. Edad 12 AÑOS  
Grado de estudio 5<sup>to</sup> AÑO

¿ Quién prepara los alimentos en tu casa ?

R= Mi' papá los compra, para que lo prepare mi mamá a veces mi hermand.

¿ Desayunas antes de venir a la escuela ?

R= A veces sí, a veces no, depende si hay.

¿ Que alimentos consumes ?

R= La mayor de las veces es pan o' galletas con café o también un pocillo de pozol.

¿ En caso de que no desayunes a que se debe ?

R= Pues se debe a que mi papá no consigue tal vez porque no tiene dinero, otras porque mi mamá no prepara nada.

¿ Cuantas veces al dia comes ?

R= Comida, 1 vez al medio día, porque en la cena se repite lo que a veces desayunamos.

¿ Prepara algo de comer tu mamá para que lleves a la escuela?

R= No, muchas veces porque no hay y otras porque no le da el tiempo.

¿ De los alimentos que venden en tiendas cuales te gustan ?

R= Las Sabritas, los refrescos, los chocolates, pan bimbo y muchas cosas más.

## ENCUESTA (CUESTIONARIO) APLICADO A UN PADRE DE FAM.

NOMBRE EDUARDO CONTRERAS MENDEZ EDAD 54 AÑOS ESCOLARIDAD \_\_\_\_\_ESCOLARIDAD 2º AÑO DE EDUCACION PRIMARIA.

1.- ¿Qué Opina Sobre la alimentación diaria de los Niños en su medio?.

R: Pues aquí nosotros tratamos de darle lo que logramos conseguir de la pesca, los que cuentan con más dinero traen de la comunidad cercana carne de res, porque aquí no sacrifican reses, pero hay mucha gente pobre que creo que no comen bien.

2.- ¿Tiene algún conocimiento sobre el balance nutricional en su alimentación? ¿Cómo Cuál?.

R: Yo creo que hay que comer bien, -pero te repito- no todos contamos con suficiente dinero, no comemos bien pues estamos esperando de lo que cae a diario.

3.- ¿Mencione como es la alimentación en su hogar?.

R: Siempre trato de que en el desayuno mis hijos consuman huevos fritos, Al medio día Pescado o gallina y por la cena ya estamos acostumbrado a nada, solo nuestro posolito.

4.- ¿Desayuna su hijo antes de ir a la escuela? ¿que es lo que consume?.

R: Desde luego que sí pues me preocupa que vaya sin alimentarse, no aprovecha su estudio, por eso su mamá la mayoría de las veces les prepara huevos fritos.

5.- ¿Que opina usted, sobre la alimentación inadecuada y la consecuencia que traería en el aprovechamiento del aprendizaje?.

R: Considero que los perjudica mucho y no aprovechan sus clases además se notan descreídos, aquí en la comunidad hay muchos de esos niños.

6.- ¿Le parecería funcional que se lleve a cabo un proyecto de desayunos escolares en esta institución educativa?.

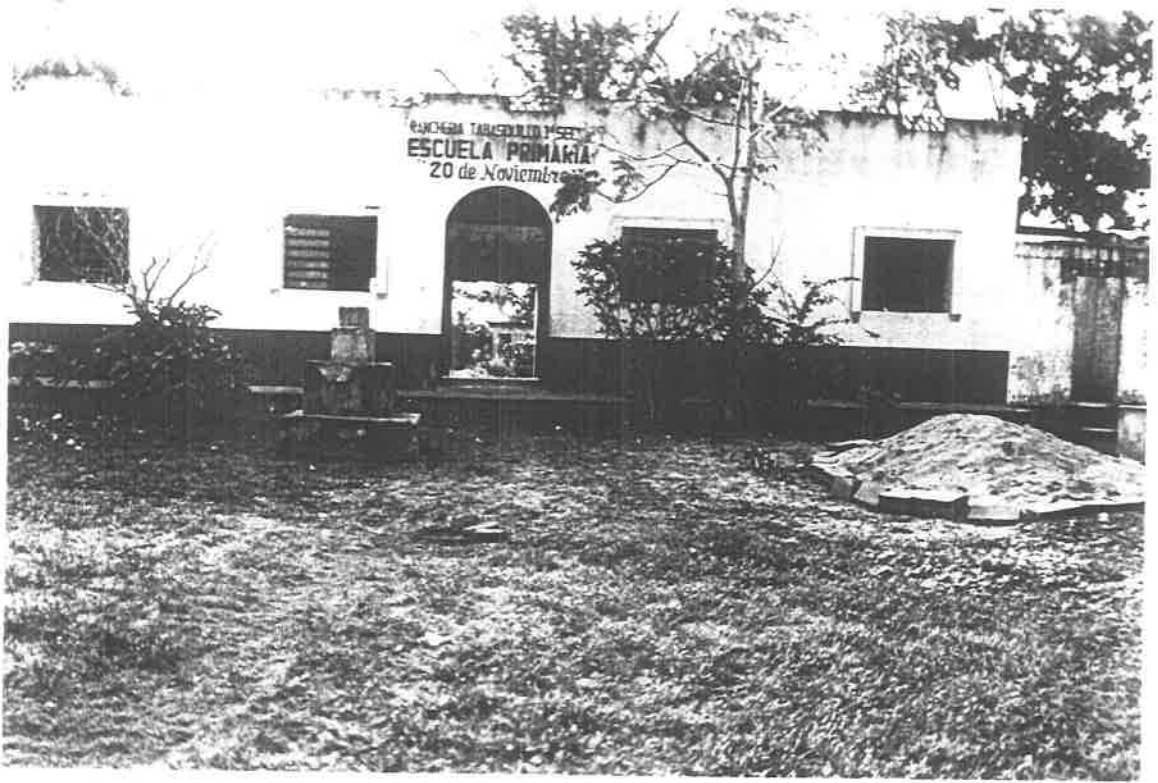
R: Estoy totalmente de acuerdo, porque así a lo mejor los niños asisten completamente a sus estudios.

7.- ¿Que apoyo aportaría usted para la realización de este proyecto?.

R: Mi cooperación Económica, personal si Usted gusta, Mano de obra en la preparación de alimentos por parte de mi señora, Estoy en la mejor disposición.

RANCHERIA: Tobasquillo 1ª Sección NOMBRE DEL ENTREVISTADOR: ISRAEL

MELCHOR OSORIO



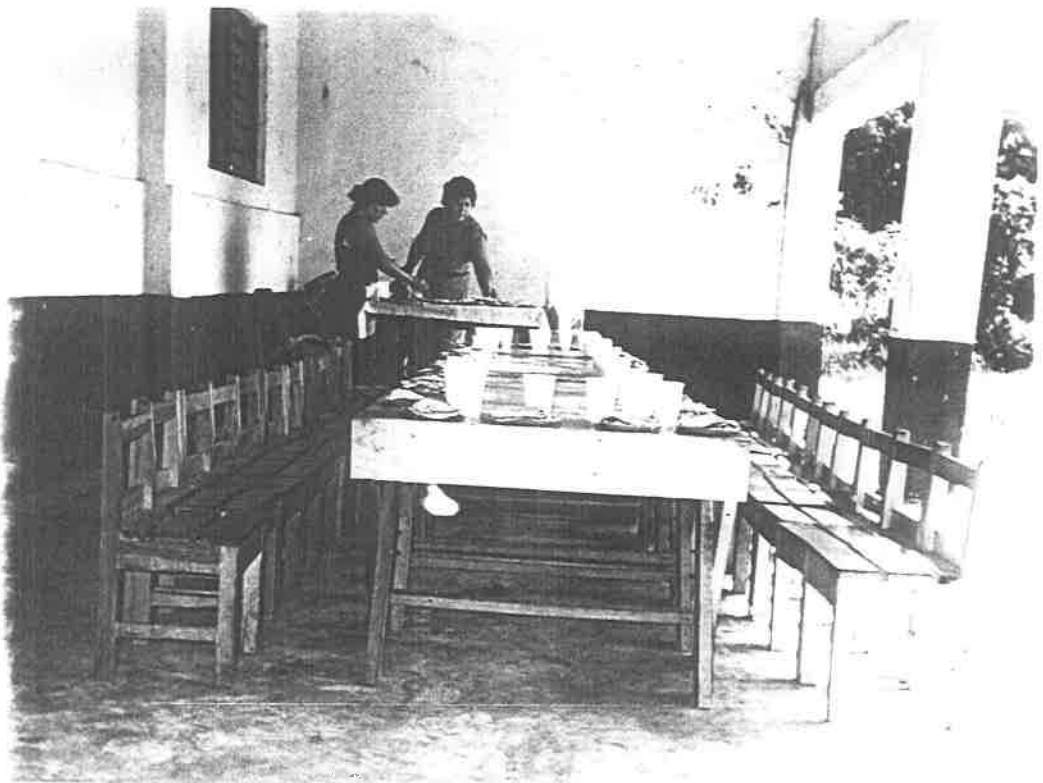
Estructura del edificio escolar "Veinte de Noviembre".



Participación en grupo sobre un tema.



Padres firmando convenio de cooperación hacia el proyecto.



Madres sirviendo la mesa de los desayunos escolares.



El médico general y la enfermera que apoyaron el proyecto.



Madres de familia friendo el pescado.



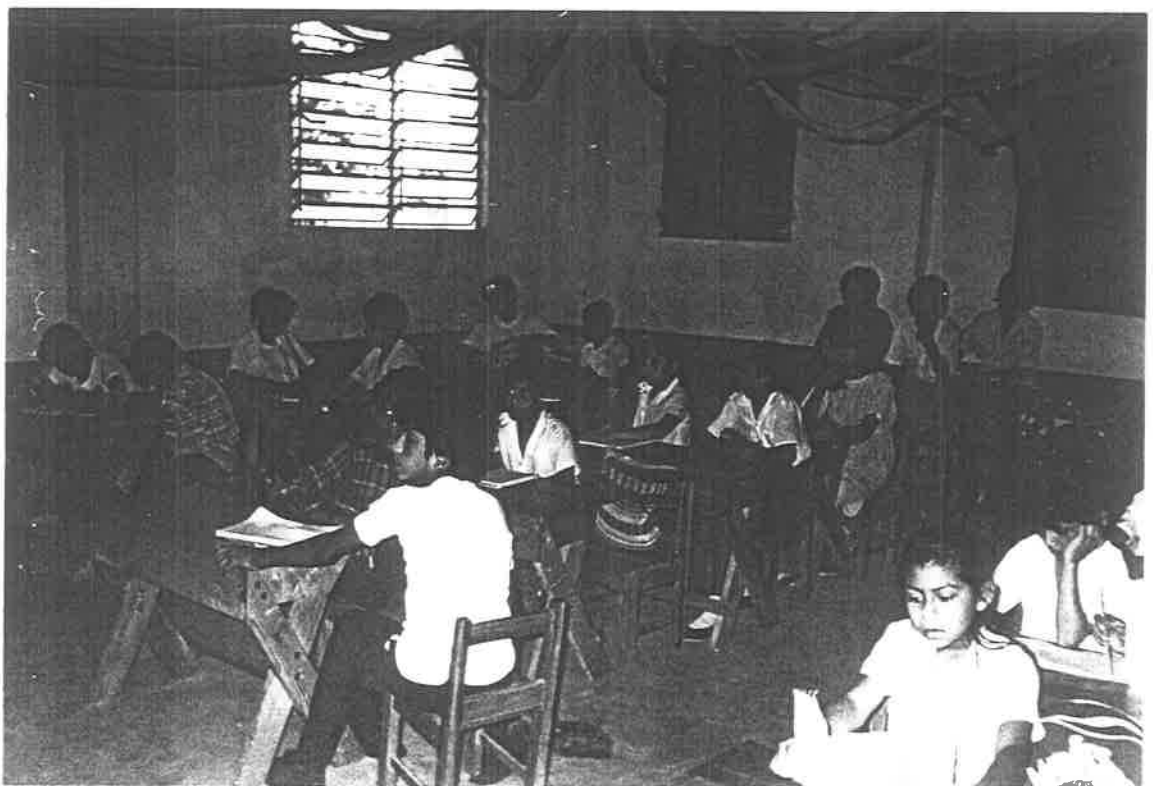
Maestro y alumnos consumiendo su ración alimenticia.



Maestro informando a los padres sobre el avance de la propuesta.



Padres en reunión recibiendo información sobre el proyecto.



Alumnos de 4o. a 6o. grado realizando sus tareas escolares.



Madre de familia observando a los alumnos.



Alumno recibiendo la atención del odontólogo.





Alumnas colaborando para servir los desayunos escolares.



Alumnos consumiendo su ración alimenticia.



Alumnos de 4o. a 6o. grado, que intervinieron frecuentemente.



Alumnos participando en el tema de la nutrición.



Maestra observando a sus alumnos de 1o., 2o. y 3o. grado.



Alumnos en uno de los desayunos en forma general.



Alumnos participando en convivio de posada.



Desarrollo de actividades deportivas de los alumnos.