

UNIDAD
SEAD
123

UN
PN

UNIVERSIDAD
PEDAGOGICA
NACIONAL

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA

LA ALIMENTACION DEL NIÑO ESCOLAR

INVESTIGACION DEL CAMPO
Que para obtener el título de
Licenciado en Educación Primaria

PRESENTAN:

María Silvia Irene Alvarez Tenorio 474

Julia Brito Hernández

Generosa Ovispo Jiménez

Yolanda Reyes Estrada

Edilberto Vázquez García.



Iguala, Gro., 1981.

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

IGUALA, GRO., a 21 de NOVIEMBRE de 19 80

C. Profr. (a) MA. SILVIA IRENE ALVAREZ TENORIO.
Presente (nombre del egresado)

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes --
Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titula-
ción alternativa INVESTIGACION DE CAMPO
titulado " LA ALIMENTACION DEL NINO ESCOLAR"
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



PROFRA. MA. DE LA LUZ ZAMILPA DE FIGUEROA.

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

IGUALA, GRO., a 21 de NOVIEMBRE de 1980

C. Profr. (a) JULIA BRITO HERNANDEZ.
Presente (nombre del egresado)

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes --
Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titula-
ción alternativa INVESTIGACION DE CAMPO
titulado " LA ALIMENTACION DEL NIÑO ESCOLAR"
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

S. E. P.
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL
El Presidente de la Comisión
UNIDAD SEAD
1980

PROFRA. MA. DE LA LUZ ZAMILPA DE FIGUEROA.

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

IGUALA , GRO. , a 21 de NOVIEMBRE de 1980

C. Profr. (a) GENEROSA OBISPO JIMENEZ.
Presente (nombre del egresado)

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes --
Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titula-
ción alternativa INVESTIGACION DE CAMPO
titulado " LA ALIMENTACION DEL NIÑO ESCOLAR"
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

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD DE AP

IGUALA



PROFRA. MA. DE LA LUZ ZAMILPA DE FIGUEROA.

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

IGUALA, GRO., a 21 de NOVIEMBRE de 19 80

C. Profr. (a) YOLANDA REYES ESTRADA.

Presente

(nombre del egresado)

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes --
Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titula-
ción alternativa INVESTIGACION DE CAMPO
titulado " LA ALIMENTACION DEL NIÑO ESCOLAR "
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

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

UNIDAD Presidente de la Comisión

1980.



PROFRA. M. DE LA LUZ ZAMILPA DE FIGUEROA.

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

IGUALA, GRO., a 21 de NOVIEMBRE de 1980

C. Profr. (a) EDILBERTO VAZQUEZ GARCIA.
Presente (nombre del egresado)

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes --
Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titula-
ción alternativa INVESTIGACION DE CAMPO
titulado " LA ALIMENTACION DEL NINO ESCOLAR"
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

S. M. P.

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL Presidente de la Comisión
UNIDAD SEAD
IGUALA



PROFRA. MA. DE LA LUZ ZAMILPA DE FIGUEROA.

D E D I C A T O R I A .

A NUESTROS SERES QUERIDOS:

Con amor, ternura y respeto.

A NUESTROS MAESTROS:

Con agradecimiento.

A NUESTROS COMPAÑEROS:

Con estimación.

SILVIA, GENEROSA, JULIA, YOLANDA

Y

EDILBERTO

INDICE GENERAL.

CAPITULO PRIMERO	Pág.
Problema.	7
Hipótesis.	7
Objetivos.	7
CAPITULO SEGUNDO	
Concepto de alimentación.	9
Proteínas.	11
Vitaminas y Minerales.	13
Glúcidos y Lípidos.	16
Alimentación Balanceada.	18
Alimentación a Pre-escolares.	19
Alimentación a escolares.	20
Alimentación deficiente.	22
Problemas de alimentación	23
Papel que desempeñan los maestros en la ali- mentación de sus alumnos.	25
Los Programas de Educación Primaria.	27
CAPITULO TERCERO	
Lugares en donde se realizó la investigación- de campo.	31
Organización del equipo y del trabajo de cam- po.	42
Cuestionarios y entrevistas.	43
Forma en que se aplicaron los cuestionarios - y entrevistas.	44
Resultados que se obtuvieron en los cuestionar rios y entrevistas.	46
Probación y disprobación de la Hipótesis.	50

	Pág.
Conclusiones.	51
Bibliografía.	53
ANEXOS.	
Cuestionario para los alumnos.	I
Cuestionario para los maestros.	III
Entrevista para los padres de familia. ..	VI
Tabulación de los cuestionarios y entre-- vistas.	VIII
Gráficas.	XI

P R O L O G O.

Con el deseo de superación llegamos a formar -- parte de los estudios de licenciatura en educación -- preescolar y primaria y a través de los conocimien-- tos que día a día adquirimos, despertaron en noso-- tros innumerables inquietudes, que al contacto con -- nuestros pequeños y con anhelo de mejorarlos, nos -- lleva a investigar el porqué de muchos problemas y -- de innumerables deficiencias que nos afectaban fue-- ron descubiertas y nos ayudaron a mejorar nuestra la-- bor educativa.

Ahora que es menester presentar un trabajo para llegar a la culminación de nuestros estudios, hemos escogido el que para nosotros llama más la atención-- por su manifestación tan amplia y de consecuencias-- alarmantes.

Las fuentes documentales que nos fue posible -- utilizar y en los campos mismos donde tiene lugar -- ese fatídico fenómeno que conocemos como DESNUTRI-- CION INFANTIL y que como sabemos tiene consecuencias físicas, fisiológicas y psicológicas en los niños -- que tienen la desgracia de sufrirla.

Esperamos que lo que nosotros concluimos les -- sirva a los lectores para mejorar la misión que nos-- hemos encomendado, o si no que despierte el deseo de ahondar y ampliar lo que nosotros iniciamos.

Nuestro trabajo que a continuación exponemos -- trata de la culminación de experiencias y satisfac-- ciones recibidas en los años de servicio, ha sido ela borado con niños en condiciones normales, con esto --

queremos decir que ningún enfermo mental fue motivo de nuestro estudio.

Lo hemos enfocado a diferentes medios tanto rural como urbano ya que el problema de desnutrición afecta a ambos y está estructurado de tal manera que sea de fácil acceso a su contenido; contenido que -- permite apreciar dos amplios panoramas diametralmente opuestos pero que debemos a la vez considerar a la par; por un lado el de una alimentación balanceada para preescolares y escolares, basada en el consumo de los nutrientes más conocidos como lo son las proteínas, vitaminas, minerales y caloríficos enunciando sus clasificaciones el papel que desempeñan en la nutrición, las diferentes fuentes donde pueden ser obtenidos etc., y por otro los desastres que causa en la población preescolar y escolar la privación en la alimentación de los nutrientes antes mencionados.

Por último una investigación de campo para corroborar y comprobar lo que se expuso en teoría. El campo elegido para este estudio fue la parte Norte del Estado de Guerrero, que es el radio de acción de los miembros integrantes del equipo.

Presentando ante la fina consideración de tan respetable jurado para que tenga a bien señalarnos las correcciones que sean necesarias que nosotros enmendaremos con gusto; el tema que elegimos lo titulamos: "La alimentación deficiente" que ha llamado tanto nuestra atención por la trascendencia tan importante que tiene en los educandos a nivel primario y que ha sido el motivo de la elaboración de varios in

terrogantes; canalizando nuestro trabajo a través de una pregunta: ¿Será la alimentación deficiente causa de un bajo rendimiento en el aprendizaje de los escolares?.

Todo este trabajo hasta aquí canalizado nos llevó a formular la siguiente Hipótesis: Una alimentación deficiente es generalmente causa de un bajo rendimiento en el aprendizaje de los alumnos. Esto nos conduce a un arduo trabajo que realizamos con empeño para probar o disprobar dicha hipótesis y a la vez - es una experiencia más que nos ha ayudado a seguir - nuestra tarea que nos hemos propuesto desarrollar en los padres de familia, así como también en los niños que tanto han sufrido ya sea por falta de recursos - económicos o por falta de orientación a sus padres.

Estas respuestas las obtuvimos llevando a cabo - encuestas, cuestionarios, observaciones e interpretaciones, siendo así como esta investigación que a continuación encontrarán dará la pauta a seguir porque - como conductores u orientadores de la niñez y por la cual nos interesamos más y más buscando el cambio de superación en ellos que serán los que formarán el México del mañana.

C A P I T U L O P R I M E R O

P R O B L E M A S.

H I P O T E S I S.

O B J E T I V O S.

PROBLEMA: ¿Será la alimentación deficiente causa de un bajo rendimiento en el aprendizaje de los escolares en la parte norte del estado de Guerrero?

VARIANTE INDEPENDIENTE: (causa) La alimentación deficiente.

VARIANTE DEPENDIENTE: (efecto) Bajo rendimiento.

HIPOTESIS: Una alimentación deficiente generalmente causa un bajo rendimiento en el aprendizaje de los escolares en la parte norte del estado de Guerrero.

O B J E T I V O S.

- 1.-Conocer los problemas de alimentación que existen en los escolares.
- 2.-Saber qué hacen los maestros para que mejore la alimentación de sus alumnos.
- 3.-Conocer los problemas que presentan los niños en el aprendizaje por causa de una alimentación deficiente.
- 4.-Buscar soluciones para mejorar la alimentación deficiente en los escolares.
- 5.-Saber qué hacen los padres por la alimentación de sus hijos.
- 6.-Entender los problemas de alimentación que tienen los escolares.

C A P I T U L O S E G U N D O .**TEORIA SOBRE LA ALIMENTACION****Y****LAS DEFICIENCIAS EN LA ALIMENTACION.**

Aquí se incluyen los conceptos de alimentación y toda la teoría referente a los nutrientes.

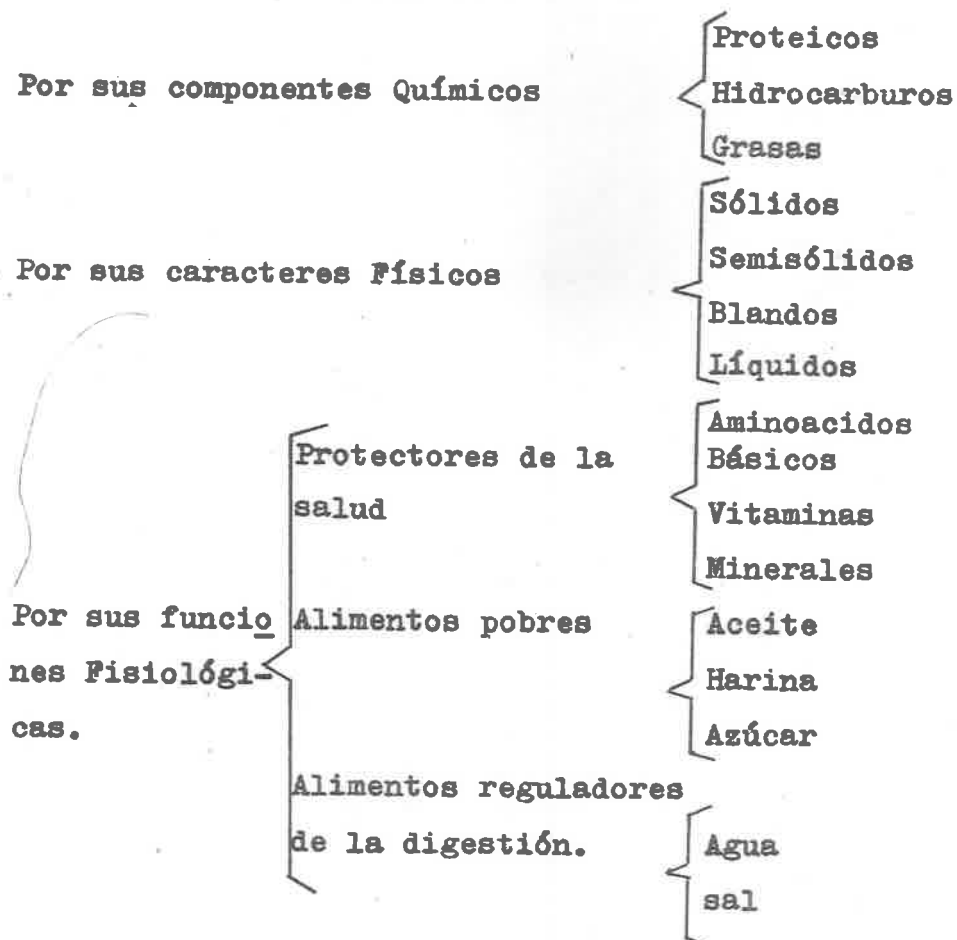
Una parte muy especial es incluir los problemas de alimentación y lo que se relaciona con la educación.

A L I M E N T A C I O N

ALIMENTACION.-Es una función mediante la cual -- los organismos por medio de los alimentos reponen -- las energías y materiales que han perdido.

Podemos decir que alimentación es el conjunto -- de víveres o alimentos simples o modificados por la- industria, que se emplean para satisfacer el hambre- o la sed, por la acción que tienen sus componentes -- específicos sobre la digestión, metabolismo y excre- ción.


Los alimentos de acuerdo a sus características- y funciones se clasifican así:



Todos los seres vivos: animales y vegetales, necesitan alimentarse para subsistir. Los jóvenes que todavía están creciendo necesitan los alimentos que aportan los materiales necesarios para el desarrollo de los huesos, músculos y órganos en general.

Así es fácil comprender porque en las poblaciones cuya alimentación es pobre, los hombres tienen menor talla y son más débiles que los que viven en poblaciones donde su alimentación es variada y balanceada.

Los alimentos desempeñan en el organismo una -- función comparable a la que desempeñan los materia-- les de construcción de edificios, puesto que dan la forma al cuerpo y a los órganos les constituye su -- estructura, a esta función se le denomina "papel -- plástico" de los alimentos, los cuales tiene otra -- función tan o más importante que la primera, la energética, como la misma palabra lo dice proporciona -- energía.



PROTEINAS

Las proteínas son sustancias nitrogenadas de constitución muy compleja que contienen siempre carbono, hidrógenos y oxígeno en compuestos llamados hidrocarburos; que constituyen esencialmente las células vivas de las plantas y animales.

Las proteínas son esenciales para la alimentación de los seres humanos, ya que son indispensables para el crecimiento y la salud.

Las proteínas contienen varias combinaciones de los 20 aminoácidos naturales que se consideran, 10 de ellos son los más importantes para los seres humanos. La arginina y la histiadina son importantes para el crecimiento de los niños.

Las proteínas se clasifican:

Por su origen { Proteína animal
Proteína vegetal

Por los aminoácidos que contienen.	{	1.-Albúminas	{	Leche
				Carne
				Huevo
		2.-Globulina	{	Sangre
				Leguminosas
				Grupos
		Celulares		
		3.-Histomas	{	Arenque
				Salmon
				Esturión
		4.-Prolaminas	{	Cálagenos
				Faneros
		5.-Escleroproteínas	{	Cereales
		6.-Prolaminas y Gluteminas.		

Los aminoácidos que están contenidos en los alimentos en cantidad suficiente para los organismos -- son llamados "Alimentos Completos" o que tienen "Proteínas Completas" como: la leche, el huevo, la carne y el pescado.

El organismo del niño necesita de 30 a 50 gr. - de proteínas y los adultos 60 gr. de proteína.

Proteínas: sustancia orgánica llamada también - Prótidos o Albuminoides, de gran magnitud molecular- fundamentalmente en los organismos animal y vegetal- en cuyas propiedades químicas y físico-químico pecu- liares se basan en gran parte los fenómenos fisioló- gicos de la vida.

Contienen siempre carbono, hidrógeno, oxígeno y nitrógeno; con frecuencia azufre y a veces fósforo, - hierro y otros elementos. Están constituidos de mu- chas moléculas de aminoácidos.

Los aminoácidos que se recobran de la hidrólí- sis de las proteínas de la dieta, se usan para la -- síntesis de las proteínas del cuerpo, o son cataboli- zados para producir energía.

Los requerimientos de energía del cuerpo tienen prioridad, de manera que el catabolismo puede exce- der al anabolismo, lo que cuenta para la interdepen- dencia de los requerimientos de aminoácidos y el su- ministro de energía.

VITAMINAS Y MINERALES.

LAS VITAMINAS.-Su nombre se deriva de la palabra Vita-vida y Amina-Substancia Química que se creía formaba parte de todas ellas. Hoy se sabe que hay vitaminas que se derivan de las aminas; su nombre -- nos indica que no se puede vivir sin ellas.

Las vitaminas son tan necesarias como el agua, las proteínas, las grasas, los carbohidratos y los minerales.

A las vitaminas se les denomina por letras del abecedario: A, B, C, D, E, etc. pero con los descubrimientos de su contenido químico han hecho que se les adjudiquen nombres de acuerdo con su contenido: Tiamina, riboflavina etc.

El siguiente cuadro nos expresa las vitaminas, enfermedades que provoca su falta y en que alimentos se hallan.

VITAMINAS	SE ENCUENTRA	FALTA
A	huevo hígado de res mantequilla lechuga espinaca zanahoria aceite de hígado de pescado.	trastornos de ojo. ceguera nocturna trastornos en el crecimiento.
B	extracto de levadura levadura germen de arroz mariscos	trastornos nerviosos trastornos cardíacos polineuritis, beriberi, calambres.

C	frutas cítricas papaya coliflor remolachas	infecciones escorbuto difteria gripe, asma
D	yema de huevo sardinas salmón	descalcificación caries raquitismo alergia.
E	germen de trigo semilla de trigo coles, lechugas berro, yema de huevo, carne verduras secas	esterilidad
K	espinacas, guisan- tes, coliflor hígado de vaca.	falta de coagula- ción sanguínea hemorragias.
PP	levadura de cerveza cacahuates almendras, hígado ternera, riñones de ternera.	trastornos psíqui- cos, cansancio adelgazamiento.

LAS VITAMINAS SON NECESARIAS.

Primero: Para el proceso normal de la nutrición

Segundo: Tienen íntima relación en el funciona-
miento de las hormonas.

Tercero: Regulan el funcionamiento de la glándu
la tiroides y paratiroides.

Cuarto: Para conservar la salud.

Los minerales son: el agua, el hierro, el cal-
cio y yodo; y los ingerimos dentro de los alimentos-

que a su vez lo toman del agua, del aire y de los --
terrenos.

El Hierro.--Se encuentra en las carnes de los --
animales y vegetales y su carencia provoca anemia.

El Calcio y el Fósforo.--Lo encontramos en los --
huevos y leche y su carestía provoca caries y poca --
consistencia en los huesos.

El Yodo.--Llega a nosotros en el agua que bebe--
mos, en el pescado marino y en la sal su falta provoca
inflamación de la tiroides a esto se le llama bo-
cio.

La sal es necesaria para la vida pues entra en-
la composición de todos los tejidos de nuestro cuer-
po y regula los intercambios celulares.

El agua es muy importante porque interviene en-
todas las reacciones químicas de los seres vivos 70%
del cuerpo es agua con sus variedades de acuerdo con
sus necesidades.

Así para la correcta irrigación de sangre en el
organismo principalmente en el cerebro.

LIPIDOS Y GLUCIDOS

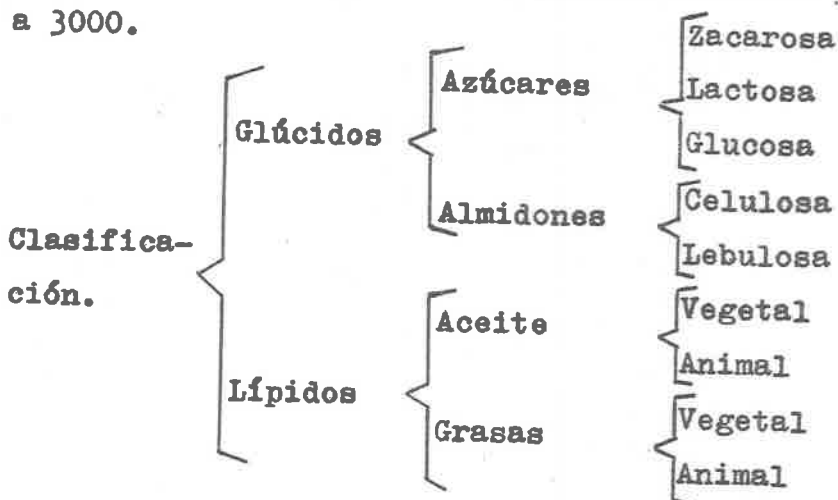
Grasas, Almidones, Azúcares, (caloríficos).

LOS GLUCIDOS.-Son sustancias orgánicas formadas por carbono, oxígeno e hidrógeno.

LOS LIPIDOS.-Son las grasas y los aceites.

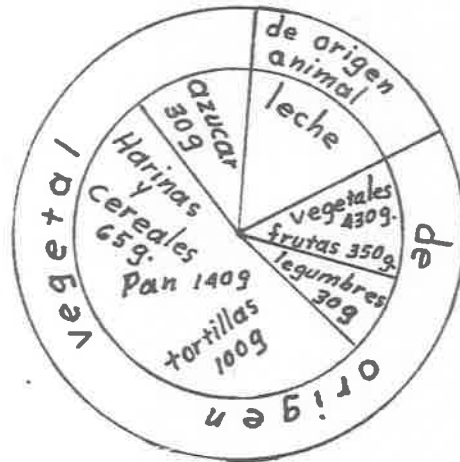
Estos producen calorías al organismo o sea la energía necesaria para poder trabajar y mantener el cuerpo a temperatura constante.

La energía que cada alimento proporciona se mide en kilocalorías, y estas son el número de calorías que contienen 100 gramos de alimentos. La cantidad de kilocalorías que uno puede necesitar de 2500- a 3000.



Los alimentos ricos en glúcidos son: plátano, - para, trigo, maíz, cereales y manzana.

GLUCIDOS



Los alimentos que contienen lípidos son mantequilla, crema, aceite, vegetales como ajonjolí, oliva, algodón, cacahuate, coco y girasol; la carne de cerdo, aguacates, nueces, semillas de calabaza.

FUENTES:

Proporciones en el Régimen Normal.

Leche.....	18	Cereales derivados....	45
Carne, huevo, leguminosa...	29	Aceite, crema y mantequilla.....	6
Frutas y vegetales... ..	2	Azúcar, soluble.....	0
	49%		51%

Alimentos ricos en Lípidos:

a).-Crema y mantequilla: La crema ligera y delgada no es ácida, tiene 20% de grasas. La crema espesa es ácida, tiene 40% de grasas. La mantequilla tiene el 80% de grasas.

b).-Aceites vegetales: Aceite de ajonjolí, olivo, algodón, cacahuate, coco, girasol.

c).-Otros: Leche, carne de cerdo, guajolote, pato, aguacate, nueces, semillas de calabaza.

A L I M E N T A C I O N B A L A N C E A D A .

LA ALIMENTACION BALANCEADA.-Es aquella que tiene cantidades suficientes de Nutrición para el normal desarrollo, crecimiento y fortaleza del hombre.- Esta alimentación debe tener calorías, proteínas, -- aminoácidos, vitaminas y minerales.

Una condición importantísima que debe llenar el alimento es que sea digerible.

Los requisitos para que una alimentación esté balanceada son:

- a).-Que su valor calorífico se adapte al sexo, edad, ambiente, duración e intensidad del trabajo.
- b).-Que contenga proteínas completas, grasas hidratos de carbono, vitaminas y minerales que componen los gastos orgánicos.
- c).-Que esté equilibrada en los elementos nutritivos de acuerdo con las necesidades de equilibrio en su composición química de los tejidos y actividades del organismo humano.
- d).-Adecuada al estado de salud, de enfermedad, al ambiente, a los hábitos generales y a las condiciones económicas.

En Resumen la alimentación debe ser:

- a).-Completa y armónica.
- b).-Adecuada.
- c).-Suficiente.

ALIMENTACION ESCOLAR.

Ahora bien, atendiendo a lo anterior veamos que tipo de alimentación necesita un pre-escolar cuya edad comprende de los 4 a los 6 años; será adecuada a su edad, a su capacidad digestiva (que aún no es normal), a su aumento de peso y talla, por lo tanto los requerimientos nutritivos siguen siendo altos -- pero menores a los de la primera infancia. Como veremos las calorías necesarias son: 80 kilocalorías por kilogramo de peso del cuerpo (1600 kilocalorías diarias), algo más de 2.6 gramos de proteínas, por kilogramo de peso y cantidades muy altas de calcio y vitaminas celulosa y picantes.

En esta alimentación deben figurar alimentos: - vegetales, frutas, leche, carnes diversas y huevos.

Alimentos	Gramos
Leche.....	500
Huevo.....	50 (un huevo).
Carne.....	50
Plátano.....	100
Manzana.....	100
Verduras.....	50
Papas.....	50
Mantequilla.....	15
Aceite o grasa.....	15
Cereales.....	50
Leguminosas.....	25
Pan.....	90
Azúcar.....	35
Mermelada.....	40

ALIMENTACION A ESCOLARES.

La edad decisiva de escolares comprende de los 6 a 12 años es la etapa para que el niño pueda lograr un crecimiento óptimo, un desarrollo físico armónico y mental con mayor capacidad para el trabajo y el aprendizaje y una buena salud.

Para los niños de 6 a 9 años que consumen de 2000 calorías, 35 a 40 gramos de proteínas gran cantidad de vitaminas y minerales por lo tanto su dieta debe figurar principalmente en: carnes variadas, leche, lentejas y frutas.

La dieta normal de un niño de 7 a 9 años sería:

Leche.....	500	gramos
Huevo.....	50	"
Carne.....	100	"
Fruta.....	20	"
Plátano.....	100	"
Papas.....	5	"
Mantequilla.....	25	"
Manzana.....	100	"
Cacahuete.....	1	"
Aceite.....	25	"
Cereales.....	50	"
Leguminosa.....	25	"
Azúcar.....	35	"
Mermelada.....	40	"
Chile.....	10	

Para los niños de 10 a 12 años y mujeres de 13 a 15 años consumen de 2500 calorías y 60 kg. de proteínas su dieta debe estar formada principalmente por leche, huevos, carnes, harinas, frijoles, lente-

jas, fruta y cereales.

De los 12 a los 15 años los requerimientos nutritivos son mayores ya que se encuentra en la etapa donde el aumento de talla y de peso es acelerado, -- existe mayor capacidad de las glándulas internas, -- que van a aumentar el metabolismo.

Además de las actividades físicas como deportes y juegos son más intensos.

ALIMENTACION DEFICIENTE.

Alimentación Deficiente.- Se refiere a las fallas que la alimentación presenta cuando llega el momento de proporcionar los nutrientes necesarios para el desarrollo y funcionamiento del organismo; resulta que son insuficientes o que se ha ingerido mayor parte de proteínas y una parte casi nula de grasas o al contrario etc.

PRE-ESCOLAR.

Cuando el niño abandona su fuente de alimentación materna, queda expuesto a los regímenes deficientes, comienza a presentarse estados de avitaminosis y otras manifestaciones carenciales. No teniendo todavía la alimentación completa del adulto, no come chile, ni carne, ni verduras en cantidades; por su capacidad digestiva que aún no es completa. Y a pesar de ello las cantidades de leche, huevos y frutas no son suficientes. Pasa esta época de entrenamiento y adaptación; a la etapa escolar con cuadros carenciales como: parasitosis, que acentúa los trastornos patológicos, desnutrición y anemias. Como una medida de emergencia se debe rehabilitar tomando gran cantidad de proteínas de origen animal y vegetal.

* ESCOLAR.

Cuando el niño se encuentra en el seno de una familia, cuya alimentación es muy raquítica y llega a la edad escolar, deja su etapa de "hambre angustiada" y se provee el mismo de alimentos como: hierbas, dulces, tubérculos, frutas, chile, etc. que llegan a proteger por su contenido de vitaminas de las grandes manifestaciones carenciales y de las enfermedades

des graves. Pero esto no cubre sus necesidades caloríficas energéticas y por eso se duermen en la escuela y su aprendizaje no es satisfactorio, sino, más bien, bajo.

↓ PROBLEMAS DE ALIMENTACION.

Existen problemas de alimentación deficiente en los medios rurales, urbano, sub-urbano y clases pobres, medias y ricas.

En los medios rural y sub-urbano sobresalen -- tres aspectos en la economía alimenticia.

1.-Escasa capacidad para adquirir alimentos nutricionales valiosos.

2.-Falta de métodos agrícolas, tierras cultivables y por lo tanto baja producción de alimentos.

3.-La pobre producción industrial, que hace sus productos de alto valor nutritivo que se ponen fuera del alcance de la economía familiar de escasos recursos.

Por otra parte la incultura de algunas madres -- que no saben qué alimentos son necesarios para sus hijos y además al alcance de su economía como: pescado, víceras, conejo, vegetales: como la soya, garbanzo, frutas y legumbres y solo les dan a sus hijos -- platillos costumbristas: caldo de frijol, sopa, tortilla, atole sin leche y pan.

En la dieta de la clase media se ha notado que también es desequilibrada porque predominan los carbohidratos y son pocas las proteínas y las grasas. Esta se compone de: sopas, pan, tortillas, atoles, -- plátanos y dulces; la leche que toman es muy poca -- como: carne, huevos, mantequilla verduras y frutas.

Si se analizan las clases económicamente ricas-- su problema es parecido, pero en este caso el niño -- se alimenta más de glúcidos y pequeñas cantidades de pectéinas y de grasas. Su dieta consiste en: golosinas, pasteles, refrescos gaseosos, mermeladas y helados, despreciando los alimentos básicos.

Como ya hemos mencionado la alimentación deficiente provoca las manifestaciones carenciales que en su generalidad son: desnutrición y anemias, avitaminosis.

× Desnutrición es causa de la falta de alimentos, y los daños que causa el exceso de ellos.

× La desnutrición es producto de una deficiencia-proteica muy severa a pesar de que se ingiera un número suficiente de calorías; se caracteriza por el retraso en el crecimiento y desarrollo, apatía, anorexia, endema, despigmentación de la piel y anemia.

El tratamiento se lleva a cabo con una dieta balanceada de alto nivel proteico y el suplemento vitamínico adecuado.

La anemia.--Se establece cuando los glóbulos rojos son menores que los blancos en la sangre; es una manifestación de otros padecimientos como la desnutrición, pérdida de hierro o pérdida de sangre.

Avitaminosis.--Se presenta por la falta de vitaminas, es frecuente en los niños que su alimentación es deficiente en muchos aspectos o a la carencia de una sola vitamina.

* PAPEL QUE DESEMPEÑAN LOS MAESTROS EN LA
ALIMENTACION DE SUS ALUMNOS.

Después de haber hecho un somero estudio de lo que es la alimentación y el papel tan importante que representa en el aprendizaje, nos vemos en la necesidad de contestarnos la pregunta inquietante que salta a nuestra mente y que es la siguiente:

¿QUE HACEN LOS MAESTROS PARA QUE LA ALIMENTACION DE SUS ALUMNOS MEJORE?

Naturalmente que la contestación no podría ser que los maestros se pongan a repartir alimentos a sus alumnos, pero sí hay otros medios de los que se puede valer para lograr en parte dicha finalidad, uno de esos medios son los temas y objetivos que marca el Programa de Educación Primaria así como realizar las actividades e investigaciones sobre la alimentación con sus alumnos.

Se puede realizar con los padres de familia reuniones para orientarlos acerca de lo que es una alimentación balanceada y que además esté al alcance de sus recursos económicos.

Otra actividad sería reunir a las madres de familia para enseñarles e intercambiar las diversas formas de preparar los alimentos y así hacerles despertar el apetito de sus hijos; podría también darles a conocer alimentos nutritivos y poco conocidos.

Por medio de una investigación dentro del grupo se podría conocer la base de su alimentación y sacar deducciones sobre la importancia de ingerir alimentos variados y en cantidad suficiente.

Hacer conciencia en los padres de familia que al ni-

no hay que alimentarlo antes de asistir a sus clases así mismo evitar la adquisición de golosinas en la calle o en la misma escuela, que en lugar de beneficiarlos los perjudica pues contraen infecciones estomacales y que por su consecuencia les resta el apetito al tomar sus alimentos en el horario correspondiente; restándole aprovechamiento en el aprendizaje

Otra de las formas en que el magisterio debe influir para mejorar la alimentación de los educandos, es ponerse en contacto con las distintas dependencias de la S.S.A. con la finalidad de que el personal que labora en la misma, dé orientación a las madres de familia, de cómo deben actuar en la preparación de los alimentos de sus hijos, no importando el precio de los mismos, ya que un método bien dosificado en su administración puede ser aprovechado por todos los niños no importando el medio en que se encuentren, considerando éste rural o urbano. Creemos que los maestros uniendo sus esfuerzos con dicha dependencia de bienestar social, hemos de lograr algunos de los objetivos que nos tiene preocupados para mejorar la alimentación y que el niño en edad escolar obtenga un mejor aprovechamiento en sus actividades diarias.

LOS PROGRAMAS DE EDUCACION PRIMARIA Y LA ALIMENTACION.

Después de un somero estudio de los programas de educación primaria y analizando e intercambiando experiencias obtenidas a través de los años de servicio, se llegó a las siguientes conclusiones:

Los programas de educación primaria trataban los temas de la alimentación como una información y estaban ausentes de prácticas, ya que el alumno era considerado solamente un receptor y el maestro hacía el papel de informador; por lo tanto el alumno solo tenía información de qué alimentos eran nutritivos y que éstos tenían vitaminas, minerales y proteínas, que era necesario tener una alimentación balanceada y comer tres veces al día; todo esto iba acompañado por normas de Urbanidad y reglas de higiene.

En la Reforma educativa de 1960; se empeñó en hacer la educación más práctica y decían que "El niño aprendía haciendo", en la lista de áreas de estudio se colocó en primer término: LA PROTECCION DE LA SALUD Y MEJORAMIENTO DEL VIGOR FISICO, que en una de sus sub-áreas llamada: LA HIGIENE DE LA NUTRICION, se trataban temas que hablaban de la importancia de la alimentación y la respiración, la nutrición y la higiene de la preparación de los alimentos y al servir la mesa, el conocimiento de los alimentos según su origen vegetal, animal o mineral, la alimentación equilibrada con contenidos nutritivos, el establecimiento de los refrigerios escolares para mejorar la alimentación de los alumnos, los alimentos nutritivos poco conocidos como la soya y su preparación.

En el año de 1970 hubo otro cambio en los programas de educación primaria y en el área de Ciencias Naturales contenía una unidad de trabajo llamada: ALIMENTO, con objetivos específicos tales como:-- Distinguir el origen vegetal y animal de los alimentos, conocer las formas de elaboración y conservación de los principales alimentos, practicar las formas higiénicas de la alimentación y practicar normas sociales a la hora de comer.

Sugiere actividades de investigación, de recolección, de ilustraciones de alimentos, diálogos, visitas a mercados, empacadoras, panaderías y otros -- centros; exposiciones de guisos, comentarios, elaboración de alimentos y demostraciones.

En el año de 1977, se dotó a cada maestro de -- programas y auxiliares didácticos que tenían como -- área de trabajo las Ciencias Naturales, y en ésta se marcaban unidades de trabajo que trataban de los alimentos blandos, de la función de las grasas, vitaminas, proteínas y minerales; como la manera de conservar algunos alimentos (en forma práctica), y la elaboración de cuadros de alimentos que tengan los suficientes ingredientes para hacer una alimentación balanceada y además a bajo costo.

Otra área que trataba de los alimentos en este mismo programa era la de actividades TECNOLOGICAS -- que incluía actividades de investigación, colección y preparación de recetas alimenticias; así como la -- sugerencia de establecer granjas conejeras y avícolas. En la actualidad los programas de educación primaria son semejantes a los de 1977, con unas ligeras

reformas en los grados de SEGUNDO a SEXTO y una reestructuración mayor en el PRIMER grado, que aún no es totalmente conocida.

Como se puede observar la Educación Primaria en México, en todos sus programas ha dado una importancia relevante al tema de la alimentación, sus problemas, su adquisición, su preparación y sus normas higiénicas.

Y ha tratado de dar solución y ayuda por medio de información, enseñanza práctica, implantación de refrigerios y desayunos escolares; formación de granjas y parcelas.

CAPITULO TERCERO

TRABAJO DE CAMPO.

TRABAJO DE CAMPO SOBRE LA ALIMENTACION DEFICIENTE.

En este capítulo se incluirán las investigaciones de campo que el equipo realizó.

Estará constituido por: los cuestionarios, entrevistas, observaciones y encuestas motivo de nuestro estudio.

También los resultados obtenidos de ellas, como: frecuencias, interpretaciones y gráficas.

Estas nos llevarán más tarde a una conclusión de probación o disprobación de la hipótesis formulada.

LUGARES EN LOS QUE SE REALIZO LA INVESTIGACION-
DE CAMPO, SOBRE LA ALIMENTACION DE LOS NIÑOS EN EDAD
ESCOLAR.

La investigación de campo sobre la alimentación de los escolares se realizó en: La Zona Norte del Estado de Guerrero, comprendiendo los Municipios de -- Taxco, Teloloapan, Huitzucó e Iguala. En las pobla-- ciones de Taxco, Teloloapan, Los Sauces, Tlaxmalac,-- Santa Teresa e Iguala.

Como se podrá observar la investigación se lle-- vó a cabo en dos medios, el urbano y el rural; en escuelas de organización completa, comprendiendo los -- grados del 1o. al 6o.

Las entrevistas se realizaron por los maestros-- a los padres de familia de los mismos alumnos a los-- que se les aplicaron los cuestionarios.

Los cuestionarios de los maestros fueron aplicada dos única y exclusivamente por los compañeros de e-- quipo, a los grupos que con anterioridad se les in-- vestigó.

Los climas de éstos lugares son muy diversos ya que Taxco, Teloloapan y los Sauces tienen un clima -- templado; y los lugares como Iguala, Tlaxmalac y Santa Teresa son lugares con clima cálido y seco.

Su forma de vida también lo es; Taxco es un lu-- gar turístico por excelencia, Teloloapan, los Sauces Santa Teresa y Tlaxmalac son lugares que viven de la agricultura y por último Iguala es por lo general -- una población que vive del comercio.

En el Aspecto Cultural las poblaciones rurales cuentan con primaria, jardín de niños, secundarias - particulares, federales y ETAS.

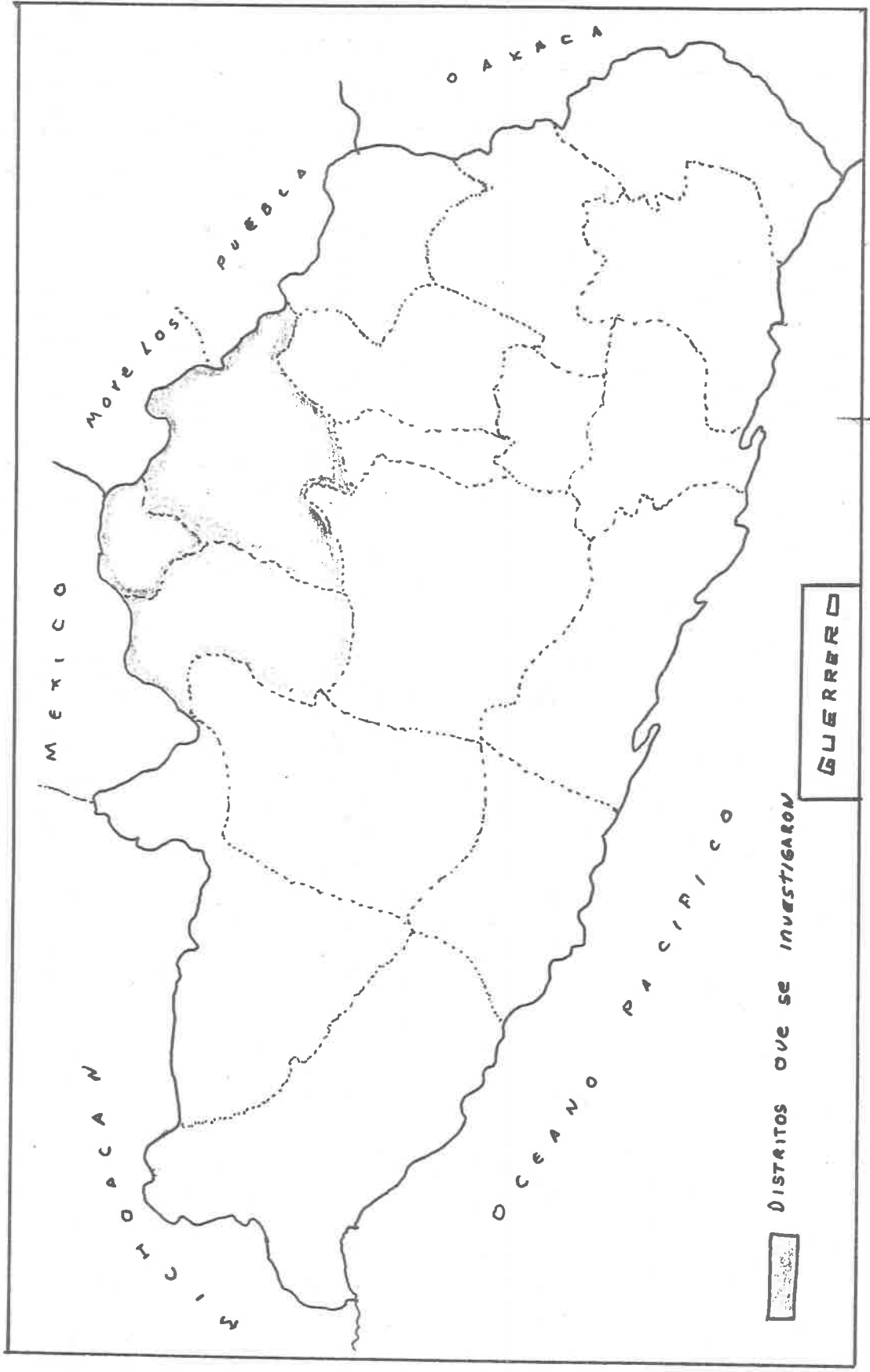
Taxco es una ciudad que cuenta con muchos lugares de cultura como: primarias, jardines de niños, -- secundarias de todos tipos, preparatoria, escuela de enfermería, academia comercial y un CECyT.

Iguala, es un lugar que tiene: jardines de niños, primarias, secundarias de todos tipos, preparatorias, tecnológico, normales de educadoras y maestros de primarias, escuelas de agricultura y una escuela para niños retrasados mentales.

Sus habitantes en su mayoría son mestizos como la mayoría de la población mexicana.

No se hablan dialectos por lo tanto su lengua es el español. Y existe una población regular de personas que se han educado abarcando a los que tienen solo primaria hasta llegar a los profesionistas.

Por lo tanto también en el aspecto cultural los cuestionarios aplicados estuvieron al alcance de los diversos tipos culturales de los individuos.



MEXICO

OAXACA

Morelos

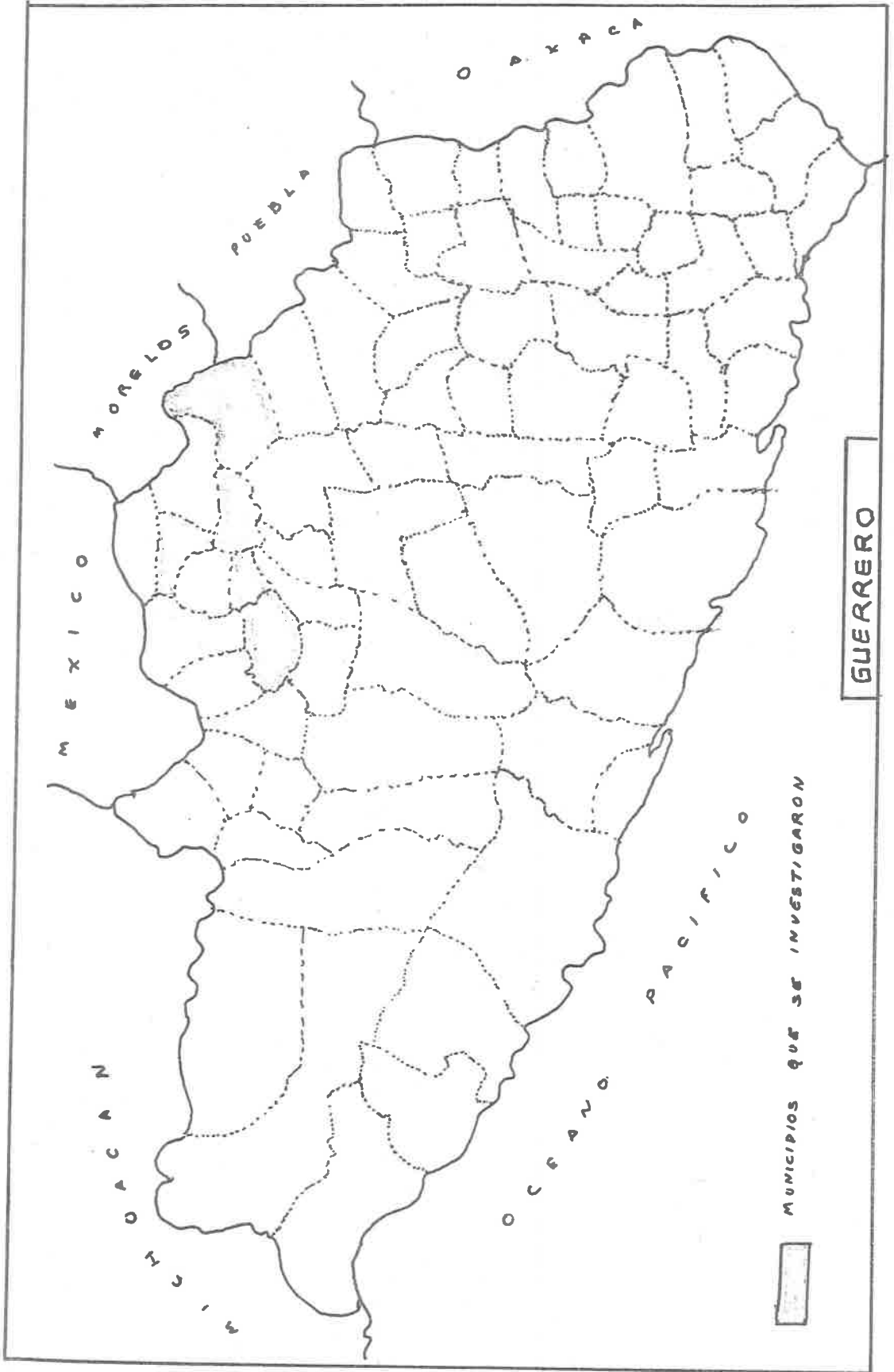
PUEBLA

OAXACA

OCEANO PACIFICO

DISTRITOS QUE SE INVESTIGARON

GUERRERO



GUERRERO

MUNICIPIOS QUE SE INVESTIGARON

LUGARES EN QUE SE REALIZO EL TRABAJO DE CAMPO.



PARQUE "EUTIMIO PINZON" DE TELOLOAPAN, GRO.



ESC. PRIM. FED. "BENITO JUAREZ" TELOLOAPAN, GRO.



ESCUELA PRIMARIA DE LOS SAUCES, GRO.



ESCUELA PRIMARIA DE LOS SAUCES, GRO.



ASPECTO PANORAMICO DE TAXCO, GRO.



"PLAZA DE LA MISION" DE TAXCO, GRO.



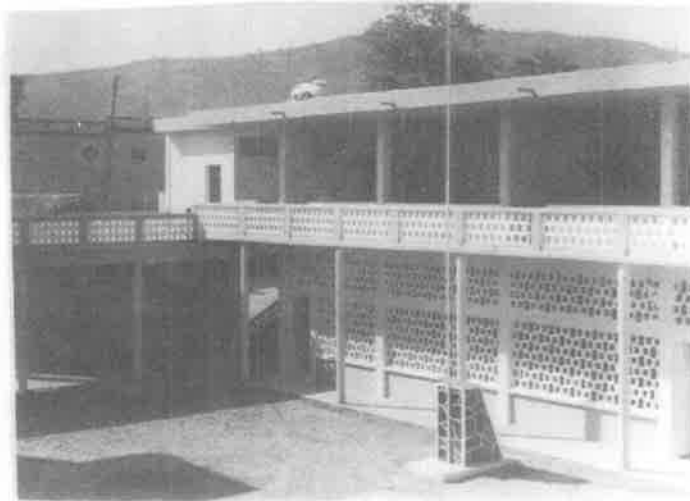
ASPECTO DE UNA CALLE DE TLAXMALAC, GRO.



ESC. PRIMARIA DE TLAXMALAC, GRO.



MONUMENTO "A LA BANDERA" IGUALA, GRO.



ESCUELA PRIM. "NICOLAS BRAVO" DE IGUALA, GRO.



ESC. PRIM. "MIGUEL HIDALGO Y COSTILLA" SANTA TERESA, GRO.



OTRO ASPECTO DE LA ESCUELA PRIMARIA "MIGUEL HIDALGO"
DE SANTA TERESA, GRO.



ALUMNOS CONTESTANDO LOS CUESTIONARIOS
SOBRE "ALIMENTACION" DEL TRABAJO DE CAMPO.

ORGANIZACION DEL EQUIPO Y DEL TRABAJO DE CAMPO.

Después de iniciado el curso de elaboración de tesis se nos pidió que nos organizáramos por equipo, lo cuál hicimos por afinidad sin tomar en cuenta otros intereses.

Se nos dio a la tarea de investigar las técnicas grupales de investigación, los pasos de una tesis, tesina y trabajos de campo, y por último se nos dio la forma de hacer las fichas de investigación bibliográficas.

Hecho esto decidimos elegir un tema y nos pareció muy interesante "La alimentación"; por lo tanto formulamos un problema que dio como resultado una Hipótesis.

El siguiente paso fue hacer un análisis de las actividades que deberíamos realizar para probar o --disprobar nuestra Hipótesis, y anotamos los siguientes puntos a seguir.

1.-Investigar lo más que nos fue posible sobre alimentación escolar y general.

2.-Formar en nuestro trabajo un capítulo con bases teóricas sobre alimentación.

3.-Formular los cuestionarios y entrevistas que nos fuesen necesarios.

4.-Aplicarlos en los lugares donde tuviéramos posibilidades, procurando fueran los más posibles.

5.-Reunirnos cada sábado para tabular y computar los cuestionarios y entrevistas.

6.-Elaborar las gráficas necesarias con las tabulaciones hechas.

7.-Sacar conclusiones y entregar nuestro trabajo.

CUESTIONARIOS Y ENTREVISTAS.

Los cuestionarios y entrevistas de este trabajo de campo se realizaron de la siguiente manera:

1.-Se investigaron diversos temas sobre la alimentación y sus problemas.

2.-Basado en esto se hicieron los cuestionarios y entrevistas necesarias para un ensayo (un número reducido de 100).

3.-Con los resultados obtenidos y experiencias adquiridas se le hicieron cambios y correcciones a los cuestionarios y entrevistas.

4.-Se procedió entonces a hacer un tiraje mayor de cuestionarios y entrevistas.

5.-Se solicitó ayuda y permiso para la aplicación de estos cuestionarios y entrevistas.

6.-Al terminar se procedió a Tabularlos; los cuestionarios elaborados fueron dos, uno para los alumnos y otro para los maestros.

Las entrevistas se realizaron solo entre los padres de familia. Y por último se realizó una encuesta entre los alumnos.

Los cuestionarios para los alumnos fueron 500, los de los maestros fueron 100 y las entrevistas a los padres de familia 200.

Debemos aclarar que entre los alumnos se tuvieron que nulificar algunos cuestionarios por no estar bien contestados, otros cuestionarios de los maestros que no se devolvieron y algunos padres que realmente no tomaron muy en cuenta nuestra entrevista.

FORMA EN QUE SE APLICARON LOS CUESTIONARIOS Y -
LAS ENTREVISTAS.

Para el mejor resultado de los trabajos de in--
vestigación de campo, se decidió hacer primero un en
sayo de aplicación de cuestionarios y realización de
entrevistas; y así corregir, aumentar y mejorar lo -
realizado.

Se optó por reproducir 50 cuestionarios para --
los alumnos, 50 cuestionarios para los maestros y 50
entrevistas a los padres de familia.

Cada miembro del equipo se dedicó a la tarea de
aplicar los cuestionarios y de realizar las entrevis
tas.

Terminada la etapa de ensayo se procedió a com-
putar y analizar los resultados obtenidos, se reali-
zó un intercambio de opiniones sobre los problemas -
presentados en los cuestionarios en general y en las
cuestiones de cada uno de estos, decidiendo cuáles -
serían las cuestiones a cambiar, a modificar y a qui-
tar. Una vez corregidos estos medios de investiga- -
ción se procedió a reproducirlos en número de: 600 -
cuestionarios para alumnos, 200 entrevistas para los
padres de familia, y 100 cuestionarios para los maes
tros.

Para su aplicación se recurrió a la ayuda de al
gunos maestros amigos; así como también se visitaron
algunas escuelas y grupos por los miembros del equi-
po en el caso del cuestionario de los alumnos.

Para el cuestionario de los maestros se solici-
tó el permiso de algunos directores y la colabora- -
ción de los maestros de educación primaria.

En el caso de las entrevistas se citó a los padres de familia en la escuela y los que no pudieron acudir se les visitó en sus hogares.

Para la resolución de los cuestionarios de los alumnos no se presentó casi ningún problema, en el de los maestros si, ya que algunos no regresaron los cuestionarios por diversos motivos, y por último en las entrevistas solo se notó un poco de falta de sinceridad al contestar nuestras preguntas.

Después de terminada esta etapa y a pesar de -- los problemas a los que nos enfrentamos, creemos que los resultados fueron satisfactorios.

RESULTADOS QUE SE OBTUVIERON EN LOS CUESTIONA-- RIOS Y LAS ENTREVISTAS.

Llevadas a cabo las entrevistas y los cuestiona--
rios; se procedió a su tabulación y a la obtención -
de los porcentajes de cada cuestión o pregunta.

Terminado el procesamiento de datos se eligie--
ron las más importantes y acordes con el tema motivo
de nuestra investigación; para elaborar con ellas --
gráficas que nos ejemplificaron y nos hicieron más -
fácil la interpretación de datos.

Después de esto podemos decir que los resulta--
dos fueron así;

Con referencia al cuestionario aplicado a los -
alumnos en la pregunta ¿Cuál fué tu promedio?. Hubo--
un porcentaje del 64% de promedio alto y medio; y un
36% de un promedio bajo y no satisfactorio; lo que -
quiere decir que el porcentaje elevado de alumnos --
tienen un aprendizaje deficiente, esto no quiere de-
cir que sea en su (totalidad) o general.

En la interrogante ¿Desayunas antes de venir a--
la escuela? y ¿almuerzas antes de venir a la escue--
la? se obtuvo un porcentaje promedio de 78% que desa--
yunan y un 22% que a veces o nunca toman alimentos -
antes de presentarse a la escuela; lo que se inter--
preta como un alto porcentaje de niños que asisten a
clases con sus estómagos vacíos.

En las cuestiones ¿Qué desayunas? y ¿Qué almuer--
zas? su porcentaje promedio fué de 49% que toman ali--
mentos nutritivos y básicos; y un 51% de escolares -
que sus alimentos ingeridos tiene un bajo valor nu--
tritivo.

lo siguiente, el 52% acostumbra alimentarse de ellas y el 48% no ó a veces; lo que nos hace pensar que -- las verduras tampoco forman parte de la dieta alimen ticia de la mayoría.

Sobre las preguntas ¿Toma sus tres alimentos al día? ¿Sabes cuáles son los mejores alimentos para - sus hijos? y ¿cre que la falta de alimentos pueda in fluir en sus estudios? los porcentajes promedios fueron 88% que afirmaron y 12% que negaron; lo que nos hizo deducir que los padres si saben lo que es bueno para sus hijos y que es otro factor el que no les -- permite proporcionárselos.

Cuando se les mencionaba la alimentación balanceada se obtuvieron los porcentajes siguientes: 62% sí, 37% no y 1% a veces; pero después de las contestaciones anteriores de la entrevista debemos pensar que los padres no entienden lo que quiere decir balanceada o son muy pocos los que comprenden su signi ficado. En cuanto se refiere al cuestionario para -- los maestros podemos decir lo siguiente:

La cuestión que dice ¿Cree usted que la alimentación de sus alumnos sea buena? el 5% contestó en forma afirmativa, 36% contestó negando y el 59% regular, por lo que vemos que el maestro está conciente de la deficiente alimentación de sus alumnos.

En la pregunta ¿Cree usted que la alimentación influya en la enseñanza aprendizaje? contestaron -- 100% que sí, al decir ¿Por qué? estuvieron de acuerdo en que para poder aprender se necesitan energías -- y éstas se obtienen con los alimentos.

En la interrogación ¿Todos sus alumnos cuando llegan

a la escuela ya desayunaron? el porcentaje fué 24% - que sí, 71% que no y 5% de a veces; por lo que vemos esto afirma lo que los niños contestaron en su cuestionario.

En la cuestión ¿Cree que la alimentación influya en el desarrollo físico y mental del niño? el 99% dijeron sí y solo el 1% negó, esto quiere decir que casi todos están de acuerdo en la importancia de la alimentación para el buen desarrollo integral de los organismos.

Para la interrogante ¿Cree Ud. que la alimentación que toman sus alumnos sea nutritiva? 27% afirmaron y 73% negaron, por lo que se puede deducir que existe una clara conciencia de lo que compone la alimentación de la mayoría.

¿Entre sus alumnos atrasados habrá problemas de mala alimentación? ésta interrogación dió como porcentajes en sí de 91% y en no de 9% esto quiere decir que la falta de alimentación influye en el aprendizaje.

En la pregunta ¿Cuál es el rendimiento de un niño mal alimentado? contestaron 4% bueno, 23% regular y 73% malo; como se puede deducir que el niño que no se alimenta bien es difícil que logre un buen rendimiento en su aprendizaje.

Cuando los maestros contestaron a ¿Platica con los padres de familia acerca de la alimentación de sus hijos? 44% dijeron sí, 32% no y 12% a veces; lo que nos hace pensar que menos del 50% de maestros se preocupa por ayudar a solucionar este problema.

PROBACION O DISPROBACION DE LA HIPOTESIS.

Por los datos obtenidos en el "trabajo de campo" con los cuestionarios y entrevistas hechas a los -- maestros, alumnos y padres de familia se llegó a la siguiente deducción:

Qué los alimentos básicos; leche, carne, verduras y pescado son consumidos por un bajo porcentaje; los de mayor consumo son: café, pan, tortillas, frijoles, chile y huevo, por lo que se observa que la alimentación es de poco valor nutritivo e insuficiente para el desgaste físico e intelectual que tiene el niño en edad escolar y por lo tanto esto repercute en su aprendizaje.

Y esto nos hace afirmar que la hipótesis sustentada en este "Trabajo de campo" que es: "Una alimentación deficiente es generalmente causa de un bajo rendimiento en el aprendizaje de los escolares; en la parte norte del Estado de Guerrero", resultó -- PROBADA.

CONCLUSIONES.

- 1.-Existen gran variedad de alimentos que contienen los nutrientes necesarios para vivir como son: -- proteínas, grasas, glúcidos, vitaminas, minerales y agua.
- 2.-El organismo necesita calorías de 1000 a 2500 según la edad y el desgaste físico. Las proteínas -- de 25 a 60 gramos.
 . Vitaminas y minerales en su totalidad. Sal y algo muy importante conductora y disolvente: el agua.
- 3.-Que el niño que proporcionalmente necesita mayor cantidad y calidad de alimento que un adulto, por que un adulto solo necesita mantener su cuerpo -- mientras que un niño ha de formarlo.
- 4.-El cerebro para funcionar necesita grandes cantidades de sangre; al faltar ésta el sistema nervio so deja de funcionar normalmente y comienzan los problemas como: la falta de fijación de ideas, los mareos, olvidos y lentitud en el aprendizaje.
- 5.-Los alimentos deben reunir ciertas condiciones -- como son: ser plástica, energéticas y reguladoras.
- 6.-La satisfacción de las necesidades alimenticias -- hacen hombres sanos y bien desarrollados y con excelentes disposiciones para el aprendizaje y el trabajo.
- 7.-La alimentación deficiente es un problema que -- afecta a todos los medios sociales.
- 8.-Las causas de la alimentación deficiente son:
 - a).-La pobreza.
 - b).-La falta de orientación de los padres de fami
 lia.

- 9.-La alimentación deficiente provoca en los niños-pre-escolares y escolares, carencias nutricionales y cuadros patológicos; que después serán los escolares que se duermen y no aprenden.
- 10.-La alimentación deficiente da como resultado hombres de talla pequeña y con pocas energías.
- 11.-La etapa pre-escolar en la vida del niño es muy importante porque en ella adquirimos los hábitos alimenticios y la preparación para la etapa escolar.
- 12.-La leche es un alimento muy importante en la nutrición de los pre-escolares y escolares.
- 13.-La alimentación en gran parte de los niños en --edad escolar es de bajo valor nutritivo.
- 14.-Que hay demasiados niños que no toman leche.
- 15.-Muchos escolares se presentan a clases sin haber tomado alimento.
- 16.-Que la falta de un alimento balanceado hace que el aprendizaje sea deficiente.

BIBLIOGRAFIA

- 1.-ALIMENTACION NORMAL DEL MEXICANO.
Instituto Federal de Capacitación del Magisterio.
Dr. José Quintín Olascoaga.
S.E.P. Méx. D.F.
Segunda edición 1963.

- 2.-CIENCIAS NATURALES
S.E.P.
Méx. D.F.
Edición 1976-1977.

- 3.-DICCIONARIO PORRUA DE LA LENGUA ESPAÑOLA.
Antonio Ralvy Poudevida.
Décima segunda edición.

- 4.-DICCIONARIO ILUSTRADO DE LA LENGUA ESPAÑOLA.
Editorial Ramón Sopena S.A.
Edición especial.

- 5.-EL TESORO DE LA JUVENTUD.
W. M. Jackson. Inc.
Tomo VIII
Tomo X
Tomo XI
Tomo XII
Tomo XIII
Tomo XIX
Tomo XX

Décima edición

Editores de México, Nueva York.

6.-EL GUARDIAN DE LA SALUD.

(Enfermedades de salud).

Dr. Humberto O. Swartout

Editorial Interamericana

Tercera edición.

7.-MANUAL DE PEDIATRIA.

Henry K. Silver

C. Henr. Kempe

Henry B. Bruyn

El manual moderno, S.A.

Cuarta edición 1969

8.-MANUAL DE PEDIATRIA.

Dr. Rogelio H. Valenzuela

Dr. Javier Luengas Bartels

Dr. Luis Marquet Santillán

Editorial Dr. Rogelio Hernández Valenzuela.

Novena edición 1975.

9.-MEDICINA INTERNA.

Harrison

La prensa Médica Mexicana.

Cuarta edición 1973.

A N E X O S.

**LOS ANEXOS QUE CONTIENE SON LOS DATOS
OBTENIDOS EN LA INVESTIGACION DE CAMPO Y SON:
CUESTIONARIOS, ENTREVISTAS, TABULACIONES Y GRAFICAS.**

12.-¿Qué alimentos tomas en la comida?

a) sopa, pescado, carne y huevos.

b) sopa, verduras, frutas.

c) frijoles y chile.

13.-¿En tu casa acostumbras cenar?

a) Sí

b) No

c) a veces

14.-¿Qué alimentos tomas en la cena?

a) carne, huevos, leche o chocolate. b) antojitos

c) frijoles, chile y café.

15.-¿Con que bebidas acompañas las comidas?

a) agua fresca.

b) agua natural c) refresco.

VI

ENTREVISTA A LOS PADRES DE FAMILIA.

- 1.-¿A qué hora se levanta su hijo?
6 a 6.30 hrs. 7 a 7.30 hrs.
- 2.-¿Desayuna antes de ir a la Escuela?
SÍ No
- 3.-¿Le ayuda a hacer algo antes de irse a la Escuela?
SÍ No
- 4.-¿Los quehaceres en que le ayuda son fáciles?.
SÍ No
- 5.-¿La alimentación que toma le es suficiente para el transcurso de la mañana?
SÍ No
- 6.-¿Al llegar a su casa tiene hambre?
SÍ No
- 7.-¿Tiene hora fija para darle de comer?
SÍ No
- 8.-¿Se enferma con frecuencia?
SÍ No
- 9.-¿Ha sufrido algunas enfermedades graves?
SÍ No
- 10.-¿A la salida de la escuela llega pronto a su casa?
SÍ No
- 11.-¿Diariamente toma leche su hijo?
SÍ No
- 12.-¿Su hijo come carne con frecuencia?
SÍ No

13.-¿Acostumbra a comer verduras su hijo?

Sí

No

14.-¿Toman el agua hervida o de garrafón?

Sí

No

15.-¿Le da fruta de vez en cuando?

Sí

No

16.-¿Come pan en su desayuno?

Sí

No

17.-¿Come pescado en la semana?

Sí

No

18.-¿Toma sus tres alimentos al día?

Sí

No

19.-¿Sabe cuáles son mejores para sus hijos?

Sí

No

20.-¿Cree usted que por falta de alimento pueda enfermar?

Sí

No

21.-¿Cree que la falta de alimento influya en sus estudios?

Sí

No

22.-¿Le da una alimentación balanceada?

Sí

No

TABULACION DE LOS DATOS SOBRE LA ALIMENTACION DE LOS ESCOLARES DE LA REGION NORTE DEL ESTADO DE GUERRERO. OBTENIDOS DE LOS MAESTROS

C U E S T I O N A R I O	T A B U L A C I O N			F R E C U E N C I A S			P O R C E N T A J E S			
	A	B	C	a	b	c	a	b	c	
1.-¿Cree Ud. que la alimentación de sus alumnos sea buena? a) si b) no c) regular	IIII			4	28	46	78	5	36	59
2.-¿Cree Ud. que la alimentación influya en la enseñanza aprendizaje? a) si b) no c) a veces	IIII			78	0	0	78	100	0	100
3.-¿ Todos sus alumnos cuando llegan a la escuela ya desayunaron? a) si b) no c) a veces	IIII			19	55	4	78	24	71	5
4.-¿ Se da Ud. cuenta que sus niños no han desayunado? a) si b) no c) a veces	IIII			75	1	2	78	96	1	3
5.-¿ Cree Ud. conveniente que se sigan repartiendo desayunos escolares? a) si b) no	IIII			71	7	0	78	91	9	0
6.-¿ Se preocupa Ud. por preguntar a sus alumnos si desayunaron? a) si b) no	IIII			68	10	0	78	87	13	0
7.-¿ Cree Ud. que se deba la falta de alimentación a la falta de información de los padres? a) si b) no	IIII			38	40	0	78	49	51	0
8.-¿ Cree Ud. que la alimentación influya en el desarrollo físico mental del niño? a) si b) no	IIII			77	1	0	78	99	9	0
9.-¿ Cree Ud. que toman sus alumnos alimentos nutritivos? a) si b) no	IIII			21	57	0	78	27	73	0
10.-¿ Cree que sea alarmante la desnutrición en México? a) si b) no	IIII			64	14	0	78	82	18	0
11.-¿ Cree que habrá forma de combatir este problema? a) si b) no	IIII			71	7	0	78	91	9	0
12.-¿ Cree que se debería extender más la orientación sobre nutrición? a) si b) no	IIII			76	2	0	78	98	2	0
13.-¿ Deberíamos los maestros recurrir a los centros de salud y de IMSS. para solicitar orientación? a) si b) no	IIII			70	8	0	78	90	10	0
14.-¿ Es necesario orientar a los alumnos acerca de la alimentación? a) si b) no	IIII			78	0	0	78	100	0	0
15.-¿ Entre sus alumnos entrevistados habrá problemas de mala alimentación? a) si b) no	IIII			71	7	0	78	91	9	0
16.-¿ Cual es el rendimiento de un niño mal alimentado? a) bueno b) regular c) deficiente	IIII			3	18	57	78	4	23	73
17.-¿ Nota Ud. cansancio en sus alumnos en el aula a la hora de clases? a) si b) no	IIII			66	12	0	78	85	15	0
18.-¿ Platica Ud. con los padres de familia acerca de la alimentación de sus hijos? a) si b) no c) a veces	IIII			25	9	44	78	32	12	56
19.-¿ Hace Ud. caso a sus recomendaciones sobre la alimentación? a) si b) no c) a veces	IIII			9	15	54	78	12	19	69

**TABULACION DE DATOS
OBTENIDOS CON EL CUESTIONARIO QUE SOBRE ALIMENTACION SE APLICÓ A LOS ESCOLARES DE LA REGION NORTE DEL ESTADO
DE GUERRERO**

CUESTIONARIO	E	T	A	B	C	No. de RESPUESTAS			Porcentaje			TOTAL Resuestas	
						A	B	C	A	B	C		
1-¿Cuántas veces comes? a)-1 o 2 b)-3 o 4 c)-5 o 6	100	100	100	100	100	137	412	48	597	23	69	8	100
2-¿Qué hora te levantas? a)-8 a 9 b)-9 a 10 c)-10 a 11	100	100	100	100	100	56	541	0	597	9	91	0	100
3-¿Qué haces antes de venir a la escuela? a)-Desayunas antes de venir a la escuela? b)-No	100	100	100	100	100	62	563	79	597	10	26	64	100
4-¿Qué haces antes de venir a la escuela? a)-Desayunas antes de venir a la escuela? b)-No	100	100	100	100	100	149	287	161	597	26	48	27	100
5-¿Qué haces antes de venir a la escuela? a)-Desayunas antes de venir a la escuela? b)-No	100	100	100	100	100	345	235	19	597	58	39	3	100
6-¿Qué haces antes de venir a la escuela? a)-Desayunas antes de venir a la escuela? b)-No	100	100	100	100	100	257	241	216	597	43	21	36	100
7-¿Qué haces antes de venir a la escuela? a)-Desayunas antes de venir a la escuela? b)-No	100	100	100	100	100	170	32	95	597	79	5	16	100
8-¿Qué haces antes de venir a la escuela? a)-Desayunas antes de venir a la escuela? b)-No	100	100	100	100	100	308	259	50	597	52	40	8	100
9-¿Qué haces antes de venir a la escuela? a)-Desayunas antes de venir a la escuela? b)-No	100	100	100	100	100	457	54	86	597	77	9	14	100
10-¿Qué almuerzas? a)-Cafe y huevos b)-Pan y frijoles c)-Chik y tortilla	100	100	100	100	100	276	58	265	597	46	10	11	100
11-¿Qué almuerzas? a)-Cafe y huevos b)-Pan y frijoles c)-Chik y tortilla	100	100	100	100	100	216	201	181	597	36	39	30	100
12-¿Qué almuerzas? a)-Cafe y huevos b)-Pan y frijoles c)-Chik y tortilla	100	100	100	100	100	262	90	246	597	44	16	41	100
13-¿Qué almuerzas? a)-Cafe y huevos b)-Pan y frijoles c)-Chik y tortilla	100	100	100	100	100	441	80	76	597	74	13	13	100
14-¿Qué almuerzas? a)-Cafe y huevos b)-Pan y frijoles c)-Chik y tortilla	100	100	100	100	100	245	68	287	597	41	11	48	100
15-¿Qué almuerzas? a)-Cafe y huevos b)-Pan y frijoles c)-Chik y tortilla	100	100	100	100	100	176	297	124	597	29	50	21	100

TABULACION DE LOS DATOS OBTENIDOS EN LA ENTREVISTA QUE SOBRE LA ALIMENTACION, SE APLICO A LOS PADRES DE LA REGION NORTE DEL ESTADO DE GUERRERO

CUESTIONARIO	TABULACION			FRECUENCIAS			PORCENTAJES			TOTAL	
	Q	O	C	A	B	C	A	B	C		
1.- ¿A que hora se levanta su hijo? a) De 6 a 6:30 hrs. b) De 7 a 7:30 hrs. c) Después de las 8 hrs. de irse a la escuela? d) Si. e) A veces				79	77	157	50	50	50	100%	
2.- ¿Le ayuda a hacer algo antes de ir a la escuela? a) Si. b) No c) A veces				145	8	4	157	92	5	3	100%
3.- ¿Le ayuda a hacer algo antes de ir a la escuela? a) Si. b) No c) A veces				131	23	3	157	83	15	2	100%
4.- ¿Los quehaceres en que le ayuda son fáciles? a) Si. b) No c) A veces				132	10	15	157	84	6	10	100%
5.- ¿La alimentación que toma le es suficiente para el transcurso de la mañana? a) Si. b) No c) A veces				103	54	1	157	66	34	1	100%
6.- ¿Al llegar a su casa tiene hambre? a) Si. b) No c) A veces				138	18	1	157	88	11	1	100%
7.- ¿Tiene hora fija para darle de comer? a) Si. b) No c) A veces				102	55	1	157	65	35	1	100%
8.- ¿Se enferma con frecuencia? a) Si. b) No c) A veces				32	125	1	157	20	80	1	100%
9.- ¿Ha sufrido alguna enfermedad grave? a) Si. b) No c) A veces				43	114	1	157	27	73	1	100%
10.- ¿A la salida de la escuela llega pronto a su casa? a) Si. b) No c) A veces				133	22	2	157	85	14	1	100%
11.- ¿Diariamente toma leche? a) Si. b) No c) A veces				61	85	11	157	39	54	7	100%
12.- ¿Su hijo come carne con frecuencia? a) Si. b) No c) A veces				36	71	1	157	55	45	1	100%
13.- ¿Acostumbra su hijo comer verduras? a) Si. b) No c) A veces				82	71	4	157	52	45	3	100%
14.- ¿Toma el agua hervida, o de garrafón? a) Si. b) No c) A veces				60	97	1	157	38	62	1	100%
15.- ¿Le da fruta a su hijo? a) Si. b) No c) A veces				155	2	1	157	99	1	1	100%
16.- ¿Come pan en el desayuno? a) Si. b) No c) A veces				134	15	8	157	85	10	5	100%
17.- ¿Come pescado en la comida? a) Si. b) No c) A veces				70	84	3	157	45	53	2	100%
18.- ¿Toma sus tres o más alimentos al día? a) Si. b) No c) A veces				151	6	1	157	96	4	1	100%
19.- ¿Come frutas con los mejores alimentos para su hijo? a) Si. b) No c) A veces				122	35	1	157	78	22	1	100%
20.- ¿Cree usted que el padre de alimentos puede en su casa? a) Si. b) No c) A veces				133	24	1	157	85	15	1	100%
21.- ¿Cree usted que la falta de alimentos influye en su hijo? a) Si. b) No c) A veces				142	15	1	157	90	10	1	100%
22.- ¿Le da una alimentación balanceada? a) Si. b) No c) A veces				97	59	1	157	62	37	1	100%

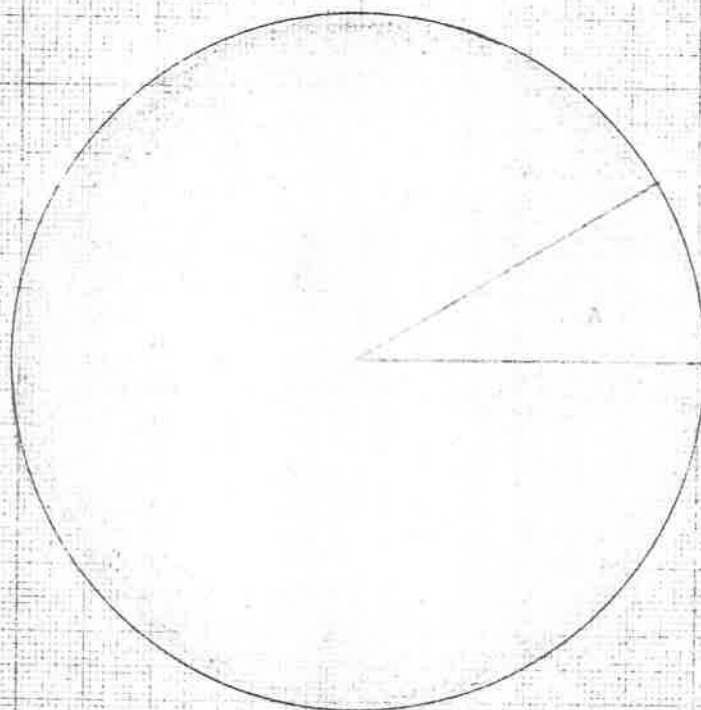
G R A F I C A

CUESTIONARIO SOBRE ALIMENTACION, APLICADO A ESCOLARES

2.- ¿Estas repitiendo año?

a).- SI

b).- NO



a = 9% = 320

b = 91% = 3289

G R A F I C A

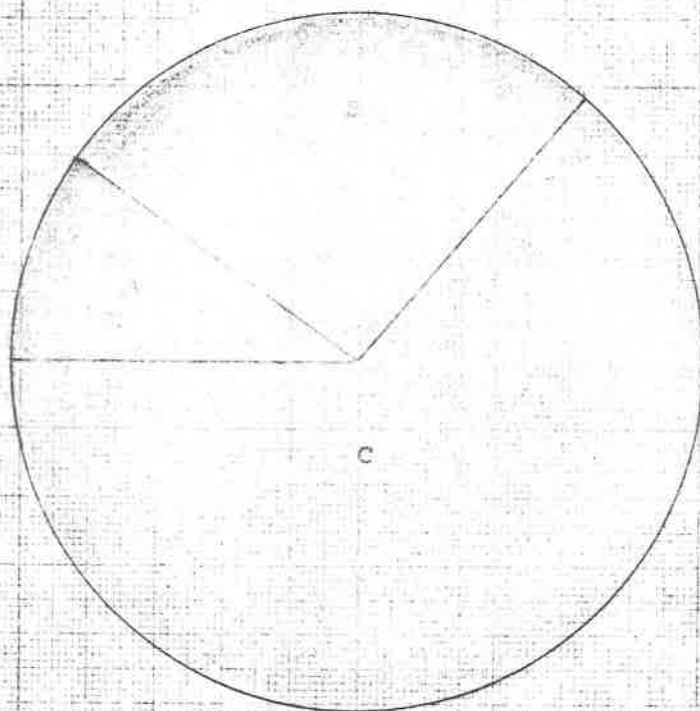
CUESTIONARIO SOBRE ALIMENTACION APLICADO A ESCOLARES

3.- ¿Cuál fué tu promedio?

a).- 4 a 5

b).- 6 a 7

c).- 8 a 10



$$a = 10\% = 360$$

$$b = 26\% = 940$$

$$c = 64\% = 2300$$

7

G R A F I C A

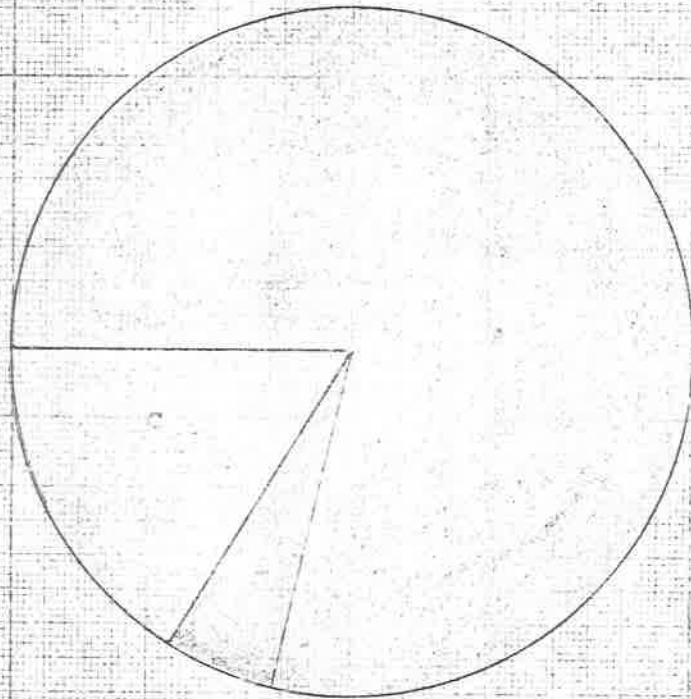
CUESTIONARIO SOBRE ALIMENTACION APLICADO A ESCOLARES

7.- ¿Desayunas antes de venir a la escuela?

a).- SI

b).- NO

c).- A veces



a= 79% = 2849

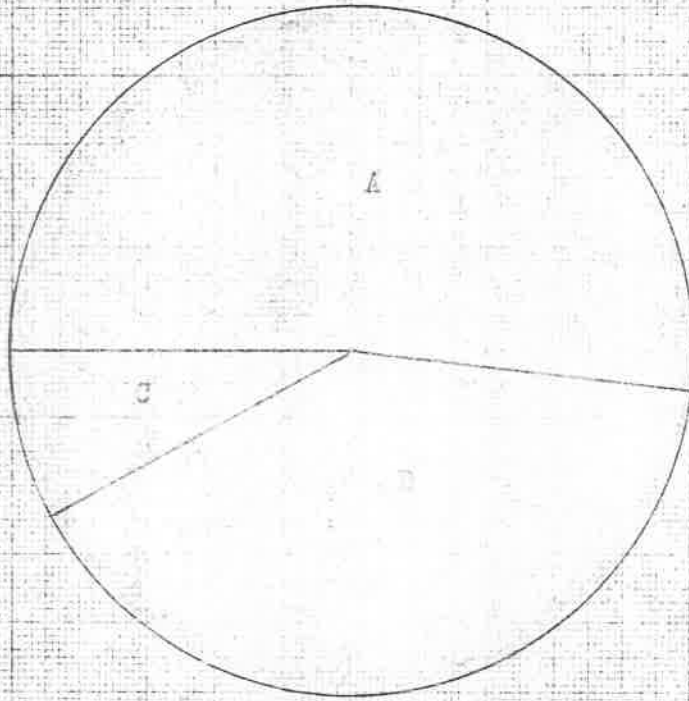
b= 5% = 189

c= 16% = 589

G R A F I C A

CUESTIONARIO SOBRE ALIMENTACION, APLICADO A ESCOLARES.

- 9.- ¿Que desayunas ?
a).- Pán, leche, chocolate.
b).- Café y pán.
c).- Té y pán.



- a).- 52% = 187°
b).- 40% = 144°
c).- 8% = 29°

GRAFICA

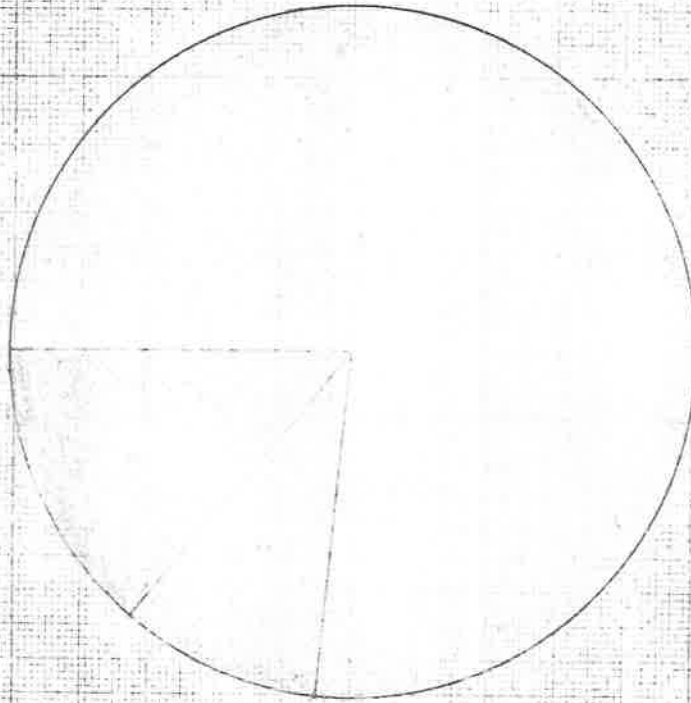
CUESTIONARIO SOBRE ALIMENTACION APLICADO A ESCOLARES

9.- ¿Almuerzas antes de venir a la escuela?

a).- SI

b).- NO

c).- A veces



a= 77% = 2770

b= 9% = 330

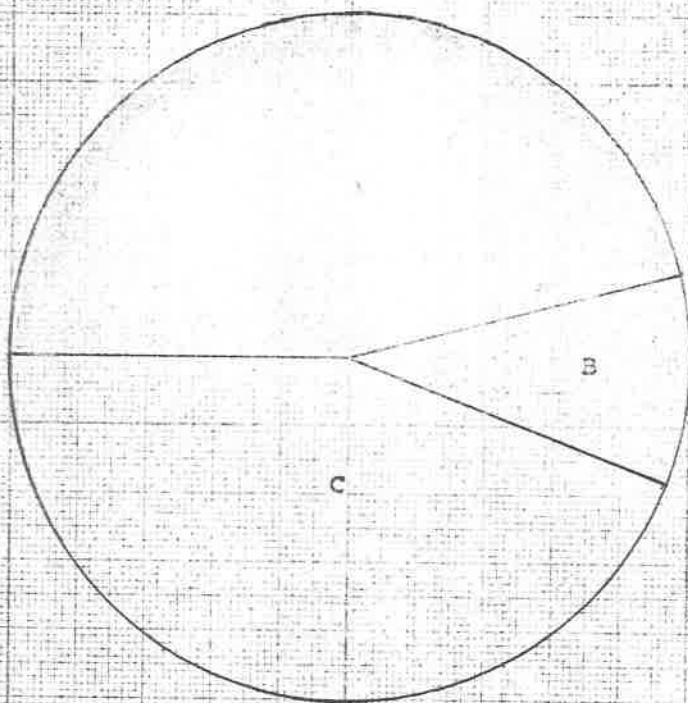
c= 14% = 500

GRAFICA

CUESTIONARIO SOBRE ALIMENTACION APLICADO A ESCOLARES

10.- ¿Qué almuerzas?

- a).- Carne y huevos
- b).- pescado y frijoles
- c).- Chile y tortillas.



a= 46% = 1662

b= 10% = 360

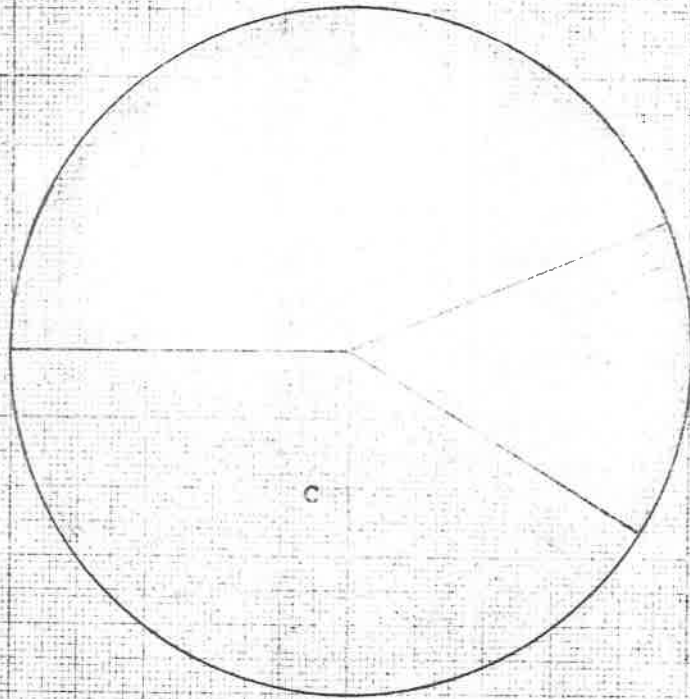
c= 44% = 1580

G R A F I C A

CUESTIONARIO SOBRE ALIMENTACION APLICADO A ESCOLARES

12.- ¿Qué alimentos tomas en las comidas?

- a).- Sopa, pescado, carne huevos.
- b).- Sopa y verduras.
- c).- Frijoles y chile.



a = 44% = 1582

b = 15% = 540

c = 41% = 1482

G R A F I C A

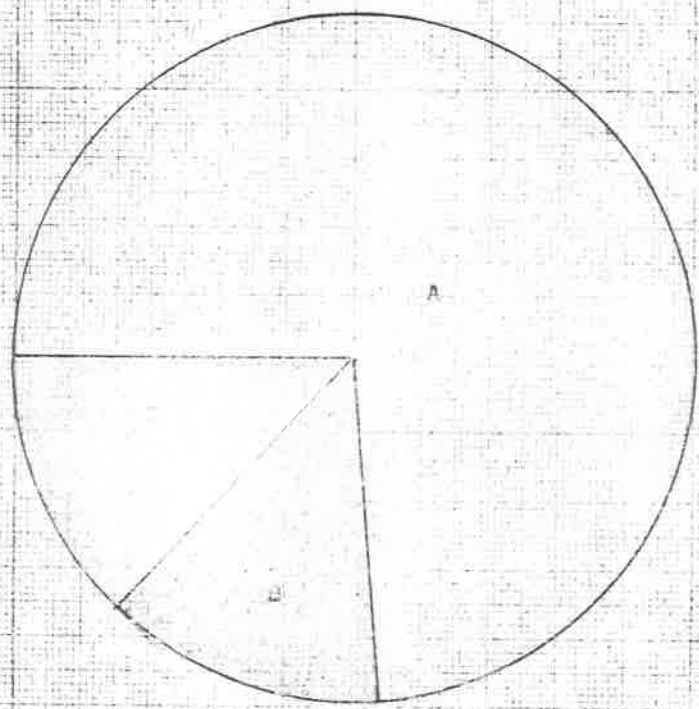
CUESTIONARIO SOBRE ALIMENTACION APLICADO A ESCOLARES

13.- ¿En tu casa acostumbran cenar?

a).- SI

b).- NO

c).- A veces



a= 74% = 2662

b= 13% = 472

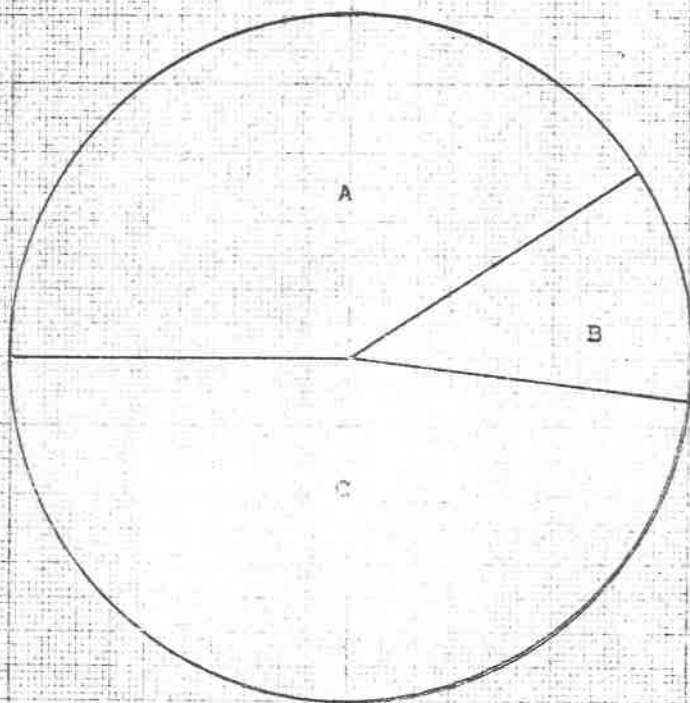
c= 13% = 472

G R A F I C A

CUESTIONARIO SOBRE ALIMENTACION APLICADO A ESCOLARES.

14.- ¿Qué alimentos tomas en la cena?

- a).- Carne, huevos, leche o chocolate. b).- Antojitos
c).- Frijoles, chile y café



$$a = 41\% = 147$$

$$b = 11\% = 40$$

$$c = 48\% = 173$$

G R A F I C A

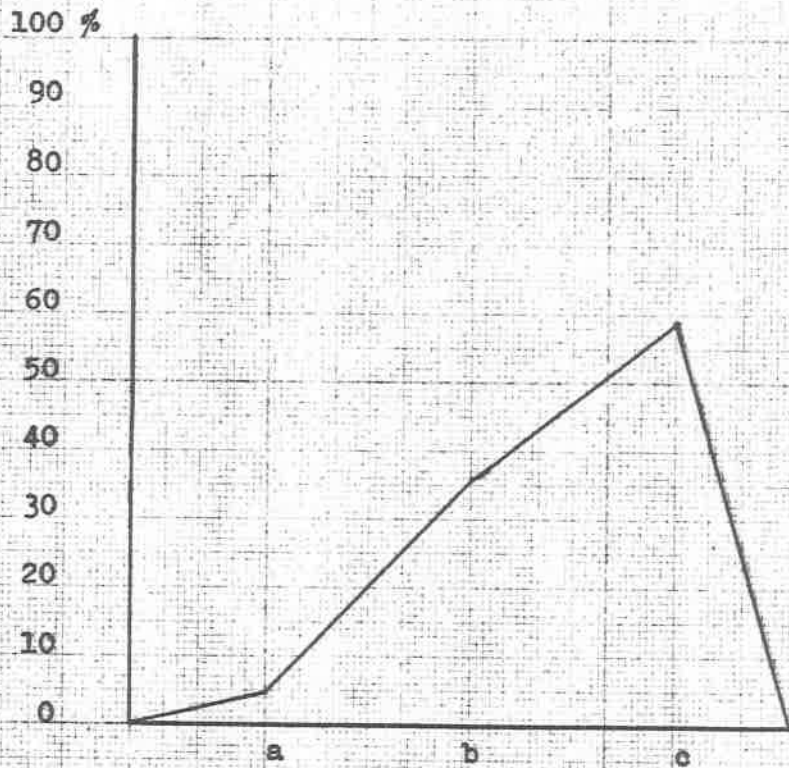
CUESTIONARIO A LOS MAESTROS

1.-¿CREE USTED QUE LA ALIMENTACION DE SUS ALUM-
NOS SEA BUENA?

a) SI

b) NO

c) REGULAR



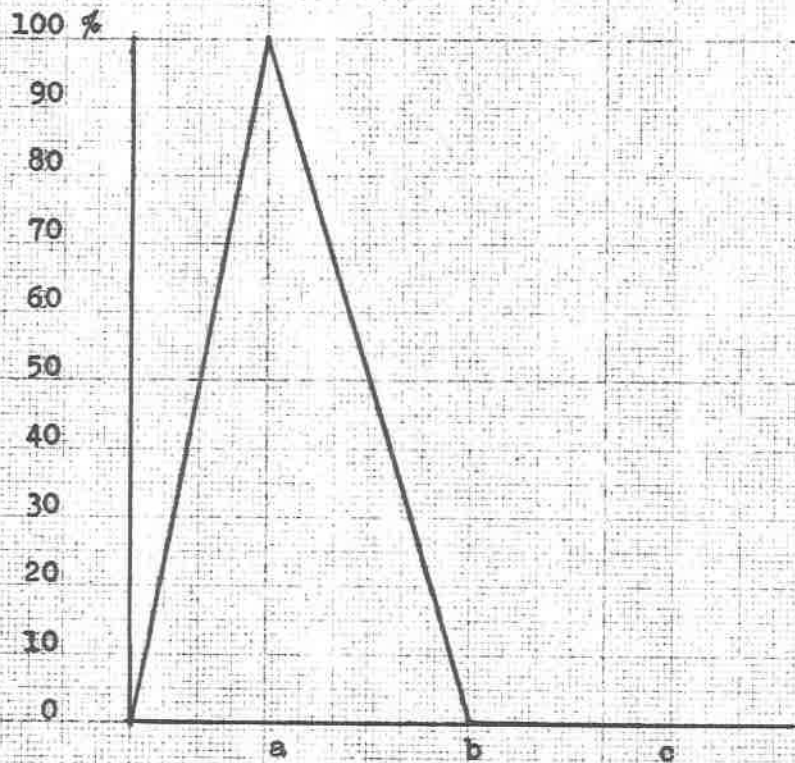
G R A F I C A

CUESTIONARIO A LOS MAESTROS

2.-¿CREE USTED QUE LA ALIMENTACION INFLUYE EN LA ENSEÑANZA APRENDIZAJE?

a) SI

b) NO



GRAFICA

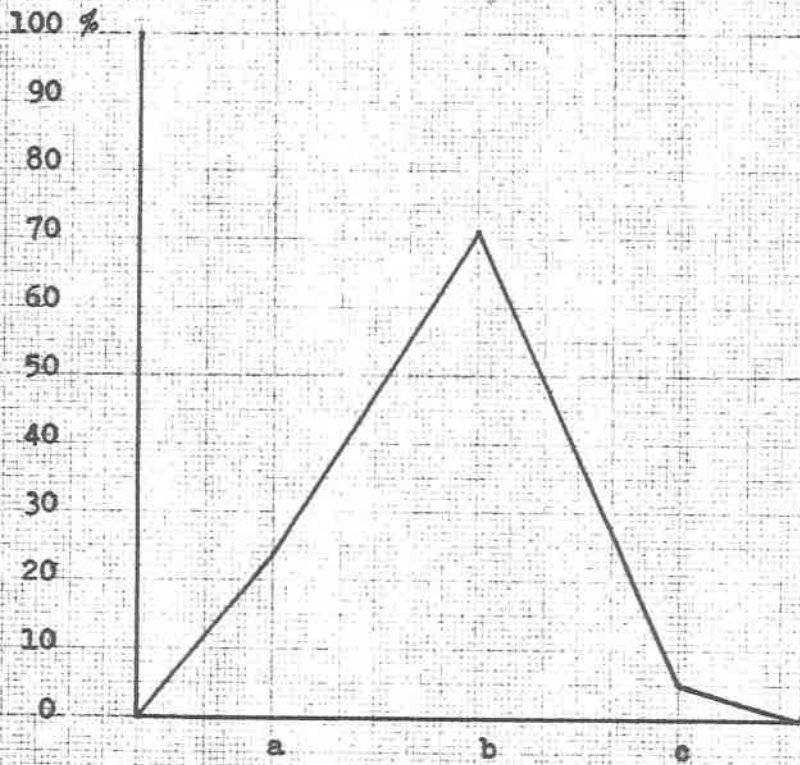
QUESTIONARIO A LOS MAESTROS

3.-¿TODOS SUS ALUMNOS CUANDO LLEGAN A LA ESCUELA YA DESAYUNARON?

a) SI

b) NO

c) A VECES



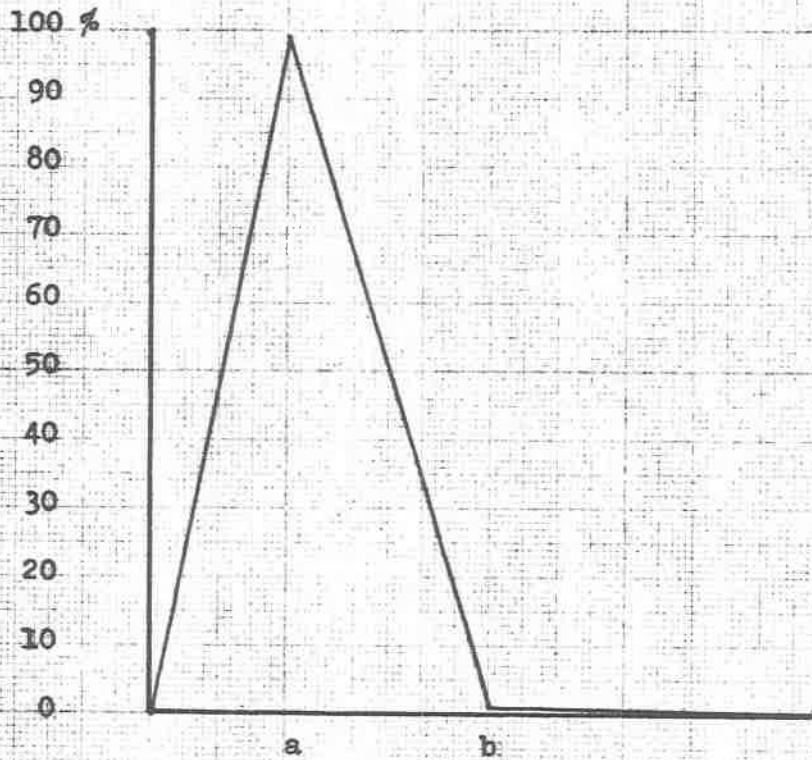
G R A F I C A

CUESTIONARIO A LOS MAESTROS

8.-¿CREE USTED QUE LA DESNUTRICION INFLUYA EN SU
DESARROLLO FISICO Y MENTAL?

a) SI

b) NO



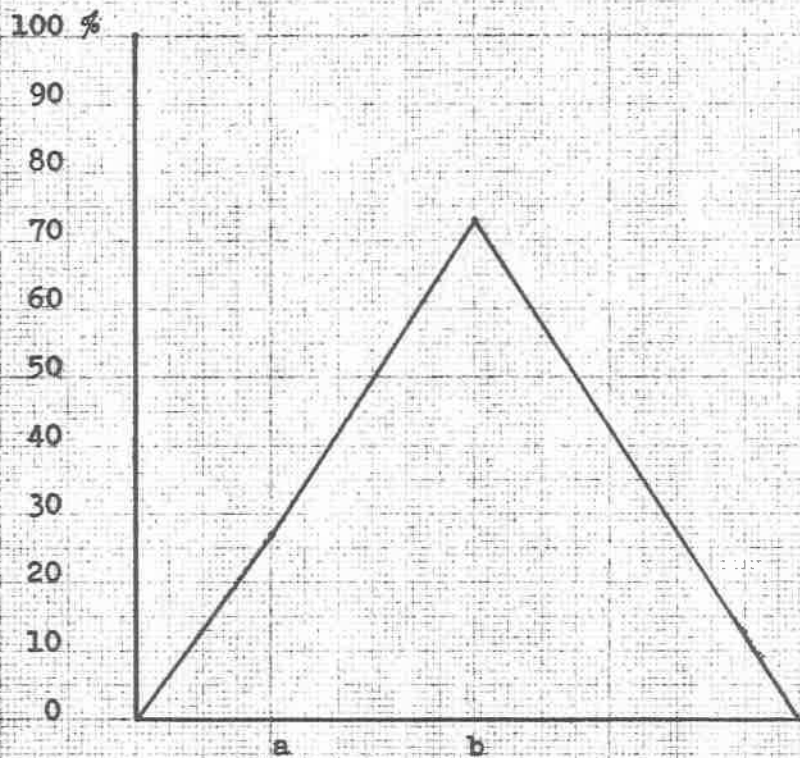
G R A F I C A

CUESTIONARIO A LOS MAESTROS

9.-¿CREE USTED QUE TOMAN SUS ALUMNOS ALIMENTOS NUTRITIVOS?

a) SI

b) NO



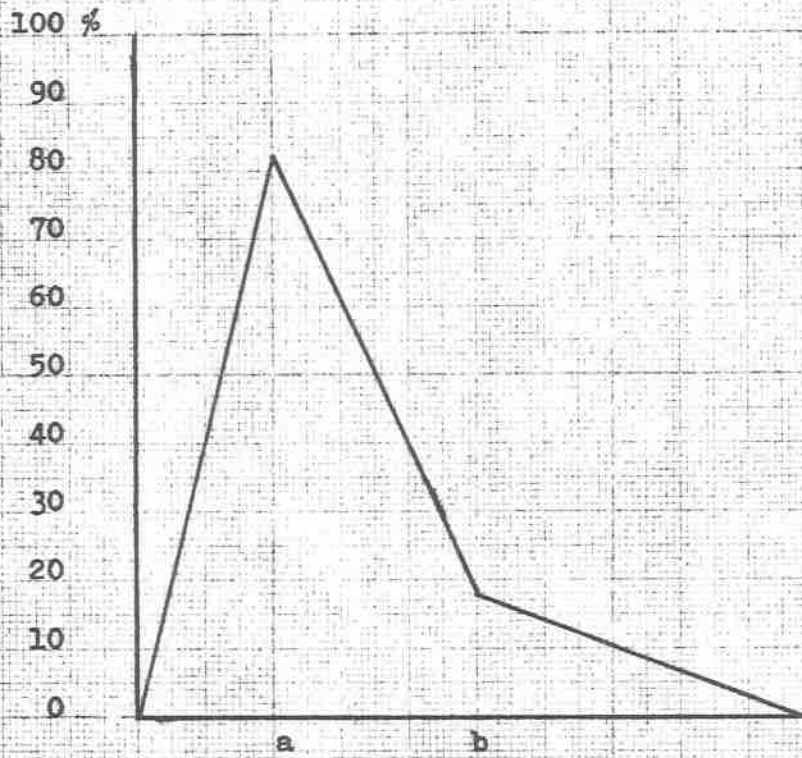
G R A F I C A

CUESTIONARIO A LOS MAESTROS

10.-¿CREE QUE SEA ALARMANTE LA DESNUTRICION EN MEXICO?

a) SI

b) NO



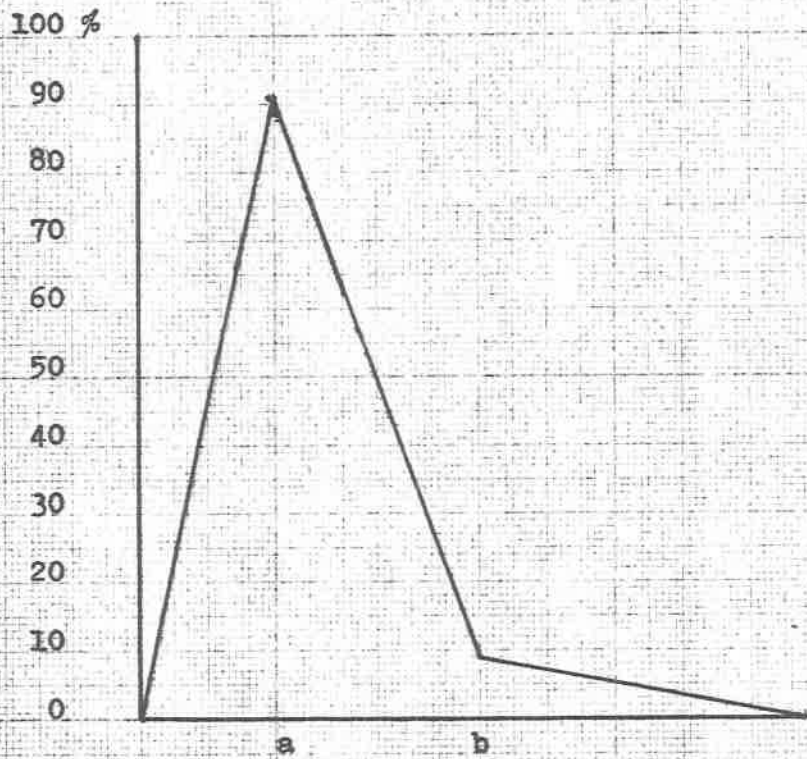
G R A F I C A

CUESTIONARIO A LOS MAESTROS

15.-¿ENTRE SUS ALUMNOS ATRASADOS HABRA PROBLEMAS DE MALA ALIMENTACION?

a) SI

b) NO



G R A F I C A

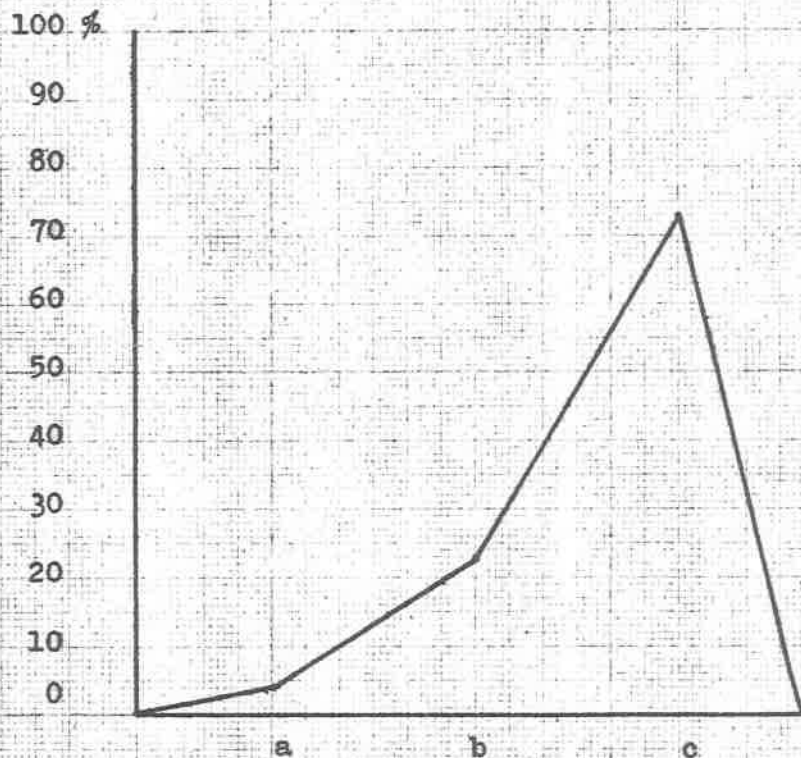
QUESTIONARIO A LOS MAESTROS

16.-¿CUAL ES EL RENDIMIENTO DE UN NIÑO MAL ALI-
MENTADO?

a) BUENO

b) REGULAR

c) DEFICIENTE



G R A F I C A

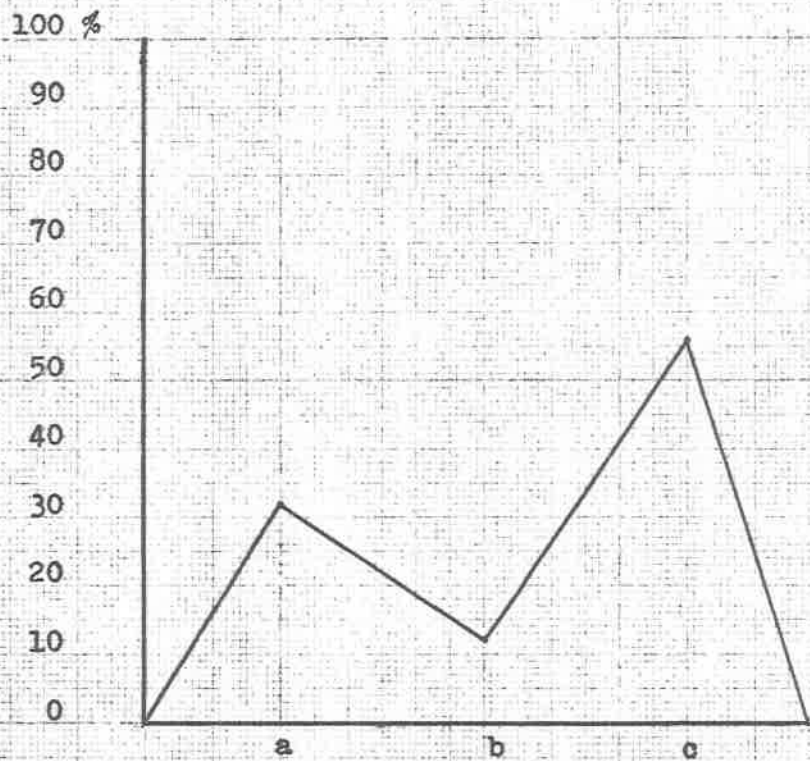
CUESTIONARIO A LOS MAESTROS

18.-¿PLATICA USTED CON LOS PADRES DE FAMILIA HACERCA DE LA ALIMENTACION DE SUS HIJOS?

a) SI

b) NO

c) A VECES

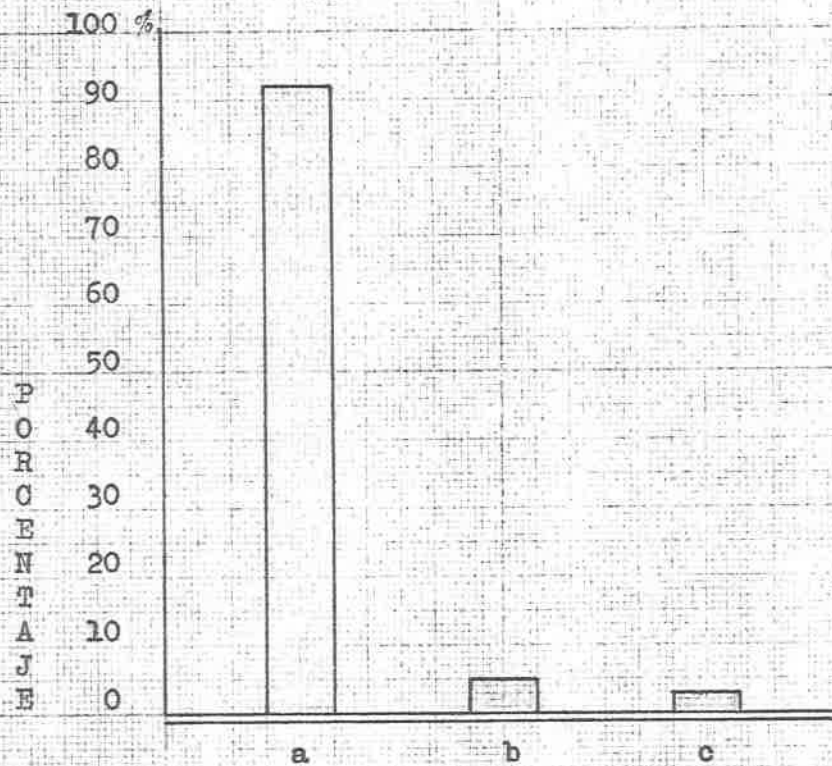


GRAFICA.

ENTREVISTA A LOS PADRES DE FAMILIA .

2.- ¿ Desayuna antes de irse a la escuela ?

a) Si b) No c) A veces.



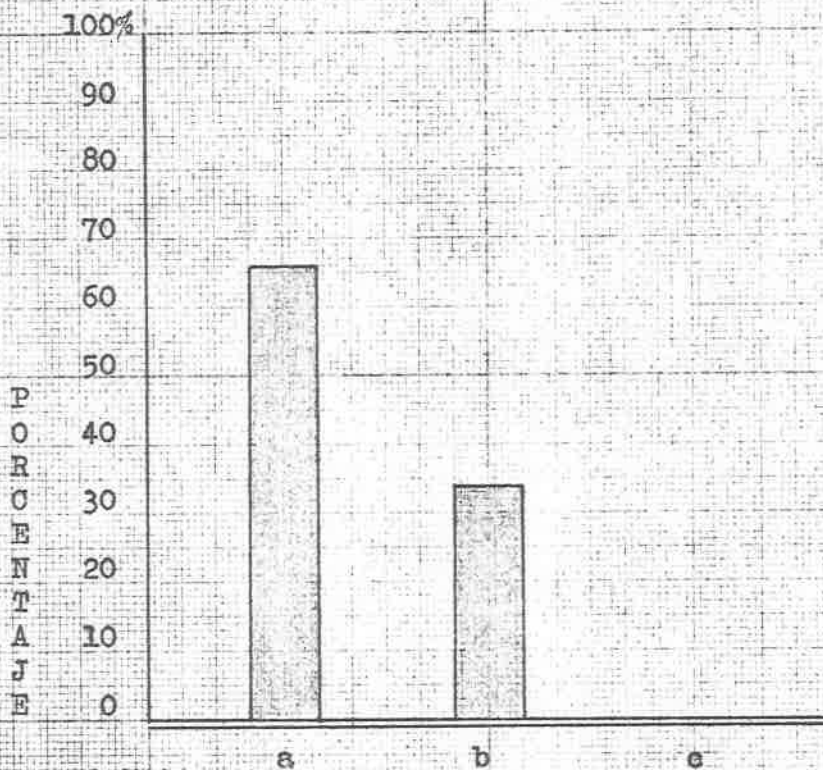
GRAFICA .

ENTREVISTA A LOS PADRES DE FAMILIA .

5.- ¿ La alimentación que toma le es suficiente para el transcurso de la mañana?

a) Si

b) No



GRAFICA .

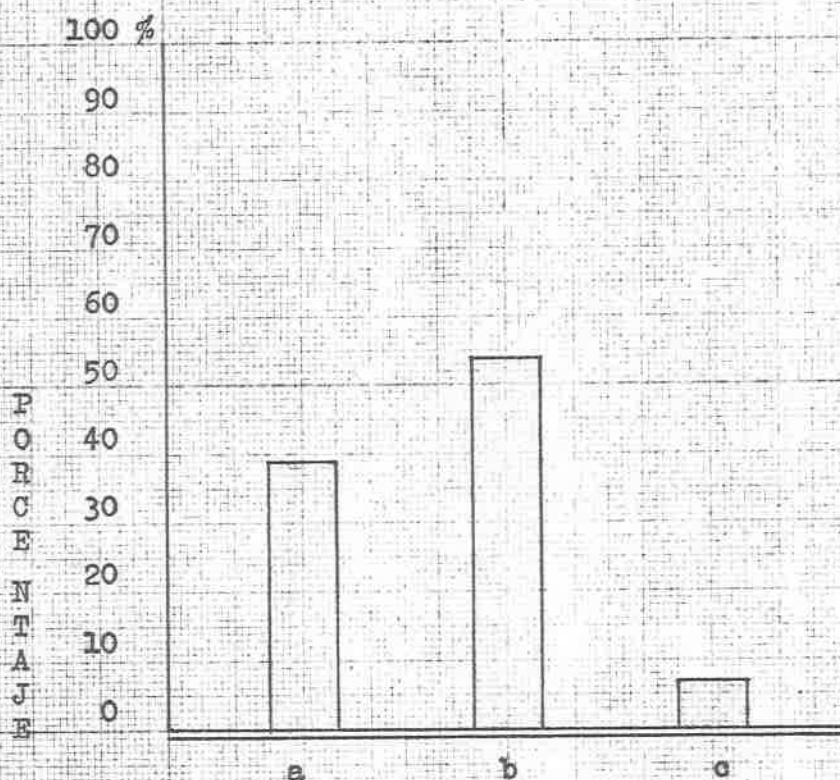
ENTREVISTA A LOS PADRES DE FAMILIA .

11.- ¿ Diariamente toma leche ?

a) Si

b) No

c) A veces



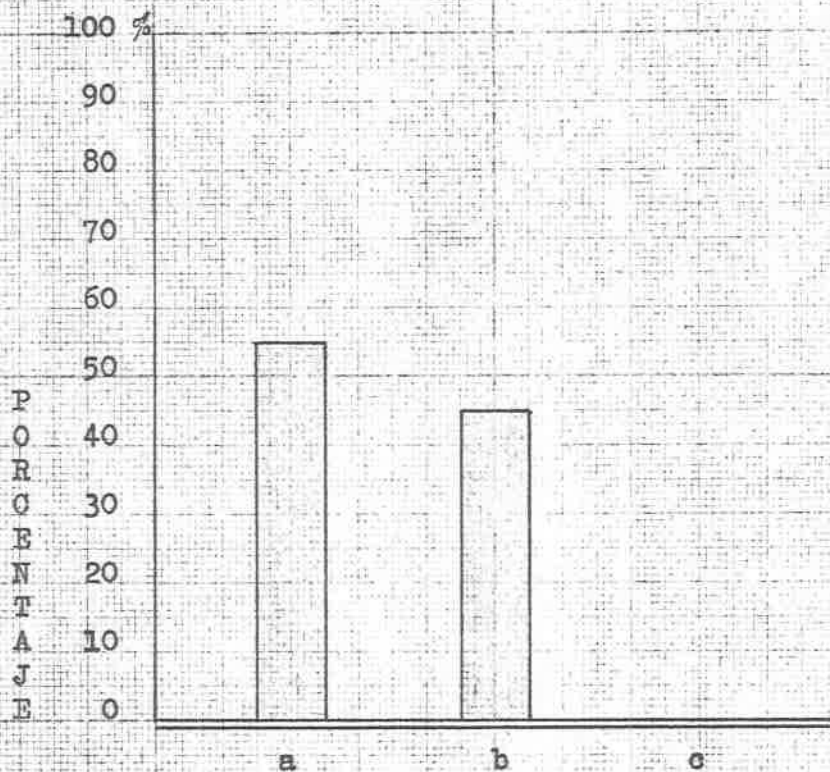
G R A F I C A .

ENTREVISTA A LOS PADRES DE FAMILIA

12.- ¿ Su hijo come carne con frecuencia ?

a) Si

b) No

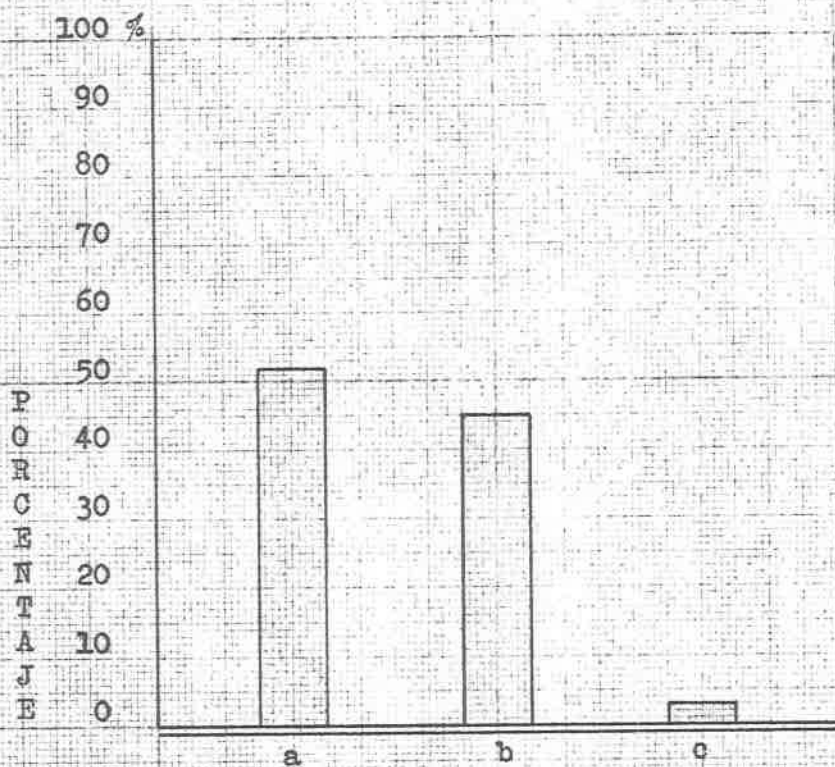


G R A F I C A .

ENTREVISTA A LOS PADRES DE FAMILIA.

13.- ¿ Acostumbra su hijo a comer verduras ?

a) Si b) No c) A veces

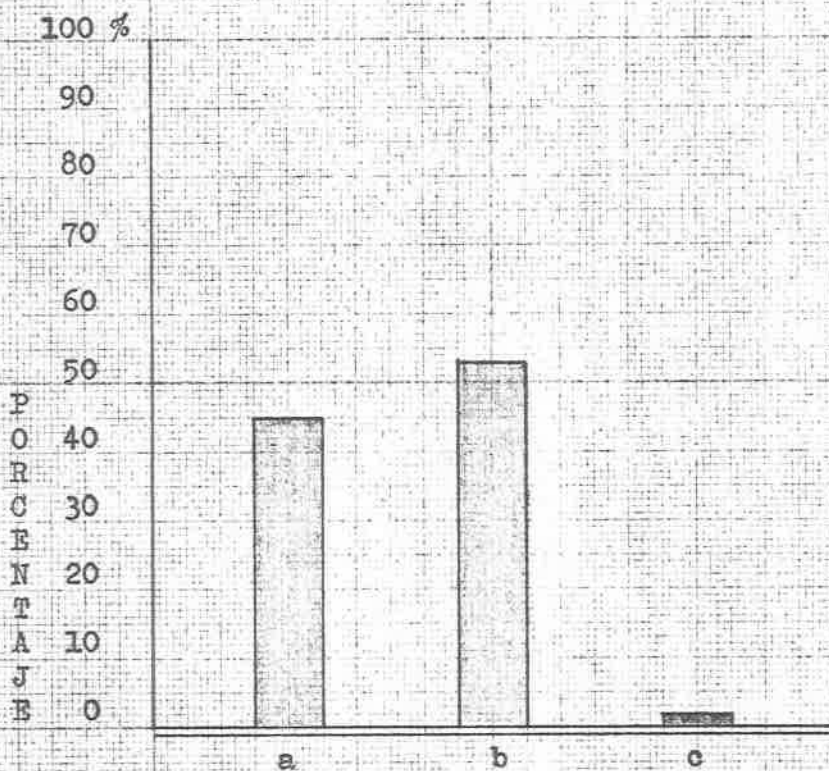


GRAFICA.

ENTREVISTA A LOS PADRES DE FAMILIA.

17.- ¿ Come pescado en la semana ?

- a) Si b) No c) A veces



GRAFICA.

ENTREVISTA A LOS PADRES DE FAMILIA.

18.- ¿ Toma sus tres alimentos al día ?

a) Si

b) No

