



Secretaria de Educacion Publica  
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL

Unidad UPN-021



✓  
**La Nutricion y su Influencia en el Aprendizaje**

Presentado por:

*Jose Angel Delgado Andrade*

Tesina presentada para obtener el titulo

*Licenciado en Educacion  
Primaria*

Mexicali, B. C.

Septiembre de 1991

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA  
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL

Unidad UPN-021

La Nutrición y su Influencia en el Aprendizaje.

JOSE ANGEL DELGADO ANDRADE

Mexicali, B. C.  
Septiembre, 1991.

43-77-8-1-122

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA  
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL  
Unidad UPN-021

La Nutrición y su Influencia en el Aprendizaje

JOSE ANGEL DELGADO ANDRADE

Tesina presentada para obtener el título de  
Licenciado en Educación Primaria

Mexicali, B. C.  
Septiembre, 1991.

**OFICIO: 112/A/91.-  
ASUNTO: DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION**

**Mexicali, B.C., a 11 de SEPT de 1991**

**C. Profr. JOSE ANGEL DELGADO ANDRADE**

**Presente:**

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Titulación de esta Unidad y después de haber analizado el trabajo de titulación, alternativa.

TESINA

Titulado " LA NUTRICION Y SU INFLUENCIA

EN EL APRENDIZAJE "

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 siete ejemplares como parte de su expediente al solicitar el examen.

Atentamente,



Presidente de la Comisión

**S. E. P.  
UNIVERSIDAD PEDAGOGICA  
NACIONAL  
UNIDAD SEAD No. 021  
MEXICALI, B.C.**

**Profr. Sergio Torres Montero**



# INDICE

## INTRODUCCION

### CAPITULO I

#### DEFINICION DEL OBJETO DE ESTUDIO

A. Planteamiento del Problema. . . . .	3
B. Delimitación del Problema . . . . .	4
C. Selección del Tema. . . . .	4
D. Trascendencia . . . . .	6
E. Justificación . . . . .	7
F. Objetivos . . . . .	9

### CAPITULO II

#### MARCO REFERENCIAL

A. Contexto Social. . . . .	11
B. Contexto Institucional . . . . .	19
C. Relación del Tema con el Contexto. . . . .	24
1. Contexto Social . . . . .	24
2. Contexto Institucional. . . . .	25

# CAPITULO III

## REFERENCIAS TEORICAS Y CONCEPTUALES

A. Los Elementos que Conforman el Proceso Educativo. . . . .	.28
1. Educación, Enseñanza y Aprendizaje . . . . .	.28
2. Los Sujetos: Maestros y Alumnos. . . . .	.33
3. Relaciones entre los Sujetos . . . . .	.35
4. La Adquisición del Conocimiento en el Niño . . . . .	.36
B. Antecedentes de la Alimentación . . . . .	.38
1. Evolución de la Alimentación . . . . .	.38
2. Problemas Nutricionales. . . . .	.40
3. Transtornos Predominantes. . . . .	.42
4. La Nutrición y los Programas Escolares . . . . .	.43

CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

BIBLIOGRAFIA

## INTRODUCCION

## INTRODUCCION

En el trabajo docente, se hace necesario cuidar, y atender todas las situaciones que de una manera u otra vienen a trastornar el proceso educativo.

Uno de los problemas que se consideran graves es la desnutrición del niño en edad escolar; por encontrarse en pleno proceso de crecimiento y desarrollo.

La desnutrición es una enfermedad sufrida en nuestras comunidades quizás por muchas razones, pero las que consideramos más fuertes son: la falta de conocimiento en materia de alimentación y la otra que quizás sea la más importante, es la falta de recursos económicos en las familias.

En este trabajo, se pretende ofrecer una alternativa para corregir en la medida de lo posible la gravedad del problema; esperando que de alguna manera fortalezca nuestro propósito.

CAPITULO I  
DEFINICION DEL OBJETO DE ESTUDIO

# CAPITULO I

## DEFINICION DEL OBJETO DE ESTUDIO

### A. Planteamiento del problema

En nuestro trabajo docente, continuamente nos encontramos con una serie de problemas que afectan el proceso enseñanza-aprendizaje, el impulso por contrarrestar aunque sea en mínima medida alguno de ellos, da lugar a la necesidad de realizar un estudio acerca de la problemática que representa la desnutrición en los niños con edad para la educación primaria, y de manera más concreta su relación con los procesos de aprehensión del conocimiento.

La nutrición es la base para la salud; el escolar sano, puede seguir su evolución física y mental en las mejores condiciones y éstas resultan indispensables para todas las actividades sociales y científicas que realizan. Nuestro deber como docentes, es proporcionarle los instrumentos y conocimientos que les resulten efectivamente útiles para enfrentar los requerimientos que este renglón les exige desde su nacimiento.

La nutrición forma la parte más importante de nuestra vida. En estas condiciones se hace necesario colocar al escolar desde el principio en una situación que le permita apreciar y utilizar de la mejor forma todos los elementos que le conforman, de tal manera que el niño mejor nutrido estará en condiciones para construir

situaciones y aplicarlas en la solución de problemas cotidianos.

Por tales razones nuestro problema reside en determinar: ¿cómo influye la desnutrición en el aprendizaje escolar de Educación Primaria? Obviamente nuestro planteamiento es muy amplio, pero sin embargo, de él partiremos para delimitar el campo concreto que nos interesa abordar.

## B. Delimitación del problema

Es necesario señalar, que realizaremos este estudio con un grupo de niños y niñas de la escuela "Melchor Ocampo", ubicada en el Ejido Michoacán de Ocampo del Valle de Mexicali.

Este grupo de alumnos pertenecen al quinto grado, sección "B"; el cual está integrado por diecinueve varones y ocho mujeres, haciendo un total de veintisiete alumnos. Sus edades fluctúan entre los diez y los doce años, se pretende realizar este estudio durante un período aproximado de tres a cuatro meses.

## C. Selección del tema

El interés por estudiar este problema, nace a partir de la observación de situaciones problemáticas que se nos presentan en la práctica de nuestro trabajo docente con mucha regularidad y que vienen a ser el común denominador de otros compañeros maestros.

Al presentar un conocimiento nuevo, nos damos cuenta que la mayoría de los niños no logran asimilarlo, y no precisamente porque no lo deseen, sino porque verdaderamente están imposibilitados para su aprendizaje. Regularmente vemos que estos niños son los de condiciones económicas más bajas, y les preguntamos qué desayunaron ese día. Las respuestas nos indican que lo ingerido, no es suficientemente nutritivo para la etapa del crecimiento en que se encuentran, menos aún los casos de los niños que confiesen no haber desayunado nada.

En nuestro caso, de un total de veintisiete alumnos del grupo, aproximadamente el 47% de los escolares se encuentran en esta situación. Al aplicar pequeños cuestionarios y preguntas directas sobre el consumo alimenticio, pudimos constatar que seguramente dicho porcentaje se habría incrementado considerablemente, si no es por las orientaciones que sobre la marcha fuimos haciendo, no nada más con los niños sino también con algunos padres que padecían de manera más fuerte el problema de una mala nutrición.

Otras situaciones en las que pudimos corroborar estas dificultades de retención, fue cuando los escolares se enfrentaron a los ejercicios de examen en los que se les pidió que resolvieran ejercicios que ya habían sido realizados durante el estudio de las unidades de trabajo.

Por otra parte, consideramos que el programa de quinto

grado presenta un gran vacío, al no contemplar un apartado lo suficientemente amplio sobre ventajas y desventajas de la nutrición.

Lo que nos parece aún más grave es que habiendo ya programas y libros bien fundamentados sobre el problema que nos ocupa, no se haya logrado una eficiente divulgación a todos y cada uno de los rincones en donde exista vida humana. De ahí que nuestra preocupación como docentes, es la de buscar alternativas viables. para que los niños se den plena cuenta de los perjuicios que acarrea el no estar bien alimentados, cuando en realidad se puede lograr haciendo un poco de esfuerzo.

#### D. Trascendencia

El problema planteado es trascendental desde dos vértices: uno pedagógico y otro social. Por un lado, se hace necesario buscar una metodología que proporcione al niño información sobre los alimentos que necesita, de acuerdo a la etapa del desarrollo en la que se encuentre; para que de esta manera se encuentre en condiciones óptimas para adquirir los conocimientos escolares que, posteriormente le servirán para incorporarse al medio social en el cual se desenvuelve, como persona activa y no como sujeto pasivo.

Nuestra intención no es cambiar los contenidos curriculares, sino incrementarlos; proponiendo actividades de información sobre alimentos con objetivos claros a cumplir dentro

del área de Educación para la Salud, o bien en un apartado diferente, pero eso sí, que de ninguna manera quede omitido el tratamiento específico de temas sobre nutrición.

## E. Justificación

En un sin fin de ocasiones, el niño hace como que aprende, y el profesor cree que enseña, cuando en realidad lo que ocurre es que los alumnos emplean mecanismos que les permiten sobrevivir en la escuela, impidiendo por lo tanto que se dé un verdadero proceso de asimilación del conocimiento curricular.

En nuestro caso particular, al igual que en el de muchos otros, hemos caído en el error de no observar detenidamente y tener bajo nuestro cuidado niños cuyo aprendizaje es deficiente. Equívocamente los hemos etiquetado con los seudónimos de burros e irresponsables, aumentando de esta manera su desinterés y provocando daños emocionales irreversibles, en el peor de los casos estas situaciones precipitan a muchos niños a abandonar la escuela, desertando de ella.

Por otro lado, hemos supuesto que el niño posee los conocimientos previos que le permitan aprender contenidos nuevos. No nos ocupamos en verificar si efectivamente los posee, cayendo en el error de proporcionar un conocimiento fragmentado que no les permite construirlo poco a poco de manera espontánea. Es por eso que resulta importante diagnosticar primero las condiciones en que

un alumno ingresa a un grupo, para de ahí partir y brindarle la ayuda necesaria.

A lo largo de nuestra práctica docente, este problema se ha venido repitiendo y la solución que le habíamos dado hasta ahora recaía en lo dicho con anterioridad: que era burro, irresponsable, que tenía problemas mentales, etc. Hoy con las observaciones hechas, estudios realizados y cuestionamientos que hemos logrado; intentamos dar una solución distinta, que ante todo nos conduzca a un proceso de enseñanza de los contenidos, más adecuado; resultado que redundará en un mejor aprovechamiento de los recursos alimentarios, lo cual permitirá al alumno tomar conciencia de la importancia que tiene mantener una buena dieta alimenticia,

No debemos perder de vista que como maestros, estamos inmersos en un contexto institucional que influye y determina nuestras concepciones sobre la elaboración y construcción del conocimiento, así como su transmisión. Programas, libros de texto, horarios, normas, criterios de evaluación, etc; son elementos que condicionan el nivel de funcionamiento y organización de una escuela, pero también el nivel de ejercicio de nuestra práctica docente. Aún así, tenemos la firme convicción de que podemos transformar, modificar e incluir contenidos programáticos que bien fundados, permitan una optimización de los esfuerzos en el proceso enseñanza-aprendizaje.

Nuestra perspectiva sobre el conocimiento de buenos hábitos

nutricionales y su aprovechamiento, es la esencia del contenido. En esta perspectiva de enseñanza, el punto de partida es el estudio de la nutrición, para determinar en qué medida afecta al niño en su capacidad de aprendizaje, así como en su evolución.

## F. Objetivos

En lo particular, consideramos que en nosotros recae la responsabilidad de atender y descubrir las deficiencias, por las cuales los niños no atiendan como se requiere sus necesidades de aprendizaje. Deseamos tener alumnos activos y participativos, que vean que la necesidad de estar bien nutridos, es un factor determinante para su desarrollo, tanto corporal como mental.

Entre otros, los objetivos que nos hemos propuesto son:

- Identificar si la desnutrición es un factor determinante para que el alumno de quinto grado, no comprenda ni asimile los conocimientos que se le imparten.
- Descubrir las necesidades generales sobre el problema.
- Determinar si el padre de familia posee conocimientos suficientes sobre el problema.
- Identificar las causas que originan el problema.

CAPITULO II  
MARCO REFERENCIAL

## CAPITULO II

### MARCO REFERENCIAL

#### A. Contexto social

En la parte suroeste de la ciudad de Mexicali, capital del Estado de Baja California; se encuentra ubicado el Ejido Michoacán de Ocampo, pertenece a la delegación municipal de Cerro Prieto, y forma parte del Valle de Mexicali, con respecto al cual se encuentra en la parte noroeste. Colindando al norte, con el Ejido Guanajuato; al sur con la colonia Cerro Prieto; al este con el Ejido Chihuahua; y al oeste con la colonia Pacífico.

El tipo de suelo que predomina en este ejido, es arcilloso o sea tierra negra, que se emplea principalmente para la agricultura.

El clima que predomina, es el mismo que posee el valle de Mexicali, muy seco y extremoso, con poca humedad durante todas las estaciones del año, llamado semidesértico.

El agua con la cual se cubren las necesidades de irrigación y uso doméstico del ejido, llega a través de dos canales que se abastecen de un canal principal llamado Solfatara, el cual a su vez es alimentado por las aguas del Río Colorado.

Flora. El Ejido Michoacán de Ocampo cuenta con una

vegetación excelente, existen una gran variedad de plantas y árboles tanto ornamentales como frutales; por ejemplo entre la vegetación de ornamento encontramos: bugambilias, camelias, rosales, álamos, fresnos, eucaliptos, mezquites, juncos, etc; y entre los frutales tenemos: naranjos, limoneros, toronjas, granados, duraznos, moreras, limas, palmeras datileras, higueras, etc.

Fauna. La fauna que existe en este ejido es de tipo doméstico como: vacas, cabras, cerdos, gallinas, patos, perros, gatos, caballos, mulas, guajolotes y cochenas.

La fauna silvestre, aunque en menor escala, está compuesta de gallos del monte, conejos, güilotas, liebres, codornices, correcaminos, aguilillas, coyotes, lechuzas, etc.

Comunicación y transporte. Este Ejido está comunicado con la ciudad de Mexicali y con el resto de los ejidos por medio de la carretera estatal No. 2. Posee el servicio de transporte público en autobuses de compañías privadas y por parte del estado (COMUNDER), a intervalos de tiempo de una hora, este último servicio facilita el transporte del estudiantado de todo nuestro valle, gracias a las aportaciones con las que los ejidatarios participan para colaborar en el financiamiento del servicio estatal. El promedio de automóviles existentes en la comunidad, es uno por cada familia, resolviendo así el problema del transporte.

También cuenta con otros servicios como el de teléfono público, servicio que se proporciona a nivel local, nacional e internacional, entrega diaria de periódico y servicio de correos. Los habitantes cuentan además en sus casas, con radio y televisor, medios informativos que les permiten estar al día con lo que ocurre dentro y fuera del país.

Características de la población y procedencia. En los habitantes de este ejido, las características son muy variadas puesto que se encuentra gente originaria de diversas partes de la república; en forma general se puede decir que, al igual que en el resto del valle de Mexicali, la mayoría de los habitantes son mestizos.

Los pioneros de este ejido llegaron del interior de la república, principalmente del estado de Michoacán, existiendo gran parentesco entre ellos mismos. Son pocos los habitantes pioneros que aún existen. La mayoría de la población actual es nacida en Baja California.

En lo referente a la religión, la mayor parte de sus habitantes practican la religión católica, aunque existe un número considerable que practican otros cultos, entre ellos las religiones derivadas del protestantismo.

Número de habitantes. Esta comunidad cuenta con cuatro mil habitantes, según datos obtenidos, de los cuales el cuarenta y

cinco por ciento están en edad escolar, bien sea primaria, preescolar, secundaria, preparatoria o profesional.

Ocupación adulta. En esta comunidad, que tiene como actividad central la agricultura, la mayoría de los habitantes que desempeñan un trabajo no se dedican al cultivo de la tierra, sino como empleados de la Planta Geotérmica de Cerro Prieto, como jornaleros, técnicos, operadores de máquinas, etc.

El resto de los habitantes se dedican a la agricultura, ganadería y al empaque del espárrago, actividades que aunque son temporales, emplean un significativo porcentaje de trabajadores de ambos sexos.

La población en edad escolar, participa en los quehaceres domésticos y del campo. En el tiempo libre practican algunos deportes como vólibol, baloncesto, fútbol, béisbol, etc.

Existe un núcleo poblacional que se dedica a la agricultura, formado por los ejidatarios, los cuales se encuentran afiliados a organizaciones políticas como la Confederación Nacional Campesina (CNC) y la Liga Agraria Estatal (LAE).

El ingreso económico del trabajador promedio en este poblado es ligeramente superior al mínimo. Los que se dedican a la agricultura cuentan con buenas tierras de cultivo, lo que les permite obtener ingresos económicos regulares. Los trabajadores de

la Planta Geotérmica de Cerro Prieto obtienen salarios superiores al mínimo. El jornalero, que no tiene un trabajo estable, es el que por lo regular recibe el salario más bajo, es precisamente en las familias de estos últimos trabajadores en donde se observan los niños con problemas de mal nutrición y por lo tanto, con problemas de asimilación en el proceso de aprendizaje.

Condiciones sociales y materiales. La mayoría de los habitantes de esta comunidad pertenecen a la clase social media baja, aunque existen también varias familias de escasos recursos económicos, siendo estos niños los que presentan deficiencias diversas, en el proceso que nos ocupa. Esta comunidad cuenta con agua potable; carece del servicio de drenaje el cual está sustituido por fosas sépticas y letrinas.

Las calles en lo general se encuentran en buenas condiciones, están revestidas en su totalidad con arena traída de la sierra, y se cuenta con una calle pavimentada, se incluye también la Carretera Estatal No. 2, cuya trayectoria cruza el centro del poblado. Se cuenta también con un carro-tanque que riega diariamente las calles para evitar que el paso de los vehículos levante demasiado polvo.

Las condiciones materiales de las casas de esta comunidad ejidal son buenas, casi todas son de ladrillo y cuentan con piso de cemento; aunque existen todavía algunas casas de adobe y cachanilla.

Se cuenta con un servicio de farmacia y consultorio médico. Existen varias tiendas de abarrotes, una miscelánea, un establecimiento de renta de películas, una tortillería, una carnicería, dos gasolineras, una llantera y algunos talleres que proporcionan el servicio de mecánica en general, una ferretería, una refaccionaria (que vende partes para automóvil), una tienda de telas y retazos, y durante la época veraniega abren sus puertas una nevería y una paletería, que además cuenta con un surtido de aguas frescas.

Para la práctica del deporte cuenta con campos de béisbol, fútbol y canchas para jugar baloncesto.

Esta comunidad cuenta con un salón social que está destinado para sesiones ejidales, reuniones políticas, conferencias, fiestas particulares y familiares, etc.

El parque recreativo está dotado de una gran cantidad de árboles de sombra, de ornato; y un bonito kiosco; en él se realizan tardeadas, todos sus pasajes son de cemento presentando gran atractivo y originalidad.

La Junta de Mejoramiento Moral Cívico y Material. No podríamos pasar a otro aspecto, sin antes mencionar el papel tan importante que desempeña esta institución en la comunidad, ya que brinda ayuda al deporte y a los festejos del ejido tales como: "Día de las Madres", "Día del Maestro", "Día del Niño", "Día del

Estudiante" y el día en que se celebra el "Asalto a las Tierras", evento que se festeja el 27 de enero de cada año, recordando todas y cada una de las hazañas de los participantes, unos muertos y otros aún con vida.

Centros educativos y culturales. Se cuenta con un jardín de niños, una escuela primaria y una escuela secundaria, lo que evita a la población escolar tener que emigrar a otras comunidades en busca de estos servicios educativos.

En el salón social periódicamente se ofrecen cursos de danza, costura, guitarra y otras actividades culturales que propician la superación personal de los habitantes que así lo deseen.

La parte de la población que cuenta con mayor edad y que no terminó la educación primaria, sabe leer y escribir en su mayoría.

La población más joven (entre 18 y 25 años), cuenta con estudios de secundaria y son varias las personas que poseen estudios de bachillerato y/o alguna carrera corta, como la de secretariado, cultora de belleza, recepcionista, etc.

La población infantil y adolescente (de 6 a 15 años de edad), acuden a las escuelas de la comunidad.

Los alumnos egresados de escuela secundaria que desean

continuar sus estudios de nivel medio superior, acuden al Colegio de Bachilleres del ejido Nuevo León, al Colegio Nacional de Educación Profesional (CONALEP) del ejido Puebla que proporciona enseñanza técnica, y otros acuden a las diversas escuelas o academias particulares de la ciudad de Mexicali.

En la comunidad se festejan las fechas que marca el calendario oficial escolar, dedicando especial atención a las celebraciones del 16 de septiembre, 20 de noviembre y 27 de enero; ya que son enmarcadas con el desfile de estudiantes locales por algunas calles de la comunidad.

En este ejido se cuenta con el servicio de biblioteca pública, los alumnos acuden a ella para concluir sus tareas o para consultas. Esta dependencia es atendida por dos maestros en horarios matutino y vespertino, para poder satisfacer las diferentes necesidades. Además cuenta con un museo inaugurado recientemente, el cual es atendido por la Profra. Bertha Chávez Villalobos; este museo cuenta con datos históricos del ejido en lo general.

Datos históricos de la comunidad. Este ejido perteneció al latifundio de la empresa "Colorado River Land Co.", monopolio norteamericano, que controló la agricultura de nuestro valle, desde principios de siglo hasta alrededor de 1937, año en que el Gral. Lázaro Cárdenas, realizó la expulsión de esta compañía, organizando al valle en comunidades ejidales. Fue así como en el

año antes mencionado, nace el ejido Michoacán de Ocampo; el gobernador de Baja California en esa época, era el Gral. Rodolfo Sánchez Taboada.

Las primeras autoridades que tuvo esta comunidad ejidal fueron: el Sr. Leonardo Guillén, Presidente del Comisariado ejidal; el Sr. Jesús Guillén, secretario y el Sr. Sacramento Guillén, Tesorero. La mayor parte de los ejidatarios pioneros de este ejido, participaron activamente en el movimiento agrario de 1937.

## B. Contexto Institucional

Características específicas de la comunidad escolar. La Escuela Primaria "Melchor Ocampo" está ubicada en el centro del mismo poblado, entre las avenidas Lázaro Cárdenas y Venustiano Carranza, ocupa una superficie de diez mil metros cuadrados.

Aspecto material. El edificio escolar está constituido de ladrillo, tiene dos secciones que están divididas por un amplio patio de tierra donde juegan los niños, existe un salón para almacén y una construcción aparte para la dirección.

El edificio escolar cuenta en su frente con una amplia barda de ladrillo comprimido y rejas, lo que permite en conjunto con su banqueta, una vista agradable tanto para los niños como para la comunidad, ofreciendo gran seguridad y privacidad en el

trabajo docente.

En su mayoría cada salón cuenta con un aparato de ventilación, a excepción de algunos salones que comparten el ventilador, algunas aulas cuentan con depósito para el agua de beber y amplios ventanales por ambos lados, lo que permite una buena iluminación. En lo que se refiere a los pupitres, están en pésimas condiciones.

En la sección de la parte oriental, están construidos unos sanitarios con fosa séptica, también se cuenta con doce letrinas para resolver las necesidades fisiológicas de los alumnos.

La escuela cuenta con un autobús para el transporte del alumnado, en las diferentes participaciones escolares realizadas fuera de la institución como competencias deportivas o concursos educativos y culturales.

En el patio que se encuentra frente a la dirección de la escuela, cada lunes los alumnos realizan los respectivos honores a la bandera debidamente uniformados (de falda azul y blusa blanca las niñas, y de pantalón azul y camisa blanca los niños). Los grupos de los grados superiores, son asesorados por un maestro para que ellos mismos organicen la ceremonia cívica, mientras que en los grados inferiores el maestro encargado del grupo los realiza.

Procedencia del alumnado. la población escolar casi en su totalidad, pertenece al mismo ejido, salvo un número muy reducido de ellos que proviene de las colonias Cerro Prieto, Pacífico y otros ranchos cercanos a la misma.

La cantidad de alumnos con que cuenta la escuela actualmente es de 393, de los cuales 219 son varones y 174 son mujeres.

Los alumnos en su mayoría pertenecen a la clase social media baja; consideramos que les hace falta saber qué es una buena alimentación y cómo poder llevarla a cabo, para un mejor aprovechamiento de lo ingerido tanto en el hogar como en la escuela. Contamos con una tienda escolar en la que se venden tortas, refrescos embotellados y jugos que ayudan en algo a las necesidades de los niños en su horario escolar, pero es necesario decir que, más que vender productos benéficos para la salud, se ofrecen productos chatarra, que en nada los nutren.

Sistema y organización a la que pertenece. La Escuela Primaria "Melchor Ocampo", es de organización completa y pertenece a la XV zona, del sistema estatal. La institución cuenta con una planta de 15 maestros de grupo, un maestro de educación física y un maestro de actividades culturales; en el aspecto administrativo existe un auxiliar de la dirección, que ayuda al director en el manejo de la documentación y el director que es de nombramiento efectivo.

La experiencia docente de los maestros que trabajan en la escuela es muy variada, ya que el tiempo en servicio de los compañeros varía entre los 9 y los 27 años, con excepción de cuatro compañeros que tienen de 2 a 4 años.

La relación entre los integrantes del personal puede calificarse como buena, aunque en ocasiones hay desacuerdos en algunas actividades de trabajo o bien en algunas participaciones escolares, situación que consideramos normal, puesto que en cualquier marco de relaciones humanas existen. Acciones que resultan benéficas, ya que vienen a enriquecer el trabajo de grupo.

Los padres de familia de nuestro grupo en lo general, pertenecen a la clase social baja, factor que hace más agudo nuestro problema. A excepción de uno de ellos que es profesionista; de los 26 restantes algunos ni siquiera saben leer ni escribir, claro que son pocos, pero eso hace más difícil el apoyo a sus hijos.

Las relaciones entre las 27 familias, son buenas y se preocupan en la medida de sus posibilidades, por darle a sus hijos los cuidados necesarios, sin embargo en varias ocasiones nos han externado que no se sienten capaces de poder tratar en forma adecuada las conductas y necesidades que surgen, sobre ello nos han expresado su preocupación y solicitado apoyo. También se sienten muy preocupados por el auge televisivo, videos y aparatos

de juegos electrónicos como los "nintendos", "ataris", etc; que les quitan tiempo a los estudiantes para realizar sus tareas tanto escolares como domésticas.

La relación padres de familia-escuela es buena y frecuente; cooperan en las actividades que propone la Asociación de Padres de Familia para beneficio del plantel escolar, así como en otras actividades. Es por eso que resulta necesario estrechar cada vez más las relaciones con ellos, en lo concerniente al apendizaje de los alumnos y cómo pueden ellos ayudarlos en sus hogares.

El grupo que atendimos y observamos para llevar a cabo este estudio de investigación fue el quinto grado sección "B", con una inscripción de 19 niños y ocho niñas, o sea un total de 27 alumnos.

Al inicio del ciclo escolar, los niños presentaron inseguridad, pero conforme pasó el tiempo, estas manifestaciones fueron desapareciendo, integrándose cada vez más al grupo y a las actividades que se realizaban.

La cantidad de alumnos que conforman el grupo, nos permitió realizar nuestras actividades y así llevar a cabo las observaciones que consideramos pertinentes para nuestro estudio, así como las correcciones necesarias e indicaciones sobre el problema.

Las relaciones con los alumnos siempre fueron buenas, puesto que desde el principio brindamos confianza y aprecio al trabajo individual y colectivo. En cuanto a su personalidad, optamos por el respeto y la confianza, esto permitió que hubiera participación constante en el trabajo tanto dentro del salón de clases como en las actividades que se realizaban fuera. Durante el corto recreo, la mayoría de ellos regresaban al salón después de hacer sus compras y nos platicaban algunas experiencias o historietas que les parecían interesantes.

Consideramos las relaciones padres-hijos, de un valor fundamental para el desarrollo armónico y emocional del educando, así como de los demás aspectos. Las mamás son las que más relaciones tienen con ellos en lo que respecta a educación y visitas sobre su salud con el médico; esto lo observamos durante todo el ciclo escolar, ya que ellas asistían a firmar boletas cada vez que se hacía el llamado y siempre eran ellas quienes acudían a recibir información o a preguntar por la conducta de sus hijos, así como por los problemas de aprendizaje. Este interés nos permitió brindar el apoyo necesario hacia sus hijos, principalmente en el problema bajo estudio.

### C. Relación del tema con el contexto

#### 1. Contexto Social

Los habitantes del ejido Michoacán de Ocampo se distinguen

por el apoyo que brindan a la institución, aunque no falta por ahí algún comentario acerca de la deficiencia para enseñar de ciertos compañeros. En lo general, esto no ha sido causa de deterioro de la reputación de la escuela, puesto que la mayoría de los habitantes de esta comunidad son ex-alumnos.

Por lo expuesto, consideramos que las relaciones comunidad-escuela son favorables. En cuanto al problema que planteamos, la mayoría de los padres de familia se preocupan por proporcionar una alimentación balanceada a sus familiares; pero también nos han externado que los alimentos están cada día más altos en su costo y que lo poco que ganan no les ajusta para atender como ellos quisieran a sus hijos. Inclusive, algunos nos han dicho que están concientes del problema, y que confían en que de alguna manera la escuela los sacará adelante.

## 2. Contexto Institucional

El magisterio pasa por una etapa difícil, principalmente a nivel estatal, por ser zona fronteriza, en lo referente a la percepción salarial. Esta situación, afecta de alguna manera el proceso educativo, ya que un buen porcentaje de maestros, tiene que atender otros trabajos para solucionar de la mejor manera sus necesidades familiares.

Ahora bien, de acuerdo a lo expuesto, presentamos cómo se dan las relaciones internas de los docentes en cuanto al tema que

tratamos.

Respecto al compañerismo no hay problema, salvo algunas pequeñas diferencias pero son muy esporádicas, lo que sí es necesario decir, es que el salario que se percibe está perjudicando en alguna medida su profesionalismo, su intento por llevar a cabo con eficiencia y responsabilidad la práctica docente.

A la vez, no les ha interesado si sus alumnos se alimentan o no antes de asistir a clases, con esto queremos decir que el maestro llega a su trabajo, resuelve los problemas inmediatos, pero su actividad no trasciende hacia aquellos problemas que no se perciben a simple vista y que suelen ser en buena medida los que obstruyen el aprendizaje del escolar; ya que se encuentra inmerso en tratar de resolver los suyos propios para tratar de darles solución.

Queremos finalizar diciendo que estas situaciones se observan en la gran mayoría de las escuelas, por no decir en todas.

CAPITULO III  
REFERENCIAS TEORICAS Y CONCEPTUALES

### CAPITULO III

## REFERENCIAS TEORICAS Y CONCEPTUALES

#### A. Los elementos que conforman el proceso educativo

##### 1. Educación, enseñanza y aprendizaje

Si hemos de hablar del proceso educativo, es necesario primeramente hablar de las condiciones que debe presentar un niño para que pueda adquirir los elementos de la educación. Es indispensable que el niño esté bien nutrido para que su capacidad de asimilación y atención se lleve a cabo de la mejor forma, puesto que un niño desnutrido carece de la energía necesaria para realizar normalmente el proceso de adquisición del conocimiento. Y hay que recordar que en la perspectiva social, la educación incorpora las diferentes clases sociales y sectores de la población, a las pautas culturales; además la educación ha permitido conservar y enriquecer la cultura, vincula a las nuevas generaciones con las viejas y garantiza así, la permanencia de las sociedades en el tiempo<sup>1</sup>. De allí que su valor sea invaluable y nosotros como educadores debemos de buscar alternativas para que ningún joven se quede sin aprovechar tan importante proceso.

En la historia reciente de México, la acción educativa ha sido presentada ante las grandes masas populares, como una alternativa de cambio, como una alternativa de ascenso social.

---

<sup>1</sup> UPN. Política educativa. Antología. SEP. México, 1988. p. 19.

En este tiempo que es el nuestro, a la educación le corresponde proporcionar valores, conocimientos, conciencia y capacidad de autodeterminación; esos conocimientos deben también por supuesto estar relacionados con su alimentación, su desarrollo, etc.

Con la educación primaria se busca más que con ninguna otra, la formación integral del individuo, la cual le permite tener conciencia social y que él mismo se convierta en agente de su propio desarrollo y del de la sociedad a la que pertenece. De ahí el carácter formativo, más que informativo que debe poseer la educación. Se pretende que el niño aprenda a aprender por sí mismo, de manera que esta actitud le sirva durante toda su vida, en la escuela y fuera de ella; permitiéndole buscar y utilizar por sí mismo el conocimiento; organizando sus observaciones a través de la reflexión, participando responsable y críticamente en la vida social<sup>2</sup>.

La educación formal, desde nuestro punto de vista, debiera tener como propósito fundamental, informar al niño sobre sus necesidades nutricionales y formarle hábitos sobre alimentación e higiene, para que de esta manera se encuentre en condiciones saludables y pueda desarrollar su inteligencia así como su personalidad, quedando apto para resolver los problemas que le plantee la vida diaria de una manera crítica y reflexiva.

---

2 SEP. Libro para el Maestro. Quinto grado. México, 1990. p. 12.

En el amplio campo del proceso educativo intervienen muchos elementos que le condicionan, estos se relacionan e interactúan unos sobre otros: educación, enseñanza, aprendizaje, práctica docente, etc. Pero consideramos que el factor más importante para que se den estos, es el factor salud y la salud se adquiere estando bien nutrido y no mal nutridos, logrando las condiciones óptimas para la asimilación.

El concepto educación ha sufrido modificaciones a través del tiempo, pero siempre ha permanecido el propósito de mejorar a las nuevas generaciones, de transmitir valores, costumbres y conocimientos. En la actualidad a la educación le corresponde desarrollar armónica e integralmente la personalidad del niño y prepararlo para que se desenvuelva y participe críticamente en su medio.

Así como las definiciones sobre desnutrición son variadas, lo importante es que se entiende en ellas la insuficiencia o carencia de nutrientes en el organismo. La desnutrición se encuentra ligada con la insuficiencia intelectual.

Así como diversas son las teorías sobre el proceso de aprendizaje, existen ciertos ejes de análisis en los que la mayoría de las definiciones coinciden, ya que lo toman como un cambio de conducta cuya práctica conduce a una progresiva adaptación, un cambio de actitud, una reacción a una situación

dada, una modificación de la personalidad. El aprendizaje supone una evolución y un desarrollo en el sentido en que nuestros conocimientos y destrezas se integran a lo largo de la vida. Las cuatro escuelas más importantes que explican el proceso de aprendizaje, son: la asociativa, la cognitiva, la psicoanalítica y la estructuralista. En todas ellas se expone que el proceso de aprendizaje y pensamiento son paralelos, y ambos se realizan en una interacción hombre-mundo.

Sin tomar en cuenta al individuo con deficiencias específicas para enfrentar la asimilación de los contenidos educativos, uno de los más graves problemas es la desnutrición, puesto que un niño con alimentación deficiente no adquiere el conocimiento necesario para su incorporación natural al medio en donde se desarrolla.

La relación entre aprendizaje y desarrollo se considera de distinta manera según la posición psicológica en la que nos situemos. Por ejemplo, para los conductistas, "el desarrollo es el producto de los efectos acumulativos del aprendizaje". Por el contrario, para los estructuralistas, el desarrollo explica el aprendizaje de tal manera que éste sólo es posible gracias al proceso de desarrollo en su conjunto, del cual constituye un elemento, pero un elemento que sólo es concebible dentro del proceso total. Para la corriente empirista, el aprendizaje abarca cualquier modificación de la conducta como resultado de la experiencia o bien por la estimulación del medio. Los cambios en

la conducta deben ser el resultado de su conocimiento nuevo. En la teoría racionalista: el sujeto descubre el conocimiento a partir de los datos o situaciones que se le presentan, y para que exista un aprendizaje se debe contar con experiencias previas y dar mucha importancia a las ideas innatas<sup>3</sup>.

Nuestra posición hacia el aprendizaje y desarrollo del escolar la hacemos desde el factor salud.

Podemos destacar que uno de los factores importantes para que se dé el conocimiento es la salud del sujeto que aprende. Hemos observado que un niño que carece de buena salud, se encuentra incapacitado para adquirir el conocimiento de la misma manera que un niño sano; por mejor método o corriente que se emplee, si el niño no se encuentra en condiciones óptimas, no logrará aprender los contenidos, y será un sujeto inadaptado en la sociedad.

Todo ser humano como parte de una sociedad, debe ser sociable; puesto que todo lo que aprende está determinado por el medio al cual pertenece, y es el contexto social el que determina los contenidos de aprendizaje y señala también el método de instrucción.

---

3 BRUBACHER, John. Filosofías Modernas de la Educación. Ed. Letras, S. A. México, 1964. pp. 74-76.

## 2. Los Sujetos: Maestros y alumnos.

Respecto a los sujetos que son elementos medulares del proceso enseñanza-aprendizaje, se entiende por maestro: un guiador, un orientador, un investigador que averigüe qué es lo que sabe el alumno y cómo razona, así como las condiciones nutricionales en las que se encuentra; con el fin de que organice y atienda los desaciertos observados de modo que haga que el niño pueda construir su propio conocimiento.

Al maestro se le considera como un observador y conocedor del desarrollo de sus alumnos, como un organizador de programas que abarquen actividades variadas y flexibles que faciliten y posibiliten la participación gradual y progresiva de los alumnos; se le considera como un apoyo al trabajo individual y de grupo, en fin; se le considera un sujeto activo que más que presentar un conocimiento ya elaborado, debe contribuir a que sus alumnos poco a poco lo vayan estructurando, en la medida de sus posibilidades. Por último, el maestro será el encargado de proporcionar aquellas situaciones [afectivas, culturales, naturales, etc.], que despierten el interés para el aprendizaje de algún conocimiento.

Al alumno se le concibe como un sujeto activo, participativo que aprende a través de sus propias experiencias, y que a partir de sus estructuras cognitivas previas va acomodando los conocimientos nuevos, proporcionando así, el desarrollo de su pensamiento. De esta manera, el niño viene a ser el propio

elaborador de su conocimiento, que movido por un interés actúa sobre un conocimiento determinado; así aprende de una realidad concreta y parte de sus conocimientos previos.

En esta línea, el proceso enseñanza-aprendizaje, debe propiciar que el alumno descubra el conocimiento, como una necesidad de dar respuesta a los problemas que le plantea la realidad. Este proceso debe satisfacer las necesidades reales tales como: sociales e intelectuales de los alumnos, aquí la enseñanza debe estar estrechamente ligada a la realidad inmediata de ellos, partiendo de sus propios intereses y debe forzosamente llevar una secuencia ordenada que permita al niño ir estableciendo las relaciones entre los conocimientos que se le van presentando. Esta enseñanza tendrá siempre como punto de partida, el estudio del pensamiento infantil, como estructuras intelectuales que evolucionan a lo largo del desarrollo, ya que ello nos permitirá saber las posibilidades y limitaciones de los alumnos, respecto al aprendizaje de un contenido determinado.

El grupo de compañeros debe constituirse en un generador de ideas. Nuestra concepción actual de lo que el grupo representa, está lejos de la concepción tradicional que encajonaba a los alumnos como receptores pasivos, no se les permitía participar más allá de lo que el maestro requería. El grupo no es sólo un conjunto de individuos obligados a aprender tal o cual contenido, sino una reunión de sujetos, con capacidades, costumbres, destrezas y actitudes distintas, que poco a poco y en base a sus

posibilidades va estructurando su conocimiento, los compañeros representan un apoyo para el aprendizaje.

### 3. Relaciones entre los sujetos.

La relación afectiva entre el niño y el maestro es fundamental. El maestro se enfrenta a un grupo de niños que difieren en capacidades y debe estar consciente de que no todos han podido desarrollarlas en el mismo tiempo y con igual éxito. El niño actúa frente al maestro con seguridad y confianza<sup>4</sup>.

Los niños necesitan vivir y sentir que conviven en un medio comprensivo, cordial, estimulante y afectuoso; porque es a través de ese tipo de ambiente como ellos adquieren confianza, seguridad en sí mismos y el deseo de participar dentro de un grupo.

Un elemento que en cierta forma determina las relaciones en el grupo, es el binomio libertad-autoridad.

En nuestra práctica, hemos percibido que aún cuando permitimos libertad a los alumnos para trabajar en el grupo y para realizar ciertas actividades y acciones, ellos tienen bien presente que al fin de cuentas el que manda es el maestro, es algo implícito que los niños no pierden de vista.

---

<sup>4</sup> SEP Libro para el Maestro. Quinto Grado. México, 1990. p. 14.

Sin embargo, el problema principal respecto de la autoridad y la libertad, es la concepción errónea de lo que representa la autoridad; a menudo es confundida con el autoritarismo. "La autoridad real no exige ni siquiera forzosamente muchos signos exteriores de respeto; a veces es compatible con una familiaridad bastante grande, pero se percibe su existencia porque el que la tiene siempre sabe hacerse escuchar, cada vez que se hace necesario.

El ideal sería que la autoridad no fuera más que un medio de guiar al niño hacia la satisfacción de las necesidades más profundas, es decir hacia su libertad de pensamiento, de expresión voluntaria, etc.<sup>5</sup>.

De esta manera, fomentar la autonomía en el niño, implica dar libertad en cuanto al rendimiento escolar, prescindir de críticas y de sanciones autoritarias y tener presente que no se trata de que el niño permanezca en silencio durante la clase, sino que encuentre un ambiente de aprobación para expresar o comunicar sus ideas, y fomentar el respeto absoluto a cada alumno, como persona.

#### 4. La adquisición del conocimiento en el niño.

Todo aprendizaje supone un proceso de construcción en el

---

<sup>5</sup> BERGE, André. La Libertad en la Educación. Ed. Kapelusz. Buenos Aires, 1986. p. 113.

que interviene la estructura intelectual para la adquisición de nuevos conocimientos.

Según Piaget<sup>6</sup>; el conocimiento sólo se concibe cuando se actúa sobre los objetos que el medio nos presenta, no surge de la mente del niño por pura imaginación ni porque su desarrollo se encuentre en un nivel elevado, sino que es ocasionado por la interacción de las estructuras mentales con el medio ambiente.

“El desarrollo mental e intelectual, es un proceso de reconstrucción del conocimiento. Los procesos de asimilación y acomodación, se presentan simultáneamente para permitir que el niño alcance progresivamente estados superiores de equilibrio”<sup>7</sup>.

Ahora bien, a través de la experiencia en el trabajo, nos hemos dado cuenta que, un niño en condiciones normales, aprende y construye el conocimiento de acuerdo a sus experiencias, pero también hemos descubierto que hay niños que no asimilan, que no son capaces de construir por sí mismos, situaciones nuevas de aprendizaje. Es por tal motivo, que planteamos el problema de la desnutrición, como un factor importante para que algunos de nuestros alumnos no adquieran los conocimientos de la educación, para ser alumnos activos dentro del proceso enseñanza-aprendizaje. Puesto que “la mala nutrición interfiere con el desarrollo normal

---

<sup>6</sup> PIAGET, Jean. Citado por Ed. Labinovicz en: Introducción a Piaget. Ed. Iberoamericana. México, 1987. p. 35.

<sup>7</sup> Idem.

del niño y ocasiona diferentes problemas, tales como: dificultad en el aprendizaje, apatía, menor desarrollo físico, etc. Esto influye directamente sobre el bajo rendimiento en el trabajo y la poca superación personal<sup>8</sup>.

## B. Antecedentes de la alimentación.

### 1. Evolución de la alimentación.

Desde que el hombre aparece en la Tierra, es lógico suponer que tuvo de alguna manera que alimentarse para sobrevivir.

Hemos considerado que el hombre poco a poco fue descubriendo cada uno de los alimentos, los hombres nómadas vivían del consumo de raíces y frutos; después se hizo más abundante al conocer la caza y la pesca. Tiempo después descubrió la agricultura, uno de los más importantes descubrimientos para su sobrevivencia, ya que desde ese momento dejó de ir de un lado a otro para conseguir sus alimentos.

El hombre desde el primer día en la Tierra, debió de haber estado muy preocupado e interesado en su alimentación. No obstante, resulta un hecho curioso el que aún después de haber registrado los eventos de su vida, haya omitido llevar el registro de lo que comía<sup>9</sup>.

---

8 SEP Programa de Educación en Nutrición. s/a .México, s/f. p. 120.

9 SIGURD Nasset, Edmund. Manual de Nutrición. Ed. Continental. México, 1985. p. 9.

Nadie sabe a ciencia cierta cómo ni cuándo empezó un estudio riguroso sobre los alimentos consumidos, ya que en todos los lugares del mundo se llevó y se lleva a cabo dicho proceso alimenticio.

Pero independientemente de cómo se llegó, lo importante es que el hombre primitivo descubrió gran variedad de plantas, frutos y animales comestibles con el propósito de hacer suculenta su dieta alimenticia. Al cabo del tiempo van surgiendo grandes preocupaciones como la muerte, la enfermedad, la salud, el aumento demográfico, etc., cuestionamientos a los que nuestros antepasados fueron dando solución mediante el estudio.

La salud, es el factor más importante y se refiere al estado de cabal bienestar del organismo. La nutrición es el acto y el efecto de alimentarse o nutrirse, la desnutrición es el cambio de las estructuras o funciones de las células y tejidos, debido a la falta de uno o más nutrientes o calorías<sup>10</sup>.

El estudio de la nutrición como un factor determinante en el proceso de aprendizaje en los niños, nos permitirá darnos cuenta si los niños con bajo rendimiento escolar tienen problemas de alimentación y buscar el por qué, ya que cada alumno presenta motivos diferentes, unos por falta de información adecuada, otros por escasos recursos económicos, otros por falta de atención de parte de los padres, etc.

---

10 CORINE H., Robinson. Fundamentos de Nutrición Normal. Ed. Continental. México, 1982. p. 375.

Es un hecho que la alimentación adecuada, constituye un elemento esencial para la salud, puede considerarse a la nutrición como una necesidad básica del individuo, que influye a corto, mediano y largo plazo, en la educación y la cultura. Por lo tanto, la nutrición representa un factor importante en el proceso educativo, repercutiendo en el proceso social.

La educación es un poderoso instrumento del desarrollo nacional que persigue la finalidad de aumentar la capacidad de quienes integran la sociedad, para que puedan hacer frente eficazmente a su medio físico y social. De hecho se pretende proteger la supervivencia de los grupos sociales, al transmitir el saber del pasado, los valores del presente y una visión del futuro<sup>11</sup>.

La educación puede concebir y programar la transmisión de los conocimientos y aptitudes adecuadas que se requieren, para mantener la salud y el progreso de la sociedad.

## 2. Problemas Nutricionales.

Es posible que algunos niños mal nutridos, no parezcan estar enfermos, pero observándolos cuidadosamente puede verse que no actúan tan bien como otros y que padecen muy diversos trastornos físicos y afectivos; aprenden más lentamente y pueden

---

<sup>11</sup> GRIFFIN A. y Luise Light. Enseñanza de la Nutrición. UNESCO  
Paris, s/f. p. 7.

transmitir los efectos sociales y biológicos de sus deficiencias a sus propios hijos en el futuro<sup>12</sup>.

Por lo tanto, la mala nutrición, es el factor que más influye en los índices de mortalidad infantil. Y nosotros como educadores debemos tener presente, que un número considerable de escolares de todo el mundo, son víctimas presentes y futuras de la desnutrición. Hoy la preocupación directa por nuestros alumnos, nos conduce a buscar alternativas de apoyo, para hacer menos agudo dicho mal. Desde el año de 1980 hemos estado observando constantemente los niños que han formado los grupos a nuestro cargo, dándonos cuenta de que un niño mal nutrido es un deficiente alumno, ya que sus motivaciones, su capacidad de concentración, su curiosidad y su reacción ante el medio ambiente, quedan gravemente reducidas.

Los problemas de un niño con estas deficiencias, pueden comenzar desde la fase fetal, período crítico y decisivo para el desarrollo de sus células cerebrales. Luego entonces un niño con problemas en esta fase, padecerá quizás permanentemente la secuela que produce la posesión de un número menor de células cerebrales, por lo tanto su capacidad para aprender estará congénitamente limitada<sup>13</sup>.

Los niños mal alimentados, se caracterizan también por su

---

12 GRIFFIN, A. y Luise Light. Op. Cit. p. 8.

13 Ibidem. p. 11.

apatía y por su falta de atención; padecen constantemente infecciones y su asistencia a clases no es satisfactoria, llegan tarde a los momentos culminantes del desarrollo personal y su crecimiento físico puede quedar también retrasado. En el plano físico y en el afectivo se les mira agotados por el mero esfuerzo de vivir día tras día<sup>14</sup>. Luego entonces nosotros debemos de atender y detectar cada uno de los detalles, para no caer en los constantes errores de etiquetar a los niños, lo que repercute en la sensibilidad infantil, a veces con efectos desastrosos respecto a su deseo de permanecer en la escuela.

La presencia de estos niños marginalmente nutridos, tanto en las aulas como en la proximidad colectiva, otorga a la enseñanza escolar de la nutrición, prioridad humana más que política.

### 3. Transtornos predominantes.

La forma más difundida de mal nutrición en los niños es la proteínica y calórica, que generalmente no se presenta entre los adultos, ya que poseen una mayor capacidad de adaptación en todas sus actividades.

La mal nutrición proteínica y calórica afecta principalmente a los niños, y los más vulnerables son los de edad

---

14 GRIFFIN, A. y Luise Light. Op. Cit. p. 11.

preescolar, puesto que se encuentra en una etapa de rápido crecimiento y desarrollo. Esto por supuesto repercute en la educación primaria ofreciendo un reto a los maestros<sup>15</sup>.

#### 4. La nutrición y los Programas Escolares.

Lo determinante de la amplitud y predominio del hambre y la desnutrición en el mundo, es la falta de conocimiento en materia de nutrición; por lo tanto, es su causa directa en gran número de casos.

El factor decisivo en algunos casos para combatir los efectos desnutricionales entre los niños, es una mayor comprensión por parte de los padres de familia respecto a las necesidades, especialmente en cuanto al modo de aprovechar los recursos alimenticios disponibles.

Con mayor frecuencia, esas carencias se deben a que los alimentos de gran calidad nutricional no se proporcionan a los niños, sino a otros miembros de la familia y por supuesto, al hecho de que la situación económica en la familia es crítica.

También suele ocurrir que no se llegue a proporcionar la cantidad y el tipo adecuado de alimentos a quienes tienen mayores necesidades, por razones de tradición, creencias o simple

---

<sup>15</sup> GRIFFIN, A. y Luise Light. Op. Cit. p. 12

ignorancia de quienes tienen la responsabilidad de la familia<sup>16</sup>.

La educación en materia de nutrición, apunta precisamente a transmitir tales conocimientos en términos que sean fácilmente intelegibles, culturalmente aceptables y socialmente funcionales.

La finalidad de la enseñanza de la nutrición consiste en colmar el vacío que existe entre las propuestas de la ciencia de la nutrición y la capacidad de los seres humanos de satisfacer sus necesidades alimentarias<sup>17</sup>.

Qué hermoso planteamiento ¿verdad?, pero ¿dónde está?, porque nosotros no lo hemos descubierto, siempre hemos considerado, que debiera aparecer incluido un apartado especial referente a nutrición en los planes y programas de estudio, desde preescolar hasta primaria, por lo menos; porque la escuela se creó con el fin de preparar a los niños, para su vida futura. El contenido de los planes de estudio debe estar en función de las diversas necesidades del mundo del mañana; puesto que la importancia y la envergadura, de las actuales tendencias de la alimentación y de la población ponen de manifiesto que los centros educativos deben adaptar sus planes de estudio tradicionales, en el sentido de abarcar también los temas relacionados con la nutrición<sup>18</sup>.

---

16 GRIFFIN, A. y Luise Light. Op. Cit. p. 15.

17 Ibidem. pp. 15-16.

18 Ibidem. p. 16.

De acuerdo a nuestra experiencia y los problemas latentes en los niños de edad escolar, se ha considerado que la educación en materia de nutrición, debería prestar servicio a la sociedad con una fuerza de carácter innovador y de adaptación, contribuyendo al reajuste de las condiciones y problemas de nuestro tiempo.

No debemos de olvidar que la escuela es considerada como un instrumento de progreso social y económico. La autoridad y respeto de que goza en el plano local, hacen de ella el lugar más lógico e indicado para difundir la importancia de la nutrición en relación con la salud y para enseñar los conceptos fundamentales de la misma. Ya que tanto los padres con bajos recursos económicos como los pudientes se sienten interesados por el bienestar de sus hijos, ya sea en el renglón salud como en el de la educación.

De ahí que nosotros, tengamos el papel central como educadores y buscadores de alternativas viables para resolver todos y cada uno de los desaciertos de los pequeños.

## CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

## CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

Una vez realizado el análisis sobre la desnutrición y su influencia en el aprendizaje del niño, estamos en condiciones de exponer las conclusiones pertinentes.

1. Es indispensable una alimentación balanceada, para que el niño, pueda encontrarse en condiciones de aprovechar los conocimientos.

2. Comprobamos que un niño desnutrido, no aprende ni asimila en las mismas condiciones que un niño bien nutrido.

3. Nos dimos cuenta de que los padres de familia, en un setenta por ciento, no están enterados de lo que es una alimentación adecuada.

4. Se percibieron las siguientes necesidades:

a. Información relacionada con sus consumos alimenticios diarios.

b. Cómo poder producirlos, ya sea por alguna institución relacionada, por el docente o bien por doctores o enfermeras que conozcan el problema y sus alcances.

5. Causas que originan el problema:

a. La causa más frecuente es la falta de recursos económicos, puesto que son familias que ganan el mínimo cuando trabajan, ya que no son trabajos permanentes sino temporales.

b. La falta de información sobre los alimentos que deben consumir y cómo los deben ingerir.

c. La falta de atención y cuidado hacia los niños. La situación real es que tanto el padre como la madre trabajan cuando hay la oportunidad, dejando que los niños se preparen sus propios alimentos. Como consecuencia la higiene en la preparación de las comidas, juega un papel importante y viene a contribuir en agravar el problema, al presentarse el descuido y la falta de atención.

6. Los problemas de aprendizaje son un factor que incide fuertemente en el desarrollo de la personalidad y en la forma en que los estudiantes se relacionan con los demás.

7. Es importante detectar a tiempo el problema, nos referimos al inicio del año escolar, puesto que de esta manera se tiene el tiempo para analizarlo y resolverlo de la mejor forma, para que se lleve a cabo en óptimas condiciones el proceso enseñanza-aprendizaje.

Hemos considerado que para superar en buena medida la

magnitud y alcance del problema, se hacen necesarias las siguientes sugerencias:

1. Los maestros deben de leer y analizar los contenidos del programa, antes de dar inicio al ciclo escolar; con la finalidad de conocer las actividades que debe realizar en cada una de las áreas. Con esto hacemos referencia al apartado que trae el área de Educación para la Salud sobre nutrición, el cual es muy breve, pero debemos estar enterados por lo menos del programa del grupo que atendemos.

2. Como maestros, debemos profundizar en el contenido de ese pequeño apartado, para buscar la información adecuada que pueda orientar tanto a los niños como a los padres de familia, sobre lo conveniente de una nutrición adecuada.

3. Es necesario dar a los niños pláticas y conferencias sobre una alimentación balanceada. Esto si fuera posible desde los grados inferiores y no esperar hasta que estén en quinto grado de educación primaria.

4. Los padres de familia deben ser involucrados en las pláticas y las conferencias, para que se sumen a la tarea de mejorar los hábitos alimenticios.

5. Invitar a los maestros a fomentar hábitos entre sus alumnos sobre el consumo de alimentos, así como sobre su producción.

6. El maestro debe estar preparado para informar y detectar a tiempo el problema o problemas que se le presenten, para evitar que se agudicen.

7. Involucrar al director en todas y cada una de las actividades que programemos sobre este grave problema.

8. En cuanto a la falta de recursos económicos, se puede organizar la implementación de huertos familiares, apoyados por el programa de huertos escolares; en donde se cosechen tomates, chiles, brócoli, coliflor, apio, rábano, cilantro, cebolla, acelga, zanahoria, repollo, lechuga, verdolaga, quelite, etc.; sin olvidar el melón, la sandía y el elote.

9. Sugerir que los animales comestibles que se críen domésticamente, son para hacer más succulenta su dieta alimenticia y no para adornar el patio, gallinero o corral.

10. En el cuidado y la falta de atención a los niños debemos insistir con los señores padres de familia, para que programen sus actividades y hagan menos agudas las deficiencias, platicando con sus hijos.

11. La información debe darse en lo general para todas las personas en la comunidad, con el propósito de que dicha información no quede nada más en los que tengan contacto directo con la escuela. Protegiendo de esta manera a los lactantes y sus

respectivas madres.

## BIBLIOGRAFIA

## BIBLIOGRAFIA

- BERGE, André.  
La Libertad en la Educación.  
Ed. Kapelusz.  
Buenos Aires, 1986.
- BRUBACHER, John.  
Filosofías Modernas de la Educación.  
Ed. Letras, S. A.  
México, 1964.
- CORINE, H. Robinson.  
Fundamentos de Nutrición Normal.  
Ed. Continental  
México, 1982.
- CRUZ Serrano, Alejandro  
Hambre y Desnutrición.  
Ed. Banco Nacional de Comercio Exterior.  
México, 1981.
- FICHER, Paty y Arnold Bender.  
Valor Nutritivo de los Alimentos.  
Ed. Limusa  
México, 1978.
- GRIFFIN, A. y Luise Light.  
Enseñanza de la Nutrición.  
Ed. UNESCO  
Paris, s.f.
- LABINOWICS, Ed.  
Introducción a Piaget.  
Ed. Iberoamericana  
México, 1987.
- OVALLE, Ignacio.  
Necesidades Esenciales en México.  
Ed. Siglo XXI  
México, 1985.

SEP

Ciencias de la Salud.  
Dirección General de Capacitación y Mejoramiento Profesional  
del Magisterio.  
México, 1980.

SEP

Libro para el Maestro.  
Quinto Grado.  
México, 1990.

SEP

Programa de Educación en Nutrición.  
Talleres gráficos de la Nación.  
México, s/f.

SIGURD Nasset, Edmund.

Manual de Nutrición.  
Ed. Continental  
México, 1985.

UPN

Política Educativa.  
Antología.  
SEP  
México, 1988.