



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN E IDIOMAS**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

**PROYECTOS PRODUCTIVOS PARA ELEVAR EL ESTADO  
NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DEL V CICLO, INSTITUCIÓN  
EDUCATIVA N° 17532, SAN JOSÉ DEL ALTO, JAÉN - 2016**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO  
EN EDUCACIÓN PRIMARIA**

**AUTOR:**

**Br. PERCY JOHNNY MARTÍNEZ VIDARTE**

**ASESOR:**

**Dr. HUGO ANDERSON CIEZA DELGADO**

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

**ATENCIÓN INTEGRAL DEL INFANTE, NIÑO Y ADOLESCENTE**

**CHICLAYO-PERÚ**

**2016**



En la ciudad de Chiclayo, siendo las 11:30 a.m. del día 19 de diciembre del año 2018, de acuerdo a lo dispuesto por la Resolución de Dirección de Investigación N°3137-2018-UCV-CH, de fecha 17 de diciembre del 2018, se procedió a dar inicio al acto protocolar de sustentación de la tesis titulada: **"PROYECTOS PRODUCTIVOS PARA ELEVAR EL ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DEL V CICLO, INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 17532, SAN JOSÉ DEL ALTO, JAÉN - 2016"**, presentado por el Bachiller: **MARTINEZ VIDARTE PERCY JOHNNY**, con la finalidad de obtener el Título de Licenciado(a) en Educación Primaria, ante el jurado evaluador conformado por los profesionales siguientes :

- **Presidente** : **Dra. LOURDES GISELLA PALACIOS LADINES**

- **Secretario** : **Mgtr. MARIA PILAR TIRABANTI QUIROZ**

- **Vocal** : **Mgtr. CINTHIA TOCTO TOMAPASCA**

Concluida la sustentación y absueltas las preguntas efectuadas por los miembros del jurado se resuelve:

Aprobar por Unanimidad

Siendo las 12:00 m. del mismo día, se dio por concluido el acto de sustentación, procediendo a la firma de los miembros del jurado evaluador en señal de conformidad.

Chiclayo, 19 de diciembre del 2018

  
Dra. LOURDES GISELLA PALACIOS  
LADINES

  
Mgtr. CINTHIA TOCTO TOMAPASCA  
Vocal

  
Mgtr. MARIA PILAR TIRABANTI QUIROZ  
Secretaria

## **DEDICATORIA**

A mis padres, esposa por su apoyo desinteresado y la fuerza que me inculcaron para trascender en mi vida personal, familiar y profesional; asimismo, a mis hijos por su comprensión y ser la razón de mi motivación para la realización y culminación de mi trabajo de investigación.

**Percy Johnny**

## **AGRADECIMIENTO**

Un agradecimiento especial a nuestro Dios celestial, por darme la vida, salud, y el deseo de superación y trascendencia en mi proyecto de vida profesional; asimismo, mi gratitud al director, docentes; padres de familia y a los niños y niñas del quinto y sexto grado de primaria de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén, por su participación y colaboración en el desarrollo del presente estudio.

Reconocimiento especial al Rector Fundador de la Universidad César Vallejo, Dr. César Acuña Peralta, por su desprendimiento a favor de la educación y de la cultura del país y por brindarme la oportunidad de realizar mis estudios para alcanzar el título de Licenciado en Educación Secundaria; a cada uno de los docentes del programa de Licenciatura, quienes enriquecieron con sus acertados y sabios consejos, mi formación profesional como maestra.

Al asesor Dr. Hugo Anderson Cieza Delgado, por su apoyo académico y metodológico, así como por su disposición para brindarme las orientaciones teóricas, prácticas y administrativas en la ejecución del informe de investigación.

**El autor**

## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Yo, **Br. PERCY JOHNNY MARTÍNEZ VIDARTE**, egresado (a) del Programa de Licenciatura (X) de la Educación de la Universidad César Vallejo S.A.C. Chiclayo, identificado con DNI N° 27721825

### DECLARO BAJO JURAMENTO QUE:

Soy autor (a) de la tesis titulada "PROYECTOS PRODUCTIVOS PARA ELEVAR EL ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DEL V CICLO, INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 17532, SAN JOSÉ DEL ALTO, JAÉN - 2016", la misma que presento para optar el título de Licenciada en Educación.

1. La tesis presentada es auténtica, siguiendo un adecuado proceso de investigación, para la cual se han respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas.
2. La tesis presentada no atenta contra derechos de terceros.
3. La tesis no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falsificados, ni duplicados, ni copiados.

Por lo expuesto, mediante la presente asumo frente a LA UNIVERSIDAD cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido de la tesis así como por los derechos sobre la obra y/o invención presentada. En consecuencia, me hago responsable frente a LA UNIVERSIDAD y frente a terceros, de cualquier daño que pudiera ocasionar a LA UNIVERSIDAD o a terceros, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar causa en la tesis presentada, asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello. Así mismo, por la presente me comprometo a asumir además todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse para LA UNIVERSIDAD en favor de terceros con motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontraren causa en el contenido de la tesis.

De identificarse algún tipo de falsificación o que el trabajo de investigación haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normatividad vigente de la Universidad César Vallejo S.A.C. Chiclayo; por lo que, LA UNIVERSIDAD podrá suspender el grado y denunciar tal hecho ante las autoridades competentes, ello conforme a la Ley 27444 del Procedimiento Administrativo General.

ESTE DOCUMENTO NO HA SIDO REDACTADO EN LA NOTARIA.

Jaén, 07 de Julio de 2018.

Firma

Nombres y apellidos: PERCY JOHNNY MARTÍNEZ VIDARTE  
DNI: 27721825

**CERTIFICO: Que la firma que aparece**  
**corresponde a:** Percy Johnny  
Martínez Vidarte  
**Identificado (a) con:** DNI N° 27721825  
**Estado Civil:** Soltero  
**se legaliza la firma más no el contenido.**



11 JUL 2018  
NOTARIA ELIZABETH RUIZ CASTILLO  
ABOGADA  
NOTARIA DE JAEN - CAJAMARCA  
REG. CNL. N° 25



## **PRESENTACIÓN**

### **Señores miembros del Jurado:**

Dando cumplimiento a las normas del Reglamento de Elaboración y Sustentación de Tesis de la Escuela de Post Grado de la Universidad César Vallejo, presento el trabajo de investigación titulado: Proyectos productivos para elevar el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo, Institución Educativa N° 17532, Valentín Paniagua del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén - 2016, elaborada con el propósito de obtener el título de Licenciado en Educación Primaria.

El presente estudio de tipo descriptivo - propositivo tuvo como propósito evaluar el nivel de estado nutricional de los estudiantes del V ciclo en sus dimensiones relacionados con el entorno familiar, su medio escolar, entorno social y los medios de comunicación; este proceso se logró a través de la aplicación de un cuestionario obteniendo información válida y confiable, la misma que permitió diseñar y proponer Proyectos productivos estructurados en base al análisis de necesidades, la generación y determinación de ideas; la planificación, organización, ejecución, seguimiento y control del proyecto; así como la gestión, distribución y evaluación final del proyecto; en cada uno de estas dimensiones se establecieron diversas actividades de aprendizaje significativo, reflexivo, participativo y vivencial.

Estando dispuesto a aceptar su veredicto, respecto a la ejecución del presente trabajo de investigación, es propicia la oportunidad para expresar mi gratitud a ustedes, Señores Miembros del Jurado, al igual que a todos los docentes de la Escuela de Educación de esta prestigiosa Universidad, por todas sus orientaciones.

**El autor**

## ÍNDICE

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS	ii
DEDICATORIA	iii
AGRADECIMIENTO	iv
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD	v
PRESENTACIÓN	vi
INDICE	vii
ÍNDICE DE TABLAS Y FIGURAS	ix
RESUMEN	x
ABSTRACT	xi
INTRODUCCIÓN	12

### CAPÍTULO I

#### PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Planteamiento del problema.	17
1.2 Formulación del problema.	20
1.3 Justificación.	20
1.4 Antecedentes.	21
1.5 Objetivos.	24

### CAPÍTULO II

#### MARCO TEÓRICO

2.1 Marco teórico	26
2.2 Marco conceptual	40

### CAPÍTULO III

#### MARCO METODOLÓGICO

3.1 Hipótesis.	45
3.2 Variables.	45
3.3 Metodología.	51
3.3.1 Tipo de estudio.	51
3.3.2 Diseño de estudio.	51

<b>3.4</b> Población y muestra.	51
<b>3.5</b> Métodos de investigación.	52
<b>3.6</b> Técnicas e instrumentos de recolección de datos.	53
<b>3.7</b> Métodos de análisis de datos.	54
<b>3.8</b> Aspectos éticos.	54

## **CAPÍTULO IV RESULTADOS**

<b>4.1</b> Descripción de los resultados	56
<b>4.2</b> Discusión	62

## **CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS**

Conclusiones.	67
Sugerencias.	68
<b>Referencias.</b>	69
<b>Anexos</b>	74

**Anexo N° 01:** Cuestionario para evaluar el estado nutricional en los estudiantes del v ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua”

**Anexo N° 02:** Ficha técnica del cuestionario para evaluar el nivel del estado nutricional

**Anexo N° 03:** Fiabilidad del instrumento.

**Anexo N° 04:** Base de datos

**Anexo N° 05:** Lista de cotejo para valorar los proyectos productivos

**Anexo N° 06:** Ficha técnica de la lista de cotejo

**Anexo N° 07:** Proyectos productivos para elevar el estado nutricional en los estudiantes del V Ciclo.

Acta de Originalidad de Tesis

Autorización de publicación de tesis



## ÍNDICE DE TABLAS Y FIGURAS

	Pág.
<b>Tabla y Figura 1:</b> Distribución porcentual según escala general de la evaluación del estado nutricional en las dimensiones: Entorno familiar, Medio escolar, Entorno social, Medio de comunicación.	56
<b>Tabla y Figura 2:</b> Distribución porcentual del estado nutricional en la dimensión: Entorno familiar en estudiantes de la I.E. N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto.	57
<b>Tabla y Figura 3:</b> Distribución porcentual del estado nutricional en la dimensión: Medio Escolar en estudiantes de la I.E. N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto.	58
<b>Tabla y Figura 4:</b> Distribución porcentual del estado nutricional en la dimensión: Entorno social en estudiantes de la I.E. N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto.	59
<b>Tabla y Figura 5:</b> Distribución porcentual del estado nutricional en la dimensión: Medios de comunicación, estudiantes de la I.E. N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto.	60
<b>Tabla 6:</b> Estadísticos descriptivos de tendencia central y variabilidad.	61

## RESUMEN

El presente estudio, titulado Proyectos productivos para elevar el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo, Institución Educativa N° 17532, Valentín Paniagua del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén – 2016. tuvo como objetivo Proponer proyectos productivos, para elevar el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa antes mencionada; el mismo que se alcanzó a través del análisis e interpretación de la información que brindó el cuestionario, y sobre la base del mismo se configuró la propuesta.

Metodológicamente el informe de investigación fue de carácter cuantitativa y de tipo descriptiva – prospectiva, con diseño descriptivo simple; se trabajó con una población y muestra conformada por 12 estudiantes del V ciclo, la misma que fue seleccionada aplicando la técnica del muestreo criterial por ser grupos ya constituidos. La técnica empleada fue la encuesta y el instrumento un cuestionario estructurado en 16 ítems; este instrumento se validó por juicios de expertos y a través de la aplicación y análisis de la prueba estadística Coeficiente Alfa – Cronbach, obteniendo ,809 puntos de fiabilidad.

La conclusión de mayor significatividad se expresa en los resultados globales del cuestionario donde, el estado nutricional de los estudiantes se encuentra entre los niveles Regular (91,7%) y Malo (8,3%); demostrando un relativo déficit alimentario, desconocimiento en el consumo de nutrientes tanto en el hogar, escuela, sociedad; y debido a la influencia negativa de los medios de comunicación; por consiguiente, la propuesta constituye una herramienta metodológica pertinente y funcional para transformar el problema objeto de estudio.

Palabras claves: Proyectos productivos y estado nutricional.

## **ABSTRAT**

The present study, Title productive projects to raise the nutritional status in the students of the cycle, Educational Institution N° 17532, Valentín Paniagua del caserío El Triunfo, district of San José del Alto, Jaén - 2016. The objective was to propose productive projects, for raise the nutritional status of the students of the fifth cycle of the aforementioned Educational Institution; the same one that achieved the analysis and interpretation of the information provided by the questionnaire, and on the basis of it the proposal was configured.

Methodologically, the research report was of a quantitative nature and of a descriptive - prospective type, with a simple descriptive design; with 12 students of the V cycle, the same one that made the request for the technique of sampling by groups and constituted. The technique used was the survey and the instrument a questionnaire structured in 16 items; This instrument was validated in the use of the knowledge and the use of the Alpha - Cronbach Coefficient analysis, obtaining, 809 reliability points.

The conclusion of greater significance is expressed in the overall results of the questionnaire where, the nutritional status of the students is between the Regular (91.7%) and Malo (8.3%) levels; demonstrating a relative food deficit, ignorance in the consumption of nutrients in the home, school, society; and due to the negative influence of the media; therefore, the proposal constitutes a relevant and functional methodological tool to transform the problem under study.

Keywords: Productive projects and nutritional status.

## INTRODUCCIÓN

“La malnutrición por déficit o por exceso de peso constituye problemas de salud pública en países en vías de desarrollo, como es el caso de Perú. La desnutrición crónica, limita el potencial intelectual del niño afectado y disminuye la producción económica del país a largo plazo. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la desnutrición contribuye a un tercio de todas las muertes infantiles, por lo que es necesario vigilar la ganancia de talla con relación a la edad para evaluar la tendencia de la desnutrición crónica. Por otro lado, en la última década, la ganancia excesiva de peso, muestra una tendencia al incremento en la población peruana, lo que ha preocupado notablemente al gobierno peruano, porque están asociadas al aumento de las enfermedades crónicas como el cáncer, las enfermedades cardiovasculares y la diabetes”. (Ministerio de Salud, 2015)

En el Perú, de acuerdo al Ministerio de Salud, (2015) “el estado nutricional en los niños entre 5 a 9 años que residen en el área urbana fue: 0.4% (IC 95%: 0.2;1.1) delgadez severa, 0.4% (IC 95%: 0.1;1.0) delgadez, 58.2% (IC 95%: 54.0;62.2) normal, 20.9% (IC 95%: 18.0;24.1) sobrepeso y 20.1% (IC 95%: 16.9;23.8) obesidad. Por otro lado, en los niños que residieron en el área rural fue: 1.4% (IC 95%: 0.6;3.2) delgadez severa, 2.1% (IC 95%: 1.3;.5) delgadez, 83.5% (IC 95%: 80.2;86.3) normal, 10.1% (IC 95%: 8.1;12.4) sobrepeso y 3.0% (IC 95%: 1.9;4.6)”.

Frente a esta problemática existió la necesidad de realizar la investigación cuyo campo de acción fue la zona rural denominada: Proyectos productivos para elevar el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo, Institución Educativa N° 17532, Valentín Paniagua del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén – 2016, el mismo que está organizado en cuatro capítulos.

**El capítulo I**, está referido al planteamiento y la formulación del problema. el mismo que surge de la necesidad de superar la escasa disponibilidad de consumir alimentos nutritivos en los estudiantes del V ciclo de Educación Primaria, asimismo, se plantea en este capítulo la justificación de la investigación; los antecedentes teóricos, y los objetivos, general y específicos que orientaron el proceso del estudio.

**En el capítulo II**, se presenta el marco teórico, con información referida a las variables objeto de estudio como son: Estado nutricional (modelos y enfoques teórico – prácticos); y, proyectos productivos, los mismos que garantizaron la consistencia científica del informe de investigación.

**En el capítulo III**, se desarrolla el marco metodológico de la investigación que incluye la hipótesis; las variables dependiente e independiente con sus definiciones conceptual y operacional, así como los indicadores de las mismas. El tipo de investigación descriptivo - prospectivo, y el diseño descriptivo simple; la población y muestra constituida por 12 estudiantes; asimismo contiene las técnicas que se emplearon que fueron la encuesta y la observación; y, los instrumentos que se utilizaron como el cuestionario, y una lista de cotejo, para valorar y verificar el nivel de influencia de los Proyectos productivos; culminando este capítulo con los métodos de análisis de datos.

**El capítulo IV**, está referido a la a la discusión de los resultados de investigación obtenidos luego de aplicar los instrumentos de recolección de datos, lo que implica el análisis e interpretación de los cuadros y gráficos estadísticos. Culmina este capítulo la discusión de los resultados.

**Finalmente**, se consideran las conclusiones que hacen referencia a los hallazgos significativos de la investigación; las sugerencias referidas al compromiso de apropiarlas y hacer de ellas parten de la práctica educativa de los docentes del nivel primario; de igual forma se presentan las referencias bibliográficas consultadas; y, los anexos correspondientes, que contiene los instrumentos de evaluación, la validación y confiabilidad; así como la propuesta y los documentos administrativos.

**CAPÍTULO I**  
**PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

## 1.1 Planteamiento del problema

En el contexto mundial, “cerca de 200 millones de niños menores de 5 años sufren desnutrición crónica. Un 90% vive en Asia y África, donde las tasas son muy elevadas: 40% en Asia y 36% en África. El 80% de los niños con desnutrición crónica vive en 24 países. De los 10 países (India, China, Nigeria, Pakistán, Indonesia, Bangladesh, Etiopía, República Democrática del Congo, Filipinas y República Unida de Tanzania) de mayor a menor número de casos que más contribuyen a la cifra total, seis están en Asia: Bangladesh, China, Filipinas, India, Indonesia y Pakistán, debido en parte a la elevada población que registran la mayor parte de ellos”. (UNICEF, 2011)

“Se calcula que 3 de cada 10 niños desnutridos en el mundo en desarrollo viven en India. En 9 países, más del 50% de los niños menores de 5 años sufre desnutrición crónica. Guatemala, con un 54%, se sitúa en niveles semejantes a los de algunos países africanos y asiáticos. El resto de los países son: Afganistán, Yemen, Guatemala, Timor-Leste, Burundi, Madagascar, Malawi, Etiopía y Rwanda (de mayor a menor porcentaje). Un 13% de los niños menores de 5 años sufre desnutrición aguda, y un 5% de ellos desnutrición aguda grave. El 60% de los casos de desnutrición aguda se registra en sólo 10 países. Un total de 32 países tienen un 10% o más de niños menores de 5 años con desnutrición aguda grave, que requiere tratamiento urgente” (UNICEF, 2011)

UNICEF (2006) “señala; las carencias nutricionales, la deficiencia de hierro con o sin anemia es uno de los trastornos de la nutrición más comunes en el mundo, especialmente en países en vías en desarrollo y en los estratos sociales más bajos, en los cuales hay una disminución en el consumo de proteínas animales, principales fuentes de hierro y un predominio en el consumo de proteínas de origen vegetal, las cuales contienen inhibidores de la absorción de este mineral”. Siendo uno de los grupos etarios más afectado por la deficiencia de hierro los niños en edad escolar”; “ya que tienen los requerimientos nutricionales elevados, debido a que se encuentran en un período de crecimiento y desarrollo rápido. En esta etapa del crecimiento humano, la deficiencia de hierro puede afectar el desarrollo

intelectual, la capacidad de aprendizaje y rendimiento físico; así como también incrementar la susceptibilidad a las infecciones”. (UNICEF, 2008).

Actualmente, se reconoce que la pobreza y el “poder de compra son problemas centrales en la desnutrición. A esta realidad se agrega; la adopción de algunos malos hábitos y costumbres en las madres que han trasladado directamente a la alimentación de sus hijos la llamada comida “chatarra” descuidando el consumo de legumbres y verduras. Tampoco se bebe tanta leche como antes, y ello perjudica seriamente al crecimiento del niño, ya que los lácteos aportan muchos nutrientes que ayudan a paliar algunas enfermedades”. (Chávez, 2012).

En “América Latina, “se han gastado billones de dólares anuales para subsidiar o proveer alimentos para gente en riesgo de desnutrición, a un costo de 20 dólares por beneficiario o 4 dólares per cápita. Sin embargo, la prevalencia de la desnutrición se mantiene, lo cual sugiere que estos gastos son pobremente dirigidos o inefectivos”, (Musgrove, 1993). “Casi el 40 % de las familias viven en extrema pobreza, aproximadamente 60 millones de niños pertenecen a esas familias y el 20% de las familias vive en un estado de pobreza absoluta y el 50 % de los niños menores de 6 años padecen de desnutrición y ahora un 41 % de estos niños padecen un retardo en su crecimiento”. (Instituto Peruano de Economía, 2007)

En nuestro país, también “se ha invertido en programas alimentarios 2 mil millones de dólares, es decir 260 millones de dólares anuales en promedio, sin embargo, no se logró reducir la desnutrición crónica de la niñez siendo uno de los grupos más vulnerables y desprotegidos” (Velásquez, A. 2010). “Los niños son los más afectados por la pobreza, no sólo porque su bienestar y calidad de vida dependen de las decisiones de sus padres y del entorno familiar y comunitario, sino por el impacto que ésta tiene sobre su proceso de acumulación de capital humano. Por tanto, uno de los principales retos del país se centra en la reducción de los niveles de desnutrición infantil; porque si el niño presenta algún grado de desnutrición, los efectos se reflejan incluso durante la etapa adulta en la productividad de las personas”. (Chávez, 2012)



En base a lo descrito, en “el Perú, 51,6% de los niños con desnutrición crónica son hijos de mujeres sin instrucción (...). El 13% de las mujeres de las áreas rurales no contaba con ningún grado de instrucción; mientras que, en las áreas urbanas, esta cifra era de 1,7%” ENDES (2004- 2006). Y, según Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (2000) “el promedio nacional de desnutrición crónica en niños menores de 5 años alcanzó el 25,4%. Los departamentos más afectados son: Huancavelica (53,4%), Cusco (43,2%), Apurímac (43%) y Huánuco (42,8%) donde los niños afectados ven vulneradas sus capacidades potenciales de enfrentar la pobreza debido al impacto directo de la desnutrición crónica sobre su desarrollo físico y educativo (...). También señala que el grado de instrucción de las mujeres en edad fértil es uno de los factores que se encuentra asociado a problemas de salud y nutrición ...”.

Completa el análisis anterior Cotlear (2006) quien sostiene que “el problema que tenemos es que la desnutrición peruana es invisible, porque la mayoría de niños desnutridos no son visiblemente esqueléticos, sino, simplemente son niños demasiado pequeños para su edad, apagados y que empiezan a tener problemas de aprendizaje”... “Comprender los estándares sencillos para el buen crecimiento es fundamental para transparentar la crisis de desnutrición, la cual perjudica en la actualidad a la cuarta parte de los niños Peruanos”. Por su parte el Instituto de Investigación Nutricional (2007) señala, además que la cultura de la hamburguesa y los malos hábitos alimenticios están creando en nuestro país una doble problemática expresada en: crecientes niveles de obesidad y sobrepeso que se suman al histórico problema de la desnutrición crónica. Como una paradoja esos extremos se unen y tenemos personas gordas pero desnutridas.

En el contexto local, la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto no es ajena a la problemática antes descritas, observándose en los estudiantes del V ciclo de educación primaria una escasa disponibilidad de alimentos ricos en nutrientes y energía para su consumo y aprovechamiento biológico que está afectando el desarrollo de capacidades y habilidades físicas e intelectuales; asimismo, está trayendo consigo, que los niveles de energía cerebral sean bajos, reduciendo la motivación, atención y concentración en sus procesos de aprendizaje.

## **1.2 Formulación del problema**

¿Qué características deben tener los proyectos productivos, para elevar el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén - 2016?

## **1.3 Justificación**

El presente trabajo de investigación se justifica porque respondió a una problemática que cada día se acentúa en la población más vulnerable como son los niños y niñas como consecuencia de diversos factores de carácter psicológico, medio escolar, social y cultural; considerando además que los estilos de vida y hábitos alimentarios de ellos por la influencia de los medios de comunicación e interacción social están siendo orientados hacia el consumo de alimentos con aporte nutritivo deficiente e inadecuado; por consiguiente existe un creciente y descontrolado consumo de golosinas, comida chatarra, refrescos, gaseosas, pasteles, entre otros, que incide desfavorablemente en su estado nutricional.

Sobre la base de lo descrito, la investigación se considera importante ya que permitió conocer el estado nutricional de los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén, los factores psicosociales y los conocimientos que en nutrición poseen sus familias, con la finalidad de proponer proyectos productivos que permita reorientar sus conductas de consumo y promover el aprovechamiento biológico de alimentos ricos en nutrientes y energía.

Presentó significancia teórica porque desde la teoría social cognitiva y ecológica asumió que los estudiantes aprenden sus conductas de consumo a través de sus propias experiencias y también de la observación del entorno, de las conductas de otros y de los resultados que obtienen; asimismo, desde el modelo ecológico las conductas de consumo están condicionadas por las relaciones entre las personas y su entorno, además de las interacciones: entre la familia, el colegio, el grupo de amigos, entre los medios de comunicación y comunidad; y entre las tradiciones, entorno cultural, social, geográfico, creencias.

Igualmente, se justifica porque constituyó un importante aporte, por cuanto la metodología expresa en el método de proyectos es funcional y significativa para los niños de primaria; además servirá de orientación y antecedente para futuros estudios. En cuanto a la relevancia social, abordar y atender el problema de malnutrición la institución educativa, pretende afectar positivamente el desarrollo de capacidades y habilidades físicas e intelectuales; rendimiento escolar, desarrollo psico-social y por ende el desarrollo individual y social. También tiene un aporte práctico, ya que proporcionará información a los padres de familia, para que puedan apropiarse de diferentes mecanismos y forma que apunten a resolver la deficiente atención nutricional de sus hijos

#### **1.4 Antecedentes**

El estudio de grado Rojas, (2011), denominado Percepción de alimentación saludable, hábitos alimentarios estado nutricional y práctica de actividad física en población, realizada en la Pontificia Universidad Javeriana de Bogotá. Entre sus conclusiones encuentra que el estado nutricional de los niños entre 9-11 años estaba asociado al consumo de frutas, y no estaba asociado al consumo frecuente de alimentos como carnes, lácteos, huevos, verduras, leguminosas, bebidas azucaradas, comidas rápidas y snack; asimismo, no se encuentra relacionado con el tiempo dedicado a ver televisión; en relación a la percepción de alimentación saludable concluye que se relaciona con el consumo de frutas y verduras, sin embargo, a pesar de existir una conciencia y conocimiento del consumo de estos alimentos dentro de una alimentación sana, no se reflejó en los hábitos de consumo frecuente, y no se presentó asociación con el estado nutricional”

La investigación de Gonzáles, (2011), quien desarrolló la tesis de postgrado titulada Modelo de intervención Psico-educativo orientado a mejorar el estado nutricional de niños y niñas de 6 a 14 años, realizada en la Universidad de los Andes de Trujillo, Estado Trujillo en Venezuela. Concluye que existe un alto porcentaje de niños y niñas con problemas de malnutrición aguda el 18% por déficit y el 15,6% por exceso. Asimismo, determinó la existencia de casi un tercio de la población de niños y niñas con vulnerabilidad nutricional crónica. También comprobó que el 70% de las familias consideran beneficioso el consumo de grasas en la dieta diaria, sin

considerar los riesgos que generan para la salud el consumo excesivo de éstas. Además, casi la mitad de las familias no consideran beneficioso el consumo de pescado, atún o sardina, lo que lleva a inferir que existe un gran déficit de los nutrientes esenciales aportados por estos rubros, tales como el fósforo, zinc, entre otros.

En esta línea de análisis, concluye que gran parte de la población reconoce la importancia que tiene para su familia consumir frutas, hortalizas y verduras, pero, se constató que no son consumidas en cantidad y variedad suficiente para aportar los beneficios que ésta podría darle a la salud nutricional de quienes la consuman. Finalmente, los sujetos de estudio no tienen la información necesaria para detectar los signos y síntomas que puede presentar un niño o niña cuando padece algún grado de desnutrición, lo que agrava la situación de salud y de rendimiento escolar, aparte que, la desnutrición trae consecuencias tanto al que la padece, como a la familia y al país en general.

Asimismo, el informe de investigación de Arias y Uquillas (2013), los mismos que trabajaron la tesis de post grado denominada “Modelo para la creación de centro de nutrición para niños y niñas de 6 meses a 14 años de edad, en la zona norte de Guayaquil, realizada en la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil, Ecuador, entre sus conclusiones se puede destacar que el estilo de vida de las familias y la calidad de vida se ve trastornada por los malos hábitos alimenticios y que repercuten en la formación de la cultura alimenticia de los estudiantes; considera además que la promoción y prevención en la nutrición es necesaria para disminuir la morbi-mortalidad originada por la malnutrición; en ese sentido, la propuesta de la creación de nutrisalud, es una opción de un proceso de cambio en búsqueda de mejores oportunidades y opciones en atención infantil en materia de nutrición.

Para reducir los riesgos de enfermedades y trastornos nutricionales, y la posibilidad de verse afectado por este tipo de enfermedades en el presente y futuro, se recomienda trabajar sobre programas preventivos tanto en salud, ejercicio y nutrición, factores de mayor incidencia sobre esta clase de problemas”.

De igual forma, se asume la investigación de Arévalo y Castillo (2011), denominada “Relación entre el estado nutricional y el rendimiento académico en los escolares de la Institución Educativa N° 0655 “José Enrique Celis Bardales. Mayo – diciembre. 2011, en la Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto – Perú. Concluyen que los escolares del 5to grado presentaron un estado nutricional expresado en el Bajo Peso; análogamente, los alumnos del 6to grado también lo expresan; asimismo, afirman que solo el 39.7% de los estudiantes presentan valores dentro de lo normal, lo que implica la necesidad de implementar programas de prevención y promoción ya que podría generar complicaciones en el organismo.

Por otro lado, los escolares del 5to grado presentan un nivel de rendimiento académico Regular casi en todas sus asignaturas, a excepción de la asignatura de Arte, y de Matemática donde dos secciones (5to A y 5to C), presenta un rendimiento académico alto; en contraste, los escolares del 6to grado, presenta un rendimiento académico Regular en casi todas sus asignaturas a excepción de la asignatura de Arte. Asimismo, el rendimiento académico de los escolares es regular, lo cual implica que no desarrollan al máximo sus potencialidades, limitando el desarrollo de su capacidad intelectual. Por tanto, no existe relación significativa entre el estado nutricional y el rendimiento académico en los escolares”

Por último, Chávez (2012), desarrolló la tesis doctoral titulada “Aplicación del programa educativo “Escolar sano con alimentación saludable “y su influencia en el nivel cognitivo y en las prácticas nutricionales de las madres de la I.E 2099 el Sol-Distrito de Huaura (período 2010- 2011), realizada en la Universidad Alas Peruanas, Lima – Perú. Concluye que la aplicación del Programa, incremento de manera significativa los conocimientos y prácticas nutricionales en las madres de la Institución Educativa N° 2099.

En relación al incremento de los conocimientos nutricionales se demostró utilizando la T de Student que alcanzó un valor  $t = -18.284 < t_{\alpha}$ ,  $n-1 = -1.721$ , entonces se rechazó  $H_0$ , y se acepta la  $H_1$ ; y en cuanto al incremento de las prácticas nutricionales se demostró utilizando la T de Student que alcanzó un valor de  $t = -15.025 < t_{\alpha}$ ,  $n-1 = -1.721$ , entonces se rechaza  $H_0$ , y se acepta la  $H_1$ ”.

## **1.5 Objetivos**

### **1.5.1 General**

Proponer proyectos productivos, para elevar el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén –2016.

### **1.5.2 Específico**

**a)** Identificar el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén – 2016.

**b)** Organizar los elementos teóricos y científicos que sustenten los proyectos productivos, y el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén – 2016.

**c)** Elaborar proyectos productivos, para elevar el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén –2016.

**CAPÍTULO II**  
**MARCO TEÓRICO**

## **2.1 Marco teórico**

### **2.1.1 Proyectos productivos**

#### **2.1.1.1 Enfoque de Formación Basado en Competencias (FBC)**

El nuevo enfoque pedagógico, “considera que los procesos de formación de recursos humanos se basa en la articulación entre el sector educativo y el sector productivo; plantea que las instituciones educativas deben tener un conocimiento claro y preciso de las demandas formativas del sector productivo, lo cual se plasma a nivel de perfiles, currículo, metodología, evaluación, certificación, infraestructura y equipamiento; exige cambios radicales en los procesos formativos para lograr la inserción laboral del egresado al mundo del trabajo con las competencias que ella demanda”. (Cherre, 2011)

“La FBC aporta una metodología y propone instrumentos que conducen a una visión del aprendizaje centrado en la relación educación-producción, lo que implica modificar los programas de formación en sus aspectos curriculares, metodológicos, de evaluación, de infraestructura educativa, etc. que permitan preparar personas con actitudes conocimientos, y capacidades teórico-prácticas, para enfrentar situaciones de cambio permanente”. (Cherre, 2011)

El Ministerio de Educación (2006) “ha adoptado el enfoque de la FBC. De acuerdo con ella, se define la formación técnica pedagógica como el conjunto de actividades destinadas a proporcionar los conocimientos, las habilidades y las destrezas que permitan desarrollar capacidades y valores, para ejercer diversas funciones con competencia y eficacia” (MED, D. S. N° 021-2006, p. 13)

Según Barba y Negroto (2007), “el término competencia, tiene los siguientes elementos: Hace referencia a la combinación de conocimientos, habilidades y actitudes; pone en juego diversas capacidades para actuar que permiten desempeños en diversos



contextos; considera a las personas como sujetos capaces de comprender los significados implícitos a su desempeño para obtener un resultado óptimo; la integración entre formación técnica y formación práctica y la incorporación de una formación sólida que incluya lo humanístico-científico; la preparación de personas polivalentes con formación integral, capaces de desempeñarse eficazmente en distintas funciones dentro de las organizaciones”.

### **2.1.1.2 Método de proyectos**

Rousseau, “en su planteamientos pedagógicos fue uno de los primeros en ubicar al alumno como centro del aprendizaje”, Dewey (1910), por su parte, sostenía “que el aprendizaje se produce a través de experiencias concretas permitiendo al alumno dar respuestas activas y resolver problemas concretos; asimismo”, Montessori (1912), “ubicaba al niño en el centro de su desarrollo”, Cleparade, que postula “una pedagogía pragmática valorando el trabajo práctico y manual”, y Pestalozzi, “que hace participar a los jóvenes en los aprendizajes con su cabeza, sus manos y su corazón”. (Gómez 2006)

Kilpatrick (1918) señala “que había que distinguir entre los diversos tipos de proyecto encontrando diferencias entre los proyectos de producción dirigidos a producir un bien, proyectos de consumo orientados a utilizar algo de otros, evaluarlo y apreciarlo, proyecto de problemas para enseñar a resolverlos y proyectos de mejoramiento técnico cuya finalidad es enseñar”.

De acuerdo con Tippelt y Lindermann (2001, p. 4), “el método de proyectos es un instrumento didáctico que permite que el estudiante pueda alcanzar el desarrollo de competencias específicas, metodológicas y sociales”. Para Tamayo y Fatyero (2006), “es un plan de acción de carácter prospectivo e integrador, donde se anticipan y articulan tareas, recursos y tiempos en función del logro de resultados y objetivos

específicos que producen determinados beneficios y contribuyen a la solución de problemas de desarrollo en diferentes esferas”.

De las definiciones dadas se destaca “el método de proyecto como un plan de acción didáctico de tipo prospectivo e integrador que anticipa y articula tareas, recursos y tiempos con la finalidad de lograr que el estudiante desarrolle competencias básicas (comprensión lectora, razonamiento lógico matemático), genéricas (planeamiento, organización, metodologías) y específicas (tareas laborales), es decir un desarrollo integral, cuyos resultados producen beneficios y contribuyen a la solución de problemas en las diferentes esferas en que se desenvuelve el alumno”. (Cherre, 2011)

Por su parte, Derkau y Saavedra (2004) “incorpora a la definición tradicional de método de proyecto el término productivo poniendo énfasis en los procesos de aprendizaje que estarían centrados en el alumno, quien aprende realizando actividades productivas de bienes y servicios. Explica que el método de proyectos es productivo porque enseña a vivir en comunidad, en forma organizada, a tomar decisiones propias, a manejar recursos, a resolver problemas, a ser emprendedores, a ser competitivos en un oficio o profesión. En esta definición se destaca la relación del método de proyectos con la producción de bienes y servicios que es un elemento clave de la formación técnica. Asimismo, agrega que el método de proyecto es participativo porque el equipo de estudiantes y el docente trabajan equitativamente, desde el inicio hasta el fin del proyecto”.

En esta misma línea, Valentini, (2002) define “el método de proyecto como un plan didáctico que se convierte en programa y luego en cronograma de actividades que integra los procesos de planificación, seguimiento y control de las tareas que se llevan a cabo en la escuela. Agrega que fija la participación de los alumnos en las diversas actividades didáctico-productivos armonizando la enseñanza teórica y práctica, integra a los docentes de los distintos espacios curriculares y los

responsables de los sectores productivos, que adecúan juntos los contenidos a la evolución de los ciclos y sistemas productivos”.

En conclusión, “el método de proyecto productivo se define como camino o método que ordena ideas, acciones y unes esfuerzos para satisfacer necesidades y para aprender produciendo” (Derkau y Saavedra, 2004, p. 15; es un método productivo porque sirve para producir bienes y servicios, saberes y conocimientos necesarios para mejorar la vida, es decir que permite el logro de las competencias de los estudiantes.

El método de proyectos productivos es educativo porque enseña a los estudiantes a vivir en comunidad, en forma organizada, a tomar decisiones propias, a manejar recursos, a resolver problemas, a ser emprendedores, a ser competentes en una ocupación.

El método de proyectos productivos “se encuentra estrechamente vinculado con los procesos emanados de la relación entre educación y trabajo, educación y empleo y educación y productividad que devienen de las nuevas demandas y presiones económico sociales del fenómeno llamado globalización y la sociedad del conocimiento. Desde esta perspectiva, los centros de formación técnica pedagógica y el sector productivo interactúan intercambiando intereses, conocimientos y experiencias que han dado lugar a una visión sistémica y flexible de formación técnica que se plasma en el diseño del currículo, aplicación de metodologías, evaluación y certificación de las competencias laborales, así como de los aprendizajes”. (Cherre, 2011)

Desde el punto de vista curricular, “el método de proyectos productivos se constituye en la vía mediante el cual los estudiantes llevan a los hechos los objetivos y contenidos curriculares que consisten en la identificación, organización y realización de experiencias de aprendizaje centrado en la ejecución de tareas o resolución de problemas reales definidos por expertos del sector productivo a partir del “qué hacer” en el

desempeño eficiente de una ocupación. Es decir, la realización del conjunto de funciones y tareas laborales, los conocimientos aplicados y las actitudes que pone en juego el trabajador experto en su desempeño laboral. De acuerdo con este enfoque, el currículo promueve el logro de aprendizajes pertinentes y relevantes, acordes con la realidad productiva, promueve un aprendizaje holístico, integral para el desarrollo de las capacidades y habilidades cognitivas, psicomotoras y actitudinales combinando las áreas del conocimiento”. (Gómez, 2006)

Por último, Cherre, (2011) afirma que “el método de proyectos productivos se fundamenta en la pedagogía activa, participativa, centrada en el “aprender haciendo”. Considera que el aprendizaje (cognitivo, procedimental, y actitudinal) se produce cuando el estudiante participa activamente en la identificación, diseño, manufactura y comercialización de un producto o servicio auténtico que demandan los consumidores en condiciones reales de trabajo. También se basa en los presupuestos teóricos del constructivismo; en este sentido, el aprendizaje es producto de la actividad propia del sujeto que construye conocimientos a través del trabajo personal y colaborativo, la investigación, el estudio de situaciones o casos reales, la resolución de problemas que se presentan durante la producción o ejecución de un producto en condiciones reales de trabajo”.

### **2.1.1.3 Fundamentos pedagógicos de los proyectos productivos**

En este contexto, “los proyectos productivos se apropian de métodos y recursos para la enseñanza y el aprendizaje, en la que se “aprende a enseñar” y se “aprende a aprender”; es el escenario para que el docente-tutor desarrolle métodos pedagógicos de apoyo al aprendizaje, propio y de los alumnos, en el contexto de prácticas educativas en el marco de la producción”. (Novoa, 2004).

En esta dimensión, “los docentes son actores en el aprendizaje de nuevos métodos y prácticas pedagógicas, pertinentes al trabajo en el medio rural con distintos tipos de interlocutores y en el contexto del

desarrollo y de la producción local. El docente aprende a enseñar y aprende de la vida y de la realización de las personas en el entorno sociocultural. Mejora así sus competencias como orientador y tutor del aprendizaje de sus alumnos y como asociado o parte de los proyectos productivos en su componente productivo. Los alumnos aprenden a aprender, en un escenario propio de sus condiciones y medios de vida relativos a lo rural, en los contextos de su familia, su comunidad, su escuela y en el entorno específico en que se desempeñan en cuanto a la producción y el desarrollo”. (Novoa, 2004)

“La interacción de docentes, alumnos, comunidad y escuela en el marco de los proyectos productivos se organiza para conformar la dimensión productiva, que hace relación a los métodos, prácticas y recursos para producir bienes propios de la agricultura, en su concepción ampliada, y otras actividades productivas propias de la vida local; es el escenario para enseñar y aprender a producir”. (Novoa, 2004)

“Los aprendizajes, tanto en lo pedagógico, como en lo productivo, relativos a la agricultura, no estarán necesariamente basados en los contenidos curriculares establecidos para la educación formal. Los contenidos que propiciarán los proyectos productivos serán los de del desarrollo integral de las personas, los que generan proyectos de vida personal y comunitaria que intensifiquen el arraigo, la identidad y la convivencia necesarias para desencadenar la fuerza creadora de la participación en cada comunidad y localidad”. (Novoa, 2004)

Estos aspectos de cada proyecto productivo “tendrán la flexibilidad necesaria para garantizar no tanto la asistencia a clase o actividades presenciales obligatorias, como garantizar la participación en procesos de autoaprendizaje y actividades de promoción, organización y evaluación del mismo. Las decisiones sobre integración de áreas, secuenciación, jornadas, calendarios, horarios y presencialidad, entre otros, serán de competencia de los actores que participen en los proyectos productivos, dando lugar a la creación y fortalecimiento de autonomía para

la realización y desarrollo personal, de la comunidad y de la escuela”.  
(Novoa, 2004)

#### **2.1.1.4 Proyectos productivos**

El proyecto productivo “se conceptualiza como una unidad de trabajo en la cual los estudiantes y los docentes encuentran oportunidades concretas y directas para traducir en aplicaciones prácticas los contenidos conceptuales, teóricos, abstractos y formativos de las estructuras curriculares”. (Rodríguez, 2010)

“Un proyecto productivo es una planificación que consiste en un conjunto de actividades que se encuentran interrelacionadas y coordinadas orientadas a alcanzar un objetivo específico dentro de los límites que pone un presupuesto, calidades establecidas previamente y un lapso de tiempo previamente definido. Son proyectos que buscan solucionar las necesidades e intereses de los estudiantes. Los promotores de estos proyectos suelen ser los docentes interesados en transformar su práctica pedagógica y los problemas estudiantiles” (Manual del Docente, 2011)

#### **2.1.1.5 Dimensiones de los proyectos productivos**

“Un proyecto productivo es un proceso productivo en el cual se puede identificar seis fases que tienen un carácter dinámico. Para efectos de la presente investigación se consideran como dimensiones” (Derkau y Saavedra, 2004):

##### **A. Análisis de necesidades, generación de ideas de proyecto.**

Los docentes “propician que los estudiantes se familiaricen con el método de proyectos a través de una explicación, revisión y análisis de información relacionada. Promueve la formación de equipos de trabajo, la integración, el respeto y la determinación para abordar el tema. A continuación, los estudiantes realizan un estudio detallado del entorno

productivo, recopilan y analizan información sobre las diversas necesidades, identifican los posibles proyectos productivos a realizar. En esta fase desarrollan habilidades para investigar y trabajar en equipo”. (Cherre, 2011)

### **B. Determinación de ideas de proyecto.**

En esta fase “el docente promueve el desarrollo de las habilidades de análisis y toma de decisiones de los estudiantes, aplica pruebas teórico-prácticas con el fin de asegurarse que posean los suficientes conocimientos y experiencias para desarrollar exitosamente el proyecto. Por su parte los estudiantes, de un conjunto de ideas de proyecto, seleccionan aquel que sea viable y realizable. Llevan a cabo un estudio de factibilidad y funcionalidad tomando en cuenta la infraestructura, medios y recursos disponibles, mientras que el docente evalúa su potencial pedagógico para el logro o consolidación de las competencias”. (Cherre, 2011)

### **C. Diseño del proyecto, planificación y organización del proyecto.**

“El docente promueve la integración de los estudiantes para el trabajo en equipo, provoca la discusión y la toma conjunta de decisiones. Se asegura que posean los conocimientos y experiencias previos necesarios para desarrollar su proyecto y fomenta su capacidad de solución de problemas”. (Cherre, 2011)

En esta fase, “los estudiantes buscan y analizan información teórica relacionada con el proyecto, diseñan su plan de trabajo con los atributos y especificaciones técnicas requeridas por el usuario. Asimismo, de manera participativa, determinan los objetivos del proyecto, las estrategias de trabajo, el cronograma de ejecución, el control de calidad, las medidas de seguridad e higiene laboral. También definen los roles de cada miembro del equipo, sus responsabilidades y formas de supervisión y control de su cumplimiento”. (Cherre, 2011)

En la parte organizativa, “se distribuyen las áreas de trabajo, se establece los enlaces a nivel interno y externo, se prevé y aprovisionan de los medios y recursos adecuados para realizar el proyecto. Además, para garantizar el éxito del proyecto, se prevé el plan de consumo del producto” (Cherre, 2011)

En conclusión, en esta fase se obtiene un plan de trabajo coherente y sistemático que permita la realización exitosa del proyecto. Para ello, el estudiante pone en juego y desarrolla sus capacidades para imaginar escenarios posibles y plasmarlos en el documento.

#### **D. Ejecución, seguimiento y control del proyecto.**

Los docentes “facilitan la ejecución de los procesos productivos brindando asistencia técnica al estudiante. Asesora, supervisa, retroalimenta y motiva al alumno para la realización del proyecto. Monitorea el cumplimiento del plan de trabajo y, si es necesario, promueve su replanteamiento”. (Cherre, 2011)

En esta fase “se lleva a la práctica el plan de trabajo. Los estudiantes participan activamente en la realización del proyecto según lo planificado, realizan evaluaciones permanentes para asegurar la calidad del producto de acuerdo con las especificaciones técnicas previstas”. (Cherre, 2011)

“La ejecución del proyecto exige de los estudiantes concentración y dedicación, que ejerciten sus capacidades investigativas y creadoras, así como sus habilidades cognitivas y psicomotoras. Consolidan sus actitudes y valores tales como la autonomía y responsabilidad en el cumplimiento de compromisos, persistencia, trabajo en equipo y logro de las metas establecidas”. (Cherre, 2011)



## **E. Gestión y distribución del proyecto**

En esta fase “se realiza el control de calidad del producto o servicio terminado tomando como referencia las especificaciones técnicas predeterminadas en el plan o proyecto productivo. Este proceso se lleva a cabo aplicando estrategias de autocontrol con el asesoramiento del docente. Finalmente, se realiza la distribución del producto exhibiéndolo en la institución a través de ferias productivas o exposiciones temáticas”. (Cherre, 2011)

## **F. Evaluación final del proyecto**

“El docente hace una valoración de las competencias adquiridas por los estudiantes, promueve una evaluación participativa acerca de los procesos, los resultados, las dificultades, las soluciones aplicadas que involucra la realización del proyecto comparando los logros alcanzados con los objetivos previstos. También se toma en cuenta la opinión de los estudiantes. El estudiante, como actor fundamental, pone en práctica la autoevaluación, reflexionando y planteando nuevas posibilidades para el desarrollo de actividades productivas”. (Cherre, 2011)

### **2.1.2 Estado nutricional**

#### **2.1.2.1 Teorías relacionado con el estado nutricional**

Existen diferentes modelos teóricos que influye en la configuración del estado nutricional, sus interacciones y en la modificación de la conducta alimentaria, Entre ellas tenemos.

##### **A. La teoría social cognitiva.**

Explica “la conducta humana a través de un modelo dinámico y recíproco en el que interactúan los factores personales, las influencias ambientales y el comportamiento. Unas de las premisas básicas de éste modelo teórico es que los individuos aprendan sus conductas a través de sus propias experiencias y también de la observación del entorno, de las

conductas de otros y de los resultados que obtienen”. (Pérez-Acosta y Castañeda 2005)

Bandura a través del enfoque cognitivo social del aprendizaje, considera que “el aprendizaje produce un cambio relativamente permanente en el comportamiento que ocurre a través de la experiencia dando un especial énfasis en la interacción del comportamiento, ambiente y persona como factores cognitivos determinantes del aprendizaje (memoria, atención, pensamiento, discriminación, procesamiento) y por influencia de los factores sociales (ambiente, cultura, ambiente, creencias)”. (Pérez-Acosta y Castañeda 2005)

A nivel de la acción educativa, Bandura (2001), considera “al aprendizaje por observación y al modelado social, como un poderoso medio de transmisión de valores, actitudes, habilidades cognoscitivas y conducta. En ello la influencia de un modelo en este caso el docente, o la familia produce aprendizaje en el estudiante, cuando asume su función informativa, es decir exponen sus ideas o conocimientos, los niños las observan y adquieren representaciones simbólicas de lo que han realizado, lo que les sirve de guía para efectuar las acciones apropiadas”.

Considerar este enfoque supone que “el proceso educativo sea diseñado desde el aprendizaje, generando en el ambiente educativo, situaciones o interacciones que posibiliten el “aprender a aprender”. Como condición necesaria, supone que el docente, la familia y la comunidad tengan una profunda comprensión del niño como sujeto activo de su desarrollo”. (Bandura, 2001)

A nivel del ambiente escolar, “se debe favorecer espacios, situaciones y materiales de aprendizaje que valoren que el conocimiento es una permanente construcción del propio niño, y que la acción educativa debe estar centrada en las capacidades y potencialidades que tiene. A su vez, es fundamental utilizar métodos pedagógicos pertinentes a cada etapa de desarrollo, de manera secuencial en función de la edad o

madurez psicológica, que reconozcan sus características individuales, dentro de una perspectiva de desarrollo de sus estructuras cognitivas, sus potencialidades sensomotoras, los mecanismos de acción y pensamiento inteligente”. (Bandura, 2001)

## **B. Teoría ecológica**

Esta teoría tiene en cuenta “las relaciones entre las personas y su entorno. Propone que las diversas dimensiones de influencia como ambientes sociales y culturales, y ambientes físicos pueden influir en las conductas saludables. En éste sentido, desde la perspectiva ecológica, se entiende que las conductas están condicionadas por factores que influyen a diferentes niveles y entre los cuales existen interacciones” (Bronfenbrenner, 1987):

En consideración “a los niños, niñas, se destaca en primer nivel su interacción personal con la familia (micro sistema) que irá ampliando progresivamente según el ciclo de vida, luego cuando se interrelaciona con otros espacios de socialización, como son la familia extensa, la escuela o comunidad, se dan determinadas relaciones entre sí (mesosistema), donde se presentan diferentes tipos de experiencias, con calidad o no, generando efectos en la persona (exosistema) hasta llegar a diversos tipo de relación que están influidos por la cultura (macrosistema), lo que a su vez va generando visiones culturales y sociales frente a la niñez, que generan respuestas diversas, muchas de las cuales lo pueden proteger o a la inversa ponerlo en situación de riesgo”. (Aguilar, 2011)

En estas interacciones, “el Estado aporta en la formulación de políticas y marcos institucionales; la comunidad y la escuela, mediante sus modelos de organización y participación; y las familias, en su papel trascendente de protección, cuidado y satisfacción de necesidades inmediatas de los niños y niñas. En ese sentido cobra especial relevancia una perspectiva intercultural del aprendizaje y enseñanza donde se

provea al estudiante de situaciones, materiales y experiencias de aprendizaje pertinentes a su cultura, valores, costumbres, creencias presentes también en la alimentación”. (Vásquez, 2012)

### **2.1.2.2 Estado nutricional**

Se entiende por nutrición “al proceso de consumo, absorción y utilización de los nutrientes necesarios para el crecimiento y desarrollo del cuerpo y para el mantenimiento de la vida. (Nutrientes: Sustancias químicas que se encuentran en los alimentos y que alimentan y nutren al cuerpo”. (Arévalo y Castillo 2011)

El estado nutricional “es la resultante final del balance entre ingesta y requerimiento de nutrientes, los cuales se reflejan en las medidas antropométricas”. (Villa, 2003)

### **2.1.2.3 Dimensiones del estado nutricional**

“Los factores y/o dimensiones que condicionan el estado nutricional son muy diversos. Por consiguiente, en la presente investigación toma en cuenta el entorno familiar (alimentación, hábitos), el medio escolar (loncheras, comidas chatarras), el entorno social (costumbres, tradiciones, creencias), y la influencia de los medios de comunicación (publicidad), sin olvidar el estado de salud” (Fieldhouse, 1986 y Bryan et al, 1985)

#### **A. Entorno familiar**

En especial, “la figura de la madre va a condicionar los hábitos y apetencias alimentarias del niño. La estructura y los modos culinarios de la familia seguirán vigentes en el individuo a lo largo de toda su vida. Es fácil comprender que cualquier programa de educación nutricional debe contemplar la actuación simultánea sobre el medio familiar, cuna del comportamiento alimentario”. (Calvo, 2009)

En general, “los niños pequeños no pueden elegir lo que comen. Son sus padres quienes deciden por ellos y preparan su comida. En éste sentido, la familia desempeña un papel decisivo en la configuración de los hábitos del niño durante los primeros años de vida, Paccor (2012). Las personas que generalmente pertenecen al grupo de familias sobre protectoras, inflexibles e ineficaces para resolver problemas por lo general desarrollan este tipo de trastornos. Los niños son susceptibles ano demostrar sus sentimientos, ansiedades, dudas, etc., y toman el control por medio del peso y la comida”. (Arias y Uquillas, 2013)

### **B. Medio escolar**

El ámbito escolar “es el marco para la adquisición de nuevos conocimientos y habilidades, desde el punto de vista cognitivo y operativo. La promoción de la salud en materia nutricional debería ser contemplada desde una perspectiva formal dentro del currículo escolar” (Calvo, 2009)

Desde “el comienzo de la escolarización, el niño pasa buena parte del día en el colegio en compañía de sus profesores, compañeros y amigos. En esta etapa, la interacción social entre alumnos, profesores, padres, compañeros, medios de comunicación y líderes sociales de su entorno ejercen un papel primordial y el medio escolar adquiere una gran relevancia por su influencia en la estructuración de los hábitos alimentarios”. (Paccor, 2012)

### **C. Entorno social**

El entorno social engloba múltiples factores que influyen dinámicamente y de forma recíproca en la conducta alimentaria del individuo: Disponibilidad alimentaria; modas y costumbres; creencias religiosas, simbolismo social y tabúes.

## **D. Medios de comunicación**

Los medios de comunicación entre “los que destaca la televisión tienen también una gran influencia en el estado nutricional de los estudiantes. En torno al 50% de la publicidad emitida por televisión hace referencia a productos de alimentación. Esta publicidad impacta en la población escolar porque lo considera un importante segmento del mercado, al que se dirigen mensajes potenciando el consumo de cereales con azúcar añadido, productos de confitería y pastelería industrial, comida rápida, caramelos y golosinas, refrescos, patatas fritas chips y otros aperitivos salados e incluso definiendo el modelo de imagen corporal ideal” (Rozin, y Vollmecke, 1986)

“La radio, la televisión y en general la publicidad apoyan campañas de marketing que sustentan una parte importante del modelo alimentario del mundo actual. Las estrategias comerciales y publicitarias han convertido la mayor parte de los productos alimentarios en compuestos complejos, totalmente distintos a las materias primas básicas que los componen. Los han transformado en objetos que se compran y se consumen por su color, la belleza de su etiquetado, el simbolismo, la moda o por su sabor artificial. La educación nutricional y la educación para el consumo son herramientas específicas que posibilitarán una más correcta interpretación de la oferta, a favor de una elección racional de los elementos de la dieta para una alimentación agradable, suficiente y adecuada”. (Paccor, 2012)

### **2.2 Marco conceptual**

- **Estado nutricional**

“Es el estado de crecimiento o el nivel de micronutrientes de un individuo (UNESCO, 2012). También se concibe como la resultante de la interacción dinámica, en el tiempo y en el espacio, de la alimentación (utilización de la energía y nutrimentos contenidos en los alimentos) en el metabolismo de los diferentes tejidos y órganos del cuerpo. Como es lógico suponer tal interacción

puede estar influida por múltiples factores, desde los genéticos que determinan en gran medida la estructura metabólica del individuo y factores propios del entorno tanto de naturaleza física como química, biológica y hasta de índole social". (Rodríguez, 2008)

- **Nutrición**

“Es el proceso de aporte y utilización, por parte del organismo, de nutrientes, materias energéticas y plásticas contenidas en los alimentos y necesarias para el mantenimiento de la vida. La condición básica para que se desarrollen de forma adecuada las funciones nutritivas es que la alimentación sea suficiente y equilibrada”. (Sarría y Bueno (1997)

- **Malnutrición**

“Un término amplio que suele usarse como alternativa a “desnutrición”, pero que técnicamente también se refiere a la sobrenutrición. Las personas están malnutridas cuando su dieta no proporciona los nutrientes adecuados para su crecimiento o mantenimiento, o si no pueden utilizar plenamente los alimentos que ingieren debido a una enfermedad (desnutrición). También están malnutridas si consumen demasiadas calorías (sobrenutrición)”. (UNICEF, 2012)

- **Proyectos productivos**

Son proyectos que buscan generar rentabilidad económica y obtener ganancias en dinero. Los promotores de estos proyectos suelen ser instituciones e individuos interesados en alcanzar beneficios económicos. (Yahoo!. respuestas)

- **Proyectos**

“El término de proyecto se utiliza para designar el conjunto de actividades que se propone realizar de una manera articulada entre sí, con el fin de producir determinados bienes o servicios capaces de satisfacer necesidades o resolver

problemas, dentro de los límites de un presupuesto y de un período dado”.  
(Ander-Egg, 1994)

- **Aprendizaje por proyectos**

“El aprendizaje por proyectos es una técnica inmersa en el principio de socialización. Las distintas personalidades de los alumnos influyen en la constitución del trabajo de los grupos. Por ello, la/el docente deberá procurar que la integración intragrupal e intergrupala sea lo más estrecha y eficaz posible y deberá establecer las correcciones que objetivamente se determinen para beneficiar la dinámica de grupo”. (Hans, 2001)

- **Proyectos de trabajo escolar**

“Los proyectos de trabajo suponen una manera de entender el sentido de la escolaridad basado en la enseñanza para la comprensión, lo que implica que los alumnos participen en un proceso de investigación, que tiene sentido para ellos y ellas (no porque sea fácil o les gusta) y en el que utilizan diferentes estrategias de estudio; pueden participar en el proceso de planificación del propio aprendizaje, y les ayuda a ser flexibles, reconocer al "otro" y comprender su propio entorno personal y cultural. Esta actitud favorece la interpretación de la realidad y el antidogmatismo. Los proyectos así entendidos, apuntan hacia otra manera de representar el conocimiento escolar basado en el aprendizaje de la interpretación de la realidad, orientada hacia el establecimiento de relaciones entre la vida de los alumnos y profesores y el conocimiento que las disciplinas y otros saberes no disciplinares, van elaborando. Todo ello para favorecer el desarrollo de estrategias de indagación, interpretación y presentación del proceso seguido al estudiar un tema o un problema, que por su complejidad favorece el mejor conocimiento de los alumnos y los docentes de sí mismo y del mundo en el que viven”. (Hernández, 1998)

- **Método de proyectos**

El método de proyectos “es una estrategia de aprendizaje que permite alcanzar unos objetivos determinados mediante la puesta en práctica de



acciones, interacciones y uso de recursos encaminados a la resolución de un problema real. Enfrenta a los participantes a situaciones que los lleven a rescatar, comprender y aplicar aquello que aprenden como una herramienta para resolver problemas o proponer mejoras en las comunidades en donde se desenvuelven”. Según Kilpatrick, (1918), “esta metodología se centra en el aprendizaje, se basa en la investigación, asegura un aprendizaje significativo y pertinente. Durante un proyecto se espera que los participantes sean capaces de demostrar su habilidad para, planificar, organizar y llevar una tarea, resolver un problema, aplicar la iniciativa, imaginación, pensar lógicamente y comunicarse”.

**CAPÍTULO III.**  
**MARCO METODOLÓGICO**

### 3.1 Hipótesis

Si se propone proyectos productivos, entonces se eleva el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén – 2016.

### 3.2 Variables

**3.2.1 Variable independiente:** Proyectos productivos

**3.2.2 Variable dependiente:** Estado nutricional

#### 3.2.3 Definición conceptual

<b>Variable independiente:</b> Proyectos productivos	<b>Variable dependiente:</b> Estado nutricional.
“Son herramientas pedagógicas donde se establecen un conjunto de propósitos y actividades prácticas de interaprendizajes escolares orientadas a desarrollar capacidades y habilidades como el trabajo en equipo, la interacción social, la comunicación democrática. Responden a las necesidades propias de cada institución, ser pertinentes, funcionales y sostenibles, adecuados a las condiciones ambientales, sociales, culturales, buscando y proponiendo alternativas pedagógicas para contribuir al fortalecimiento y la construcción de alternativas de vida, que posibiliten la convivencia en reciprocidad y equilibrio armónico con los procesos naturales”. (Ministerio de Educación, 2010).	“El estado nutricional de un individuo es el resultado del equilibrio o desequilibrio entre el consumo de alimentos y el respectivo aprovechamiento biológico de nutrientes para llenar los requerimientos de estos por el organismo”. (Behrman, 2004)

### 3.2.4 Definición operacional

<b>Variable independiente:</b> Proyectos productivos	<b>Variable dependiente:</b> Estado nutricional.
Los proyectos productivos se evaluarán en sus dimensiones: análisis de necesidades, generación de ideas de proyecto, determinación de ideas de proyecto, diseño del proyecto, planificación y organización del proyecto, ejecución, seguimiento y control del proyecto, gestión y distribución del proyecto, evaluación final del proyecto; a través de un cuestionario de elaboración propia. El mismo que está estructurado en 18 ítems.	El estado nutricional se evaluará en sus dimensiones: entorno familiar, medio escolar, entorno social y medios de comunicación; a través de un cuestionario de elaboración propia. El mismo que está estructurado en 16 ítems

### 3.2.5 Operacionalización

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumentos
Variable dependiente: Estado nutricional.	<b>Entorno familiar</b>	Reconoce e Identifican sus hábitos alimenticios.	Prácticas hábitos alimenticios en tu hogar.	Cuestionario para evaluar el estado nutricional  <b>Categoría</b>  • Malo • Regular • Bueno
		Participan y toman decisiones en la planificación y preparación de sus alimentos.	Participas en la elección y preparación de tus alimentos.	
		Reconocen los nutrientes que consumen diariamente.	Conoces los nutrientes de los alimentos que diariamente en tu casa.	
		Valora la higiene personal y la limpieza de sus alimentos.	Práctica hábitos de higiene antes y después de consumir sus alimentos	
	<b>Medio escolar</b>	Demuestra su capacidad para clasificar sus alimentos de acuerdo a sus nutrientes.	Reconoce alimentos nutritivos y no nutritivos.	
		Reconoce y es consciente de consumir alimentos que contribuyen al fortalecimiento físico y mental.	Identificas que alimentos ayudan al fortalecimiento físico y mental.	
		Evalúa junto a sus compañeros los efectos que trae consigo tener desequilibrio nutricional.	Reconoces que efectos trae consigo la desnutrición.	
		Fundamenta y argumenta las razones de tener una buena nutrición.	Conoces las razones de tener una buena nutrición.	
	<b>Entorno social</b>	Identifica los alimentos de la localidad.	Conoces los alimentos que se producen en tu localidad.	
		Socializa y comparte sus conocimientos alimenticios en su interacción social	Compartes con tus amigos sobre la buena alimentación.	
		Asume actitudes de prevención en su consumo de alimentos de su entorno local	Prácticas actitudes de prevención cuando consumes alimentos fuera de casa	

		Rechaza todo tipo de alimentos que afecten a su salud	Rechazas todo tipo de alimentos que afecten a su salud	
	<b>Medios de comunicación</b>	Asume actitudes críticas frente a la publicidad subliminal	Asume actitudes críticas frente a la publicidad de los alimentos	
		Reflexiona sobre el mensaje de los afiches y envolturas de los alimentos que consume.	Reconoces el mensaje de los afiches y envolturas de los alimentos que consume.	
		Internaliza modelos y estereotipos que contribuyan en su estado nutricional.	Observas programas educativos que contribuyan en la enseñanza de una buena nutrición.	
		Demuestra que es capaz de elaborar una receta o dieta nutricional favorable con su salud	Elaboras recetas o dietas nutricionales favorables con su salud	

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumentos
<b>Variable independiente: Proyectos productivos.</b>	Análisis de necesidades, generación de ideas de proyecto	Recopilan y analizan información sobre las diversas necesidades.	Recopilan y analizan información sobre las diversas necesidades.	Lista de cotejo para valorar los proyectos productivos
		Identifican los posibles proyectos productivos a realizar	Identifican los posibles proyectos productivos a realizar	
		Realizan un estudio detallado del entorno productivo	Realizan un estudio detallado del entorno productivo	
	Determinación de ideas de proyecto	Desarrolla habilidades de análisis y toma de decisiones para construir su proyecto.	Desarrolla habilidades de análisis y toma de decisiones para construir su proyecto.	
		Seleccionan la idea de proyecto que sea viable y realizable	Seleccionan la idea de proyecto que sea viable y realizable	
		Analizan la funcionalidad del proyecto, así como los medios y recursos disponibles.	Analizan la funcionalidad del proyecto, así como los medios y recursos disponibles.	
	Diseño del proyecto, planificación y organización del proyecto	Trabaja en equipo y se propone solucionar los problemas	Trabaja en equipo y se propone solucionar los problemas	
		Buscan y analizan información teórica relacionada con el proyecto.	Buscan y analizan información teórica relacionada con el proyecto.	
		Diseñan su plan de trabajo, determinan los objetivos, estrategias, definen los roles, responsabilidades.	Diseñan su plan de trabajo, determinan los objetivos, estrategias, definen los roles, responsabilidades.	

	Ejecución, seguimiento y control del proyecto	Participan activamente en la realización del proyecto según lo planificado.	Participan activamente en la realización del proyecto según lo planificado.
		Ponen en práctica sus capacidades y habilidades cognitivas y motoras.	Ponen en práctica sus capacidades y habilidades cognitivas y motoras.
		Práctica actitudes y valores en su interacción personal	Práctica actitudes y valores en su interacción personal
	Gestión y distribución del proyecto	Gestiona el apoyo de un especialista para mejorar los procesos de producción	Gestiona el apoyo de un especialista para mejorar los procesos de producción
		Realiza el control de la calidad de sus productos	Realiza el control de la calidad de sus productos
		Distribuye sus productos en forma equitativa	Distribuye sus productos en forma equitativa
	Evaluación final del proyecto	Evalúa los procesos y resultados del proyecto.	Evalúa los procesos y resultados del proyecto.
		Evalúa las dificultades y soluciones en la producción	Evalúa las dificultades y soluciones en la producción
		Reflexiona y se autoevalúa sobre su participación en el proyecto.	Reflexiona y se autoevalúa sobre su participación en el proyecto.



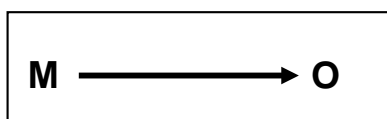
### 3.3 Metodología

#### 3.3.1 Tipo de estudio

La presente investigación según Hernández, Fernández y Baptista, (2010) “se correspondió con los estudios de tipo descriptivo – prospectivo, porque el investigador interactuó con el objeto de estudio para analizar, caracterizar, y describir el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de educación primaria; la información obtenida permitió el diseño de la propuesta de proyectos productivos funcionales y pertinentes con el propósito del estudio”.

#### 3.3.2 Diseño de estudio

La presente investigación, se abordó a través del diseño descriptivo simple, representado en el siguiente esquema.



**Donde:**

**M:** Muestra representativa de estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua”.

**O:** Representó la información recogida sobre el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua”.

### 3.4 Población y muestra

La población y muestra representativa fue no probabilística y estuvo conformada por 12 estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén – 2016. Para la determinación de los sujetos de estudio se consideró el criterio de conveniencia del investigador, debido a que existen mejores condiciones, así como un mejor acceso y voluntad para realizar la investigación.

Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo.

Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua”		f				Total	%
		Quinto		Sexto			
		H	M	H	M		
Grupo de estudio	Estudiantes del V ciclo	4	3	3	2	12	100
Total		7		5		12	100

**Fuente:** Nómina de matrícula de los V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén – 2016

### 3.5 Método de investigación

Los métodos que se utilizaron estuvieron en función del estudio y presentan un enfoque cuantitativo y cualitativo entre ellos tenemos:

- Método de análisis y síntesis. Método que posibilitó interpretar y reflexionar sobre los resultados obtenidos del cuestionario de evaluación; consistió en desfragmentar el problema en partes para identificar con mayor precisión y objetividad el problema; la síntesis se expresa en la capacidad para abstraer conclusiones del estudio.

- Método Inductivo. Método que contribuyó conocer la realidad referida al problema sobre el estado nutricional en relación con las teorías, enfoques y llegar a generalizar los resultados; es decir, de un proceso lógico que parte de lo particular a lo general.

- Método Deductivo. Este método se empleó cuando el asunto estudiado procede de lo general a lo particular. Con este método se comprendió la realidad global del problema, lo que sucede en el mundo y relacionarlo con el objeto de estudio. Se analizó el problema desde una visión holística hacia el tratamiento particular del estado nutricional; además, se utilizó en la construcción y desarrollo de la teoría científica y permitió profundizar en el conocimiento de las regularidades y características esenciales de los niveles nutricionales.

- **Método Histórico - Lógico.** Este método permitió conocer los antecedentes y/o referentes (investigaciones previas, modelos, experiencias, trabajos empíricos, etc.) y la evolución histórica del problema en sus diferentes escenarios y/o aspectos de la sociedad específicamente en educación.

- **El método sistémico - estructural funcional.** Estableció las relaciones entre los elementos y determinó los procesos lógicos y coherentes de los proyectos productivos; asimismo, permitió configurar las relaciones entre los elementos y su significación teórico – práctica.

### **3.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

#### **3.6.1 Técnicas**

**3.6.1.1 Encuesta.** Esta técnica permitió obtener la información directamente de los sujetos en estudio dando oportunidad para la interacción persona a persona. La técnica fue aplicada en un momento en particular, obteniendo directamente de los alumnos la información pertinente para la presente investigación, Hurtado, J. (2000)

**3.6.1.2 Observación.** Este tipo de técnica permitió realizar un registro visual de las situaciones reales por parte del investigador sin involucrarse en las mismas y así clasificar los acontecimientos pertinentes. Cabe señalar, que dichas observaciones se pretenden llevar a cabo durante el desarrollo de las sesiones de aprendizaje. Hurtado, J. (2000), explica que la observación es el acceso directo que requiere el investigador al evento de estudio.

#### **3.6.2 Instrumentos**

**3.6.2.1 Cuestionario.** Es un instrumento que agrupa una serie de preguntas relativas a un evento, situación o temática particular, sobre el cual el investigador desea obtener información. Su estructura y elaboración tuvo en cuenta los indicadores y dimensiones de la variable dependiente, redactado teniendo en cuenta el contexto y los sujetos a quienes estuvo orientado para obtener información objetiva y efectividad.

**3.6.2.2 Lista de cotejo.** Consistió en una lista de los indicios o aspectos relacionados con el evento de investigación, que se pueden presentar durante la observación. La lista de cotejo estará constituida por ítems relacionados con la variable independiente y pretende obtener información de las limitaciones y fortalezas de los proyectos productivos.

Para determinar la validez de los instrumentos se aplicó la técnica de juicios de expertos, para lo cual se consultó a dos especialistas con amplia formación profesional y reconocida trayectoria en el campo educativo. Y para comprobar la confiabilidad de los instrumentos se utilizará la prueba estadística (fiabilidad) coeficiente Alfa – Cronbach, la cual puede tomar valores entre 0 y 1, donde: 0 significa confiabilidad nula y 1 representa confiabilidad total.

### **3.7 Método de análisis de datos.**

Los datos obtenidos a través de los instrumentos aplicados, se organizarán en tablas de distribución de frecuencias absolutas y porcentuales, a partir de las cuales se elaborarán las figuras respectivas. Asimismo, los datos serán presentados en cuadros de distribución de frecuencias de donde se obtiene las medidas de concentración y dispersión como son la media aritmética, la desviación estándar y el coeficiente de variabilidad.

### **3.8 Aspectos éticos**

Los sujetos de estudio que son parte de la muestra representativa, así como a los responsables de la institución educativa se les informó oportunamente de los propósitos del estudio y se les garantizó su consentimiento y participación voluntaria. También se les comunicó sobre la confidencialidad de la información y del respeto a su persona.

# **CAPÍTULO IV**

## **RESULTADOS**

## 4.1 Descripción de los resultados

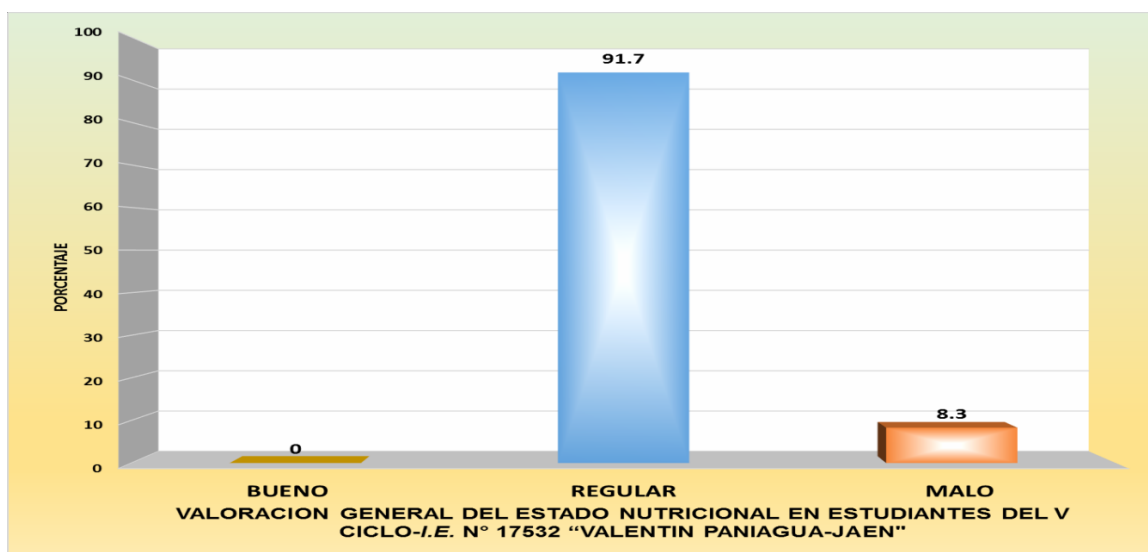
**Tabla 1**

*Distribución porcentual según escala general de la evaluación del estado nutricional en las dimensiones: Entorno familiar, Medio escolar, Entorno social, Medio de comunicación.*

Valoración	Niveles del estado nutricional	
	Alumnos	%
Malo	1	8,3
Regular	11	91,7
Bueno	0	0
TOTAL	12	100

**Fuente:** Base de datos; instrumento, para evaluar el estado de nutrición en estudiantes del I.E. 17532; "Valentín Paniagua", del distrito de San José del Alto de la provincia de Jaén-Cajamarca.

**Figura 1**



**Fuente:** Tabla 1.

### Descripción:

Según el análisis de la tabla 1 y la figura N° 01, de los 12 estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 "Valentín Paniagua" del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén, que fueron evaluados a través del cuestionario los resultados globales que incluyen las cuatro dimensiones (Entorno familiar, Medio escolar, Entorno social, Medio de comunicación) expresan que: el 91.7% se sitúan en el nivel **regular**; y el 8.3% comprenden el nivel **malo**. Por tanto, se puede inferir que los sujetos de estudio presentan dificultades en estado nutricional; frente a esta realidad se consideró la propuesta de elaborar proyectos productivos.

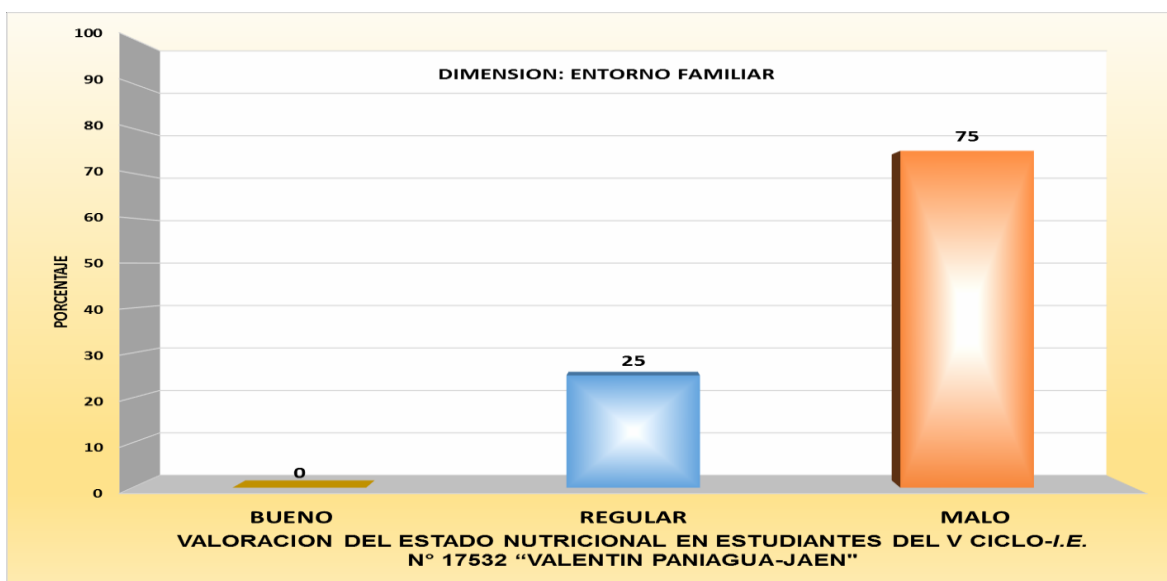
**Tabla 2**

*Distribución porcentual del estado nutricional en la dimensión: **Entorno familiar** en estudiantes de la I.E. N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén – 2016.*

Valoración	Dimensión: Entorno familiar	
	Alumnos	%
Malo	9	75,0
Regular	3	25,0
Bueno	0	0
TOTAL	12	100

**Fuente:** Base de datos; instrumento, para evaluar el estado de nutrición en estudiantes del I.E. 17532; “Valentín Paniagua”, del distrito de San José del Alto de la provincia de Jaén-Cajamarca.

**Figura 2**



**Fuente:** Tabla 2.

### **Descripción.**

Según tabla 2 y la figura 2 se constata que de los 12 estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén, que fueron evaluados a través del cuestionario, en la dimensión **Entorno familiar**, el 25% se encuentra en el nivel **regular**; asimismo, 75% de los discentes se ubicaron en el nivel **malo**; y el 0% en el nivel bueno; percibiéndose de esta manera la importancia de proponer proyectos productivos para elevar el estado nutricional de los sujetos de estudio.

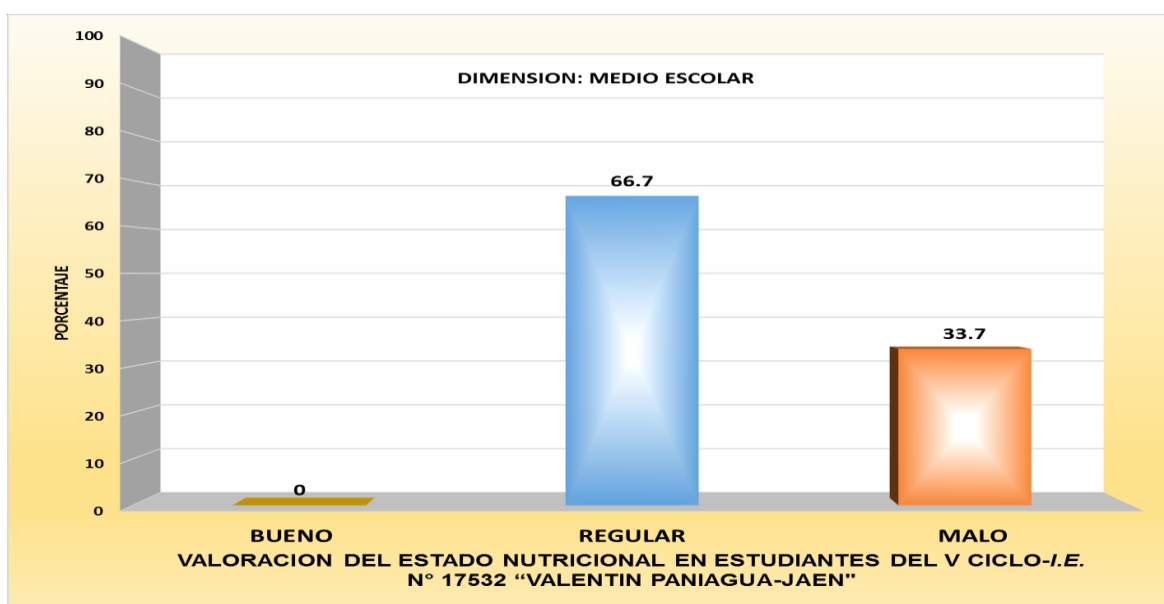
**Tabla 3**

*Distribución porcentual del estado nutricional en la dimensión: **Medio Escolar** en estudiantes de la I.E. N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén – 2016.*

Valoración	Dimensión: Medio escolar	
	Alumnos	%
Malo	4	33,3
Regular	8	66,7
Bueno	0	0
TOTAL	12	100

**Fuente:** Base de datos; instrumento, para evaluar el estado de nutrición en estudiantes del I.E. 17532; “Valentín Paniagua”, del distrito de San José del Alto de la provincia de Jaén-Cajamarca.

**Figura 3**



**Fuente:** Tabla 3.

### Descripción

Según tabla 3 y la figura 3 se confirma que de los 12 estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén, que fueron evaluados a través del cuestionario, en la dimensión **Medio Escolar**, el 66% se encuentra en el nivel **regular**; el 33.7 se ubica en el nivel **malo**; y el 0% en el nivel **bueno**; percibiéndose de esta manera la necesidad de implementar proyectos productivos significativos y funcionales para para mejorar el estado nutricional de los sujetos de estudio.



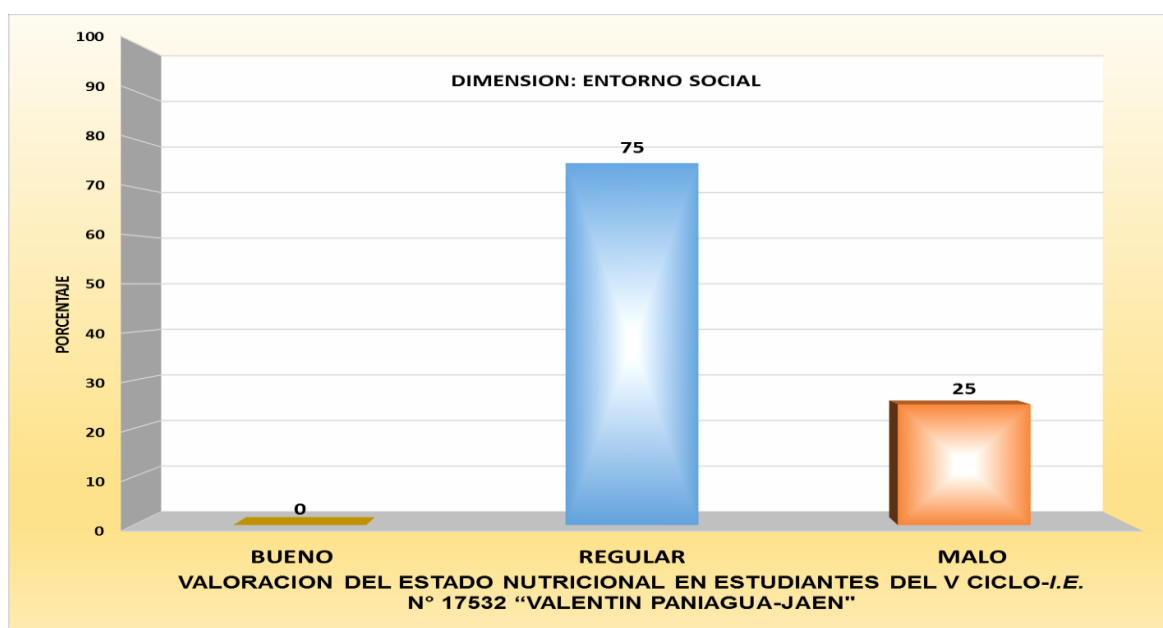
**Tabla 4**

*Distribución porcentual del estado nutricional en la dimensión: **Entorno social** en estudiantes de la I.E. N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén – 2016.*

Valoración	Dimensión: Entorno social	
	Alumnos	%
Malo	3	25,0
Regular	9	75,0
Bueno	0	0
TOTAL	12	100

**Fuente:** Base de datos; instrumento, para evaluar el estado de nutrición en estudiantes del I.E. 17532; “Valentín Paniagua”, del distrito de San José del Alto de la provincia de Jaén-Cajamarca.

**Figura 4**



**Fuente:** Tabla 4.

### Descripción

Según tabla 4 y la figura 4 se constata que de los 12 estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén, que fueron evaluados a través del cuestionario, en la dimensión **Entorno social**, el 75% se encuentra en el nivel **regular**; además, el 25% de los sujetos de estudio comprenden el nivel **malo**; y el 0% en el nivel **bueno**. Por consiguiente, existen ciertas limitaciones en los estudiantes que es necesario potenciarlos para mejorar el estado nutricional.

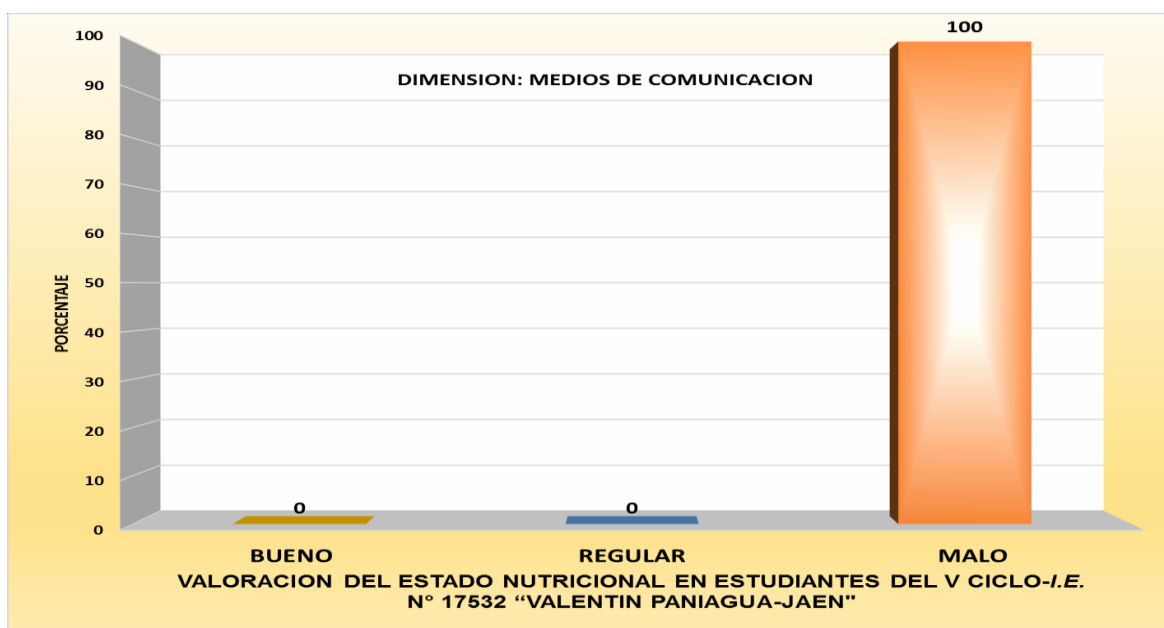
**Tabla 5**

*Distribución porcentual del estado nutricional en la dimensión: **Medios de comunicación**, estudiantes de la I.E. N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén – 2016.*

Valoración	Dimensión: Medios de comunicación	
	Alumnos	%
Malo	12	100
Regular	0	0
Bueno	0	0
TOTAL	12	100

**Fuente:** Base de datos; instrumento, para evaluar el estado de nutrición en estudiantes del I.E. 17532; “Valentín Paniagua”, del distrito de San José del Alto de la provincia de Jaén-Cajamarca.

**Figura 5**



**Fuente:** Tabla 5.

### Descripción

Según tabla 10 y la figura 5 se comprueba que de los 12 estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén, que fueron evaluados a través del cuestionario, en la dimensión **Medios de comunicación**, el 100% se encuentra en el nivel de **malo**; estos resultados demuestran el nivel de influencia negativa que está internalizando el estudiante a través de los medios de comunicación, específicamente la publicidad subliminal y consumista que venden u difunden dichos medios.

**Tabla 6***Estadísticos descriptivos de tendencia central y variabilidad*

Estado Nutricional		
N	Válidos	12
	Perdidos	0
Media		19,16
Mediana		19,00
Moda		18,00 <sup>a</sup>
Desv. típ.		1,642
Rango		5,00
Mínimo		16,00
Máximo		21,00
Suma		230,00
	25	18,00
Percentiles	50	19,00
	75	21,00

**a. Existen varias modas. Se mostrará el menor de los valores.**

**Fuente:** Base de datos; instrumento, para evaluar el estado de nutrición en estudiantes del I.E. 17532; "Valentín Paniagua", del distrito de San José del Alto de la provincia de Jaén-Cajamarca

Los parámetros estadísticos de tendencia central y variabilidad según los resultados del cuestionario para evaluar el estado nutricional, muestran una media cuyo valor es 19,16, de acuerdo a la escala valorativa general se encuentra entre [17 – 32 puntos], (Ficha técnica - Anexo N° 02) ubicándose en el nivel Regular; la mediana comprende el valor 19,00 manifestando que es el valor que está dividiendo a la mitad de los datos obtenidos según el instrumento aplicado (50%); la moda es 18,00a, y representa al valor menor que se ha repetido con mayor frecuencia en los puntajes obtenidos; por otro lado, la desviación estándar obtiene un valor de 1,642, la misma que expresa la dispersión de los datos obtenidos según los resultados del cuestionario; el puntaje mínimo y máximo se encuentra entre 16 y 21; y la sumatoria de los puntajes para esta dimensión es 230, es decir, es la suma de los 12 sujetos de estudio.

## 4.2 Discusión

En presente informe tuvo como objetivo general proponer proyectos productivos, para elevar el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua”, propósito que se logró a partir del diagnóstico que se realizó y cuyos resultados globales demostraron que el 91,7% de los estudiantes evaluados presentan un nivel de estado nutricional Regular; y una mínima proporción el nivel Malo (8,3%); esto se debe en parte a aspectos relacionados al desconocimiento del tipo de alimento que consumen, así como de las ventajas nutritivas que ofrecen algunos productos; es decir, en el entorno familiar los padres e hijos rara vez establecen dietas nutritivas; en el medio escolar, el consumo que realizan los estudiantes en el quiosco son comidas chatarras sin ningún valor nutricional; de igual forma, en su entorno social muchas veces consumen lo que le ofrece la sociedad, complementa este problema la influencia de los medios de comunicación con el bombardeo de productos como golosinas y comidas enlatadas que afectan significativamente la salud nutricional de los estudiantes.

Según el informe técnico del Ministerio de Salud (2015) relacionado con el estado nutricional por etapas de vida en la población peruana, el estado nutricional en los niños entre 5 a 9 años que residieron en el área rural fue: 1.4%, delgadez severa; 2.1%, delgadez; 83.5% normal; 10.1% sobrepeso, y 3.0%, obeso; asimismo, afirman que el 33.3% de niños menores de 5 años padece de desnutrición crónica; de igual forma, el 3.9% de los niños tuvieron desnutrición global, es decir, 3 de cada 10 niños tuvieron deficiencia de peso para la edad.

El análisis crítico antes descrito contribuyó en la elaboración de proyectos productivos los mismos que tiene el propósito de revertir la problemática que tuvo como línea de base la investigación, en ese sentido, con esta propuesta se pretende sensibilizar y concientizar a los estudiantes para valorar su salud y consumir alimentos nutritivos, en sus hogares, escuela y sociedad; implica además desarrollar en ellos capacidades y actitudes críticas para no dejarse influenciar de los medios de comunicación rechazando todo tipo de alimentos y productos que atenten contra su vida y desarrollo.

Complementa, esta discusión la interpretación crítica de los objetivos específicos, propósitos que también fueron referentes para diseñar la propuesta; seguidamente se describen:

Con respecto al objetivo específico expresado en Identificar el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén, se pudo constatar de acuerdo a las dimensiones de la variable objeto de estudio los siguientes resultados:

En la dimensión referida al entorno familiar, la distribución porcentual de acuerdo a los resultados del cuestionario indica que el estado nutricional de los sujetos de estudio comprende los niveles Malo (75%); y Regular (25%), esto demuestra que en la mayoría de las familias presentan limitaciones para reconocer e identificar sus hábitos alimenticios; participar y tomar decisiones en la planificación y preparación de sus alimentos; de igual forma, tener conocimiento de los nutrientes que consumen diariamente; así como valorar la higiene personal y la limpieza de sus alimentos.

La familia “es el pilar fundamental de la sociedad, teniendo conocimiento de ello el compromiso de la escuela y del personal de salud es mayor, ya que la labor se encamina a enseñar a los padres de familia a detectar algún tipo de alteración ya sea desnutrición o sobrepeso, y no sólo eso si no corregirla, pero sobretodo darles aquellas herramientas que ayuden a evitarlas”. (Reyes y Garduño, 2013, p. 14)

Aunque “los padres constituyen una influencia muy importante en las preferencias y comportamientos alimentarios del niño, cuando este comienza a acudir al colegio sus profesores y compañeros de clase se convierten en un nuevo modelo a seguir, influyendo sobre su actitud ante los alimentos, así como en la elección de éstos” (Patrick y Nicklas, 2010). De esta manera, “puede aparecer un rechazo súbito a una comida determinada o producirse el reclamo de un alimento en particular” (Lucas y Feucht, 2009). Otras veces “la decisión de comer ciertos alimentos ofertados en el quiosco escolar depende de la influencia de los amigos y

de sus preferencias, todo esto puede repercutir sobre el estado nutricional del niño”. (Kleinman, 2007)

En relación a la dimensión medio escolar, el estado nutricional de los estudiantes comprende los niveles Regular (66,7%); y Malo (33,7%). Estos resultados se expresan en la escasa capacidad para clasificar sus alimentos de acuerdo a sus nutrientes; dificultades para reconocer y ser consciente de consumir alimentos que contribuyen al fortalecimiento físico y mental; asimismo, evaluar junto a sus compañeros los efectos que trae consigo tener desequilibrio nutricional; así como, fundamentar y argumentar las razones de tener una buena nutrición.

“El ámbito escolar influye en los hábitos alimentarios del niño principalmente por la influencia que ejercen los compañeros y amigos modulando la conducta alimentaria”. (Gidding, Dennison, Birch, Daniels, y Gilman, 2011)

En lo referente a la dimensión entorno social, la distribución porcentual del estado nutricional en su interacción social el nivel de afectación se ve reflejada en los niveles Regular (75%); y Malo (25%). Esto evidencia la escasa capacidad de los discentes para identificar los alimentos saludables de la localidad; socializar y compartir sus conocimientos alimenticios en su interacción social; asumir actitudes de prevención en su consumo de alimentos de su entorno local; de igual modo, rechazar todo tipo de alimentos que afecten a su salud. Estas afirmaciones se correlacionan con las conclusiones que establecen el Ministerio de salud (2015), quienes confirman que, “la séptima parte de los niños menores de cinco años padecen de desnutrición crónica, afectando principalmente a los niños entre uno a dos años que residen en la zona rural y en mayor nivel de pobreza; además, sostienen que la desnutrición aguda y global fue baja en los niños menores de cinco años; y menos del 10% de los niños menores de cinco años tuvieron exceso de peso, siendo más predominante en la zona urbana, y menos pobres”.

Asimismo, en la dimensión medio de comunicación, según los resultados del cuestionario los estudiantes manifiestan que lo mensajes subliminales que generan estos medios en su estado emocional alcanzan el nivel Malo (100%). Demostrando que, los sujetos de estudio presentan dificultades para asumir actitudes críticas

frente a la publicidad subliminal; reflexionar sobre el mensaje de los afiches y envolturas de los alimentos que consume; internalizar modelos y estereotipos que contribuyan en su estado nutricional; así como, ser capaces de elaborar una receta o dieta nutricional favorable con su salud sin tener la influencia de los medios comunicativos. Reyes y Garduño, (2013, p. 14) en su investigación sobre esta dimensión concluye que, “la televisión causa un gran impacto en el estado nutricional; ya que existe una relación entre sobrepeso y mirar televisión, porque los escolares que pasan menos de 2 horas frente al televisor, tienen menor frecuencia de presentar sobrepeso y obesidad, a diferencia de los que pasan más de 4 horas frente al televisor, quienes con mayor frecuencia padecen sobrepeso y obesidad”

En esta misma línea de análisis, en cuanto al segundo objetivo específico referido a organizar los elementos teóricos y científicos que sustenten los proyectos productivos, y el estado nutricional en los estudiantes, el informe asume el enfoque basado en competencias donde se articula la teoría con la práctica y lo educativo con lo productivo, por tanto, se establece que las prácticas docentes según las áreas afines al propósito de la investigación debería optar por actividades de aprendizaje vivenciales y reflexivas, entre ellas en el área de ciencia y ambiente desarrollar trabajos de campo o promover en los discentes el desarrollo de actividades productivas como el sembrado de productos que beneficien su estado nutricional; asimismo, se empodera de la teoría social cognitiva de Bandura (2001) y la teoría ecológica de Bronfenbrenner, (1987), en ambas teorías “se pretende promover la internalización de modelos positivos y la valoración de sus ambientes sociales, culturales y naturales a fin de modelar y desarrollar en los estudiantes conductas saludables que repercuta en su estado nutricional”

Por su parte, el tercer objetivo relacionado a elaborar proyectos productivos, para elevar el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa, se puede confirmar que se alcanzó, porque se plantean cuatro proyectos estructurados organizados de acuerdo a las necesidades que presentan los sujetos de estudio para mejorar su nivel nutricional; la elaboración de los proyectos tuvo en cuenta los siguientes procedimientos:

Análisis de necesidades, y generación de ideas de proyecto; es decir, en esta etapa se recopiló y analizó información sobre las diversas necesidades nutritivas; se identificó los posibles proyectos productivos a realizar; y se realizó un estudio detallado del entorno productivo; en la segunda etapa, se determinaron las ideas sustantivas de los proyectos; es decir, se plantean el desarrollo de habilidades de análisis y toma de decisiones para construir su proyecto; seleccionan la idea de proyecto que sea viable y realizable; y analizan la funcionalidad del proyecto, así como los medios y recursos disponibles; en la tercera etapa, sobre el diseño del proyecto, planificación y organización del proyecto; se precisa trabajar en equipo y se propone solucionar los problemas; buscar y analizar información teórica relacionada con el proyecto; y diseñar un plan de trabajo, donde se determinan los objetivos, estrategias, definen los roles, responsabilidades; por su parte en la cuarta etapa, referida a la ejecución, seguimiento y control del proyecto, se pretende promover la participación activa en la realización del proyecto según lo planificado; ponen en práctica sus capacidades y habilidades cognitivas y motoras, así como, poner en práctica actitudes y valores en su interacción personal; en cuanto a la gestión y distribución del proyecto, los estudiantes desarrollarán habilidades gestoras como pedir el apoyo de un especialista para mejorar los procesos de producción; realiza el control de la calidad de sus productos; distribuir sus productos en forma equitativa; en la última etapa, expresada en la evaluación del proyecto; serán capaces de evaluar los procesos y resultados del proyecto; las dificultades y soluciones en la producción; de igual forma, reflexionar y autoevaluarse sobre su participación en el proyecto.



## CONCLUSIONES

1. El estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén, de acuerdo a los resultados globales del cuestionario se encuentra entre los niveles Regular (91,7%) y Malo (8,3%); por consiguiente, la propuesta constituye una herramienta metodológica pertinente y funcional para transformar el problema objeto de estudio.
2. Los elementos teóricos y científicos que sustentaron los proyectos productivos, y el estado nutricional en los estudiantes comprenden el enfoque de formación basado en competencias, la teoría social cognitiva y la teoría cognitiva, las mismas que garantizaron la consistencia científica y el análisis crítico propositivo de la investigación.
3. La elaboración de proyectos productivos para elevar el estado nutricional en los estudiantes permite integrar lo formativo y productivo, así como articular la teoría con la práctica en los procesos de enseñanza aprendizaje; de igual forma, promueve a través de actividades vivenciales y reflexivas el desarrollo de capacidades y habilidades orientadas a mejorar el estado nutricional.

## **SUGERENCIAS**

- 1.** A los docentes del nivel primario, incluir en sus programaciones curriculares la implementación de proyectos productivos que ayuden a los estudiantes a adquirir hábitos alimenticios saludables; asimismo, configurar en coordinación con el puesto de salud un sistema de vigilancia alimentaria y nutricional, con el fin de detectar a tiempo los casos de bajo peso o sobrepeso y emprender acciones de tratamiento y recuperación de los problemas detectados.
- 2.** Los docentes de las diferentes áreas curriculares en su práctica pedagógica, brindar orientaciones sobre prácticas alimentarias pertinentes y saludables para que los estudiantes puedan consumir los nutrientes necesarios en beneficio de su adecuado crecimiento y desarrollo, así, como alcanzar construir un estado nutricional equilibrado.
- 3.** Los estudiantes internalizar y poner en práctica estilos de vida saludables, hábitos de higiene en el consumo de sus alimentos; participar juntos con sus padres para elaborar dietas nutritivas y balanceadas.
- 4.** La institución educativa facilitar con recursos, herramientas y brindar facilidades para que los docentes puedan hacer uso de espacios físicos donde puedan desarrollar proyectos productivos; de igual forma, establecer medidas de seguridad institucional para la conservación y valoración de los alimentos que producen los estudiantes durante la ejecución de sus proyectos.

## REFERENCIAS

- Aguilar, R. (2011) *“Propuesta pedagógica para la intervención a nivel integral basada en principios básicos y filosóficos de los servicios dirigidos a la primera infancia”* MML.
- Ander-Egg, E. (1994) en Fiallo Rodríguez, Jorge P. *“La escuela histórico cultural, base del método de proyectos: una vía de lograr la interdisciplinariedad en el proceso docente-educativo”*. Versión digital. 2001. pág. 4.
- Arévalo, J. y Castillo, J. (2011). *Relación entre el estado nutricional y el rendimiento académico en los escolares de la Institución Educativa N° 0655 “José Enrique Celis Bardales. Mayo – diciembre. 2011*. Universidad Nacional de San Martín. Tarapoto – Perú.
- Arias, V., y Uquillas, A. (2013). *Modelo para la creación de centro de nutrición para niños y niñas de 6 meses a 14 años de edad, en la zona norte de Guayaquil*. Universidad Católica de Santiago de Guayaquil.
- Apaéstegue, D. (2013). *Influencia de la implementación de un biohuerto escolar en las actitudes ambientales de los estudiantes del nivel primaria de las instituciones educativas públicas del distrito de Ventanilla - Callao*. Lima: UNMSM.
- Bandura, A. (2001). *Teoría cognitiva social: Una perspectiva agencial*. Annual Review of Psychology, 52, 1-26.
- Barba, E., y Negrotto, A. (2007). *Enseñar a trabajar. Las competencias de quienes forman para el trabajo*. Montevideo. Cinterfor, OIT
- Behrman, K. (2004). *Tratado de enfermería*. 17.a Ed. Madrid: Editorial Elsevier.
- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano. Experimentos en entornos naturales y diseñados*. Barcelona: Paidós.
- Bryant CA, Courtney A, Markesbery BA, DeWalt KM. (1985). *La fiesta cultural. Una introducción a la alimentación y la sociedad*. West Publishing, St. Paul.
- Calvo, MA. (2009). *Estudio antropométrico y educación nutricional en escolares de la isla de Tenerife*. Fundación Canaria de Investigación y Salud.
- Chávez, J. (2012). *Aplicación del programa educativo “escolar sano con alimentación saludable “y su influencia en el nivel cognitivo y en las prácticas nutricionales de las madres de la I.E 2099 el Sol- Distrito de Huaura (período 2010- 2011)*. Universidad Alas Peruanas. Lima - Perú.

- Cherre, A. (2011). *Aplicación del método de proyectos productivos como estrategia didáctica en la formación técnica en una IE de EBR de Lima-Norte*. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima Perú.
- Cotlear, D. (2006). *Un nuevo contrato social para el Perú: ¿cómo lograr un país más educado, saludable y solidario?* Washington, DC: Banco Mundial.
- Derkau, W. y Saavedra, N. (2004) *Elaboremos proyectos productivos – educativos – participativos*. Proeduca-GTZ; MED; CIM; ITACAB Proyecto Cristal Andino; COSUDE CAPLAB Programa de Capacitación Laboral. Lima, Perú. 1º Edición.
- ENDES (2000). *Encuesta demográfica y de salud familiar*. Lima. Perú.
- ENDES. (2007). *USAID y Programa MEASURE (2004-2006)*. Lima. Perú.
- Fieldhouse P. (1986). *Alimentación y nutrición: costumbre y cultura*. Crom Helm, Kent.
- FAO. (2011). *Ayuda Humanitaria de Asistencia y Recuperación para Comunidades Afectadas por la Sequía en el Chaco*. Obtenido de <http://www.fao.org/3/a-as972s.pdf>
- Gidding SS, Dennison BA, Birch LL, Daniels SR, Gilman MW. (2011). *Dietary Recommendations for children and adolescents: A guide for practitioners: Consensus Statement from the American Heart Association*. 2da ed. USA. American Heart Association.
- Gómez, R. (2006). *Método de proyectos para la construcción del conocimiento*. Consulta 25 de enero de 2016. Disponible en: <http://www.geocities.com/Athens/8478/gomezr.htm>
- González, S. (2011). *Modelo de intervención Psico-educativo orientado a mejorar el estado nutricional de niños y niñas de 6 a 14 años*. Universidad de los Andes. Trujillo, Estado Trujillo. Venezuela.
- Grande F. (1984). *Alimentación y nutrición*. Colección Temas Clave. nº 48. Salvat Editores, SA. Barcelona.
- Hans, R. (2001). *El Método de Proyectos*. El Salvador, München Berlín.
- Hernández, F. (1998). *Repensar la función de la Escuela desde los proyectos de trabajo*, Fernando Hernández. Artículo publicado en Pátio. Revista Pedagógica, 6, 26-31 (1998).

- Josela. (18 de noviembre de 2011). *profesor en la educacion*. Obtenido de file:///G:/REALIDAD%20PROBLEMATICA%20W%20INVEST/PROFESOR%20EN%20LA%20SECUNDARIA\_%20Comprensi%F3n%20lectora\_%20el%20origen%20de%20todo%20el%20fracaso%20educativo.html
- Instituto Peruano de Economía (2007). *Evolución del gasto público en Programas alimentarios y de nutrición infantil – Lima*. Consulta 25 de enero de 2016. Disponible en: [www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1726](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1726).
- Kilpatrick, W. (1918) *The project method*. *Teachers College Record*, 19, 319-335.
- Kilpatrick, W. (1918). *The project method*. *Teachers College Record*, 19, 319-335.
- Kleinman RE. (2007). *Manual de nutrición pediátrica*. 5ta ed. México: American Academy of Pediatrics Intersystem.
- Lucas B, Feucht SA. (2009). *Nutrición en la infancia*. 12ª ed. Barcelona: Elsevier Masson.
- Manual del Docente, (2011) *Formulación de proyectos productivos para MYPE. Curso de formación a docentes técnicos*. Lima Perú.
- Ministerio de Educación del Perú (2006) *Orientaciones Para El Trabajo Educativo De Educación Para El Trabajo 2006*. MED-Dinesst, Lima.
- Ministerio de Educación Nacional. (2010). *Proyectos Pedagógicos Productivos, una estrategia para el aprendizaje escolar y el proyecto de vida*. Documento de trabajo. Bogotá D.C.
- Ministerio de Salud. (2015). *Estado nutricional por etapas de vida en la población peruana; 2013-2014*. Informe Técnico. Dirección Ejecutiva de Vigilancia Alimentaria y Nutricional.
- Mejor con Salud. (07 de Julio de 2018). *Alimentación Saludable para niños*. Obtenido de <https://mejorconsalud.com/alimentacion-saludable-para-ninos/>
- Musgrove, P (1993). *Feeding Latin America´s children*. *World Bank Res Obs*. 1993; 8(1): 23-45.
- Novoa, A. (2004). *Educación y producción en el desarrollo rural una innovación metodológica en el caso de Colombia*. Ponencia preparada para el I Foro-Taller “Alternativas para la educación rural en Venezuela”. Tarabana, Edo. Lara, Venezuela.

- Paccor, A. (2012). *Estado nutricional y hábitos alimentarios en estudiantes de cuarto año de la Carrera de Licenciatura en Nutrición*. Universidad Abierta Interamericana. Argentina.
- Patrick H, Nicklas T. A. (2010). *Review of family and social determinants of children's eating patterns and diet quality*. USA: Coll Nutrition.
- Pérez-Acosta, A. y Castañeda, D. (2005) *¿Cómo se produce el aprendizaje individual en el aprendizaje organizacional?* Universidad Católica de Colombia Universidad de Talca, Talca, Chile.
- Pinto, J. (2006). *La dieta equilibrada, prudente o saludable*. Nutrición y Salud. Impreso en España por Nueva Imprenta, S.A
- Reyes, E. y Garduño, F. (2013). *Estado nutricional en los estudiantes de la escuela primaria "Heriberto Enríquez" del municipio de Toluca, estado de México, 2012*. Universidad Autónoma del estado de México.
- Rodríguez, C. (2008). *Estado nutricional y orientación nutricional en estudiantes de ballet de nivel elemental*. La Habana. Cuba.
- Rodríguez, H. (2010). *Proyectos educativos-productivos e industrialización de la tuna (opuntia ficus) como estrategia en la enseñanza de la educación en industria alimentaria y nutrición en la fan y en la comunidad de San Bartolomé*. Universidad Nacional de Educación. "Enrique Guzmán y Valle" La Cantuta. Lima – Perú.
- Rojas, D. (2011). *Percepción de alimentación saludable, hábitos alimentarios estado nutricional y práctica de actividad física en población*. Pontificia Universidad Javeriana. Bogotá.
- Rozín P y Vollmecke TA. (1986). *Alimentos gustos y disgustos*. Ann Rev Nutr.
- Sarría A, Bueno M. (1997) *Exploración del estado nutricional en el niño*. En: Pombo Arias M. Tratado de Endocrinología Pediátrica (2.a ed.). Madrid. Díaz de Santos: 1135-1156
- Tamayo, M. y Fatyero, G. (2006). *El método de proyectos como alternativa para la educación estética del profesional en formación en el contexto de la micro universidad*. Consulta 25 de enero de 2016. Disponible en: [http://.rimed.cu/articulos/vol\\_1\\_2008/art\\_minelis.pdf](http://.rimed.cu/articulos/vol_1_2008/art_minelis.pdf)

- Tippelt, R. y Lindermann, H. (2001) *El Método de Proyectos*. Ministerio de Educación Gobierno de El Salvador, Apremat; Unión Europea. El Salvador, Munchen Berlin.
- Toledo, M. (2016). *Elaboración Artesanal del Yogur*. Obtenido de <https://docplayer.es/4014067-Elaboracion-artesanal-de-yogur-pagina-23-cuadernillo-para-unidades-de-produccion-apoyo-al-trabajo-popular-elaboracion-artesanal-de-yogur.html>
- UNICEF (2006). *Progreso para la infancia-. Un balance sobre la nutrición*. Consulta 25 de enero de 2016. Disponible en <http://www.unicef.org/spanish/publications/files/progreso>
- UNICEF (2008). *Estado mundial de la infancia: Supervivencia infantil*. Consulta 25 de enero de 2016. Disponible en <http://www.unicef.org/spanis/sowc08docs/sowco8.pdf>
- UNICEF (2011). *La desnutrición infantil: Causas, consecuencias y estrategias para su prevención y tratamiento*. Consulta 25 de enero de 2016. Disponible en: <https://www.unicef.es/sites/www.unicef.es/files/Dossierdesnutricion.pdf>
- UNICEF (2012). *Glosario de nutrición. Un recurso para comunicadores*.
- Valentini, C. 2001 *La Escuela Productiva*. Consulta 25 de enero de 2016. Disponible en: <http://www.fediap.com.ar/pdf/La%20Escuela%20Productiva.pdf>
- Vásquez de Velasco (2012). *La Alimentación Escolar como Oportunidad de Aprendizaje infantil*.
- Velásquez, A. (2010). *Reforma del Sector Salud. Determinantes económicos de la desnutrición infantil*. Consulta 25 de enero de 2016. Disponible en <http://reformasalud.blogspot.pe/2010/02/determinantes-economicos-de-la.html>
- Villa de la Portilla, Á. (2003). *Salud y Nutrición en los primeros años*, Primera Edición.
- Yahoo. *¿qué es un Proyecto productivo?* Consulta 25 de enero de 2016. Disponible en: <https://espanol.answers.yahoo.com/question/index?qid=20110124160224AAPTBru>

## ANEXOS

### ANEXO N° 01

#### CUESTIONARIO PARA EVALUAR EL ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DEL V CICLO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 17532 “VALENTÍN PANIAGUA”

**Estimado alumno:** El presente cuestionario tiene como objetivo evaluar el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén - 2016. Y la finalidad es recolectar información relevante y pertinente. Agradecemos por anticipado tu apoyo, respondiendo con sinceridad, porque tu aporte contribuirá a realizar un trabajo eficiente de investigación.

**Instrucciones:** Lee con cuidado cada una de las preguntas y elige aquellas respuestas con las que estés de acuerdo o que se aproxime más a tu opinión y coloca un aspa (X) dentro del recuadro correspondiente. El llenado tendrá los siguientes criterios de valoración: **Sí** (3), **A veces** (2) y **No** (1). Variable dependiente: Estado Nutricional.

Ítems	VALORACION		
	No	A veces	Sí
	1	2	3
1. Prácticas hábitos alimenticios en tu hogar.			
2. Participas en la elección y preparación de tus alimentos.			
3. Conoces los nutrientes de los alimentos que consumes diariamente en tu casa.			
4. Práctica hábitos de higiene antes y después de consumir sus alimentos			
5. Reconoce alimentos nutritivos y no nutritivos.			
6. Identificas que alimentos ayudan al fortalecimiento físico y mental.			
7. Reconoces que efectos trae consigo la desnutrición.			
8. Conoces las razones de tener una buena nutrición.			
9. Conoces los alimentos que se producen en tu localidad.			
10. Compartes con tus amigos sobre la buena alimentación.			
11. Prácticas actitudes de prevención cuando consumes alimentos fuera de casa.			
12. Rechazas todo tipo de alimentos que afecten a su salud.			
13. Asume actitudes críticas frente a la publicidad de los alimentos.			
14. Reconoces el mensaje de los afiches y envolturas de los alimentos que consume.			
15. Observas programas educativos que contribuyan en la enseñanza de una buena nutrición.			
16. Elaboras recetas o dietas nutricional favorable con tu salud.			



**ANEXO N° 02**  
**FICHA TÉCNICA DEL CUESTIONARIO PARA EVALUAR EL NIVEL DEL**  
**ESTADO NUTRICIONAL**

**1. Nombre del instrumento:**

Cuestionario para evaluar el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua”.

**2. Autor del instrumento.**

Creado por:  
Br. Percy Johnny Martínez Vidarte

**3. Objetivo instrumento.**

Evaluar el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén - 2016.

**4. Usuarios.**

Se recogerá información de 12 estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén - 2016.

**5. Modo de aplicación.**

1º El cuestionario está diseñada en 16 ítems, (04 preguntas se corresponden con la dimensión **Entorno familiar**; 04 con el **Medio escolar**; 04 se relacionan con el **Entorno social**; y, 04 con los **Medios de comunicación**; con criterios de valoración: Sí (3); A veces (2); y No (1); los mismos que tienen relación con los indicadores de la variable: Estado nutricional.

2º Los estudiantes deben de desarrollar el cuestionario en forma individual, consignando los datos requeridos de acuerdo a las indicaciones para el desarrollo de dicho instrumento de evaluación.

3º El cuestionario se aplicará en forma simultánea a los sujetos de estudio antes descritos.

4º Su aplicación tendrá como duración 40 minutos aproximadamente, y los materiales que utilizarán son: 1 bolígrafo, 1 lápiz, y sus respectivas explicaciones por parte de los responsables de la investigación.

## 6. Estructura del instrumento

Dimensiones	Indicadores	Ítems
<b>Entorno familiar</b>	Reconoce e Identifican sus hábitos alimenticios.	Ítems 01
	Participan y toman decisiones en la planificación y preparación de sus alimentos.	Ítems 02
	Reconocen los nutrientes que consumen diariamente.	Ítems 03
	Valora la higiene personal y la limpieza de sus alimentos.	Ítems 04
<b>Medio escolar</b>	Demuestra su capacidad para clasificar sus alimentos de acuerdo a sus nutrientes.	Ítems 05
	Reconoce y es consciente de consumir alimentos que contribuyen al fortalecimiento físico y mental.	Ítems 06
	Evalúa junto a sus compañeros los efectos que trae consigo tener desequilibrio nutricional.	Ítems 07
	Fundamenta y argumenta las razones de tener una buena nutrición.	Ítems 08
<b>Entorno social</b>	Identifica los alimentos de la localidad.	Ítems 09
	Socializa y comparte sus conocimientos alimenticios en su interacción social	Ítems 10
	Asume actitudes de prevención en su consumo de alimentos de su entorno local	Ítems 11
	Rechaza todo tipo de alimentos que afecten a su salud	Ítems 12
<b>Medios de comunicación</b>	Asume actitudes críticas frente a la publicidad subliminal	Ítems 13
	Reflexiona sobre el mensaje de los afiches y envolturas de los alimentos que consume.	Ítems 14
	Internaliza modelos y estereotipos que contribuyan en su estado nutricional.	Ítems 15
	Demuestra que es capaz de elaborar una receta o dieta nutricional favorable con su salud	Ítems 16

## 7. Escala.

### 7.1 Escala general

Valoración	Puntaje	Rango
No	1	[01 – 16)
A veces	2	[17 – 32)
Sí	3	[33 – 48)

### 7.2 Escala específica.

Valoración	Dimensiones			
	Entorno familiar	Medio escolar	Entorno social	Medios de comunicación
No	[01 – 04)	[01 – 04)	[01 – 04)	[01 – 04)
A veces	[05 – 08)	[05 – 08)	[05 – 08)	[05 – 08)
Sí	[09 – 12)	[09 – 12)	[09 – 12)	[09 – 12)

## 8. Validación y confiabilidad:

Por juicio de expertos y la confiabilidad se realizará a través de la prueba estadística de Coeficiente Alfa de Cronbach. (Anexo N° 03)

**ANEXO N° 03**  
**VALIDACIÓN DE EXPERTOS**

**INFORME DE VALIDACIÓN A JUICIO DE EXPERTO**

**1. TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN**

PROYECTOS PRODUCTIVOS PARA ELEVAR EL ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DEL V CICLO, INSTITUCION EDUCATIVA N° 17532, SAN JOSÉ DEL ALTO, JAÉN - 2016.

**2. INSTRUMENTO**

CUESTIONARIO PARA EVALUAR EL ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DEL V CICLO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 17532 "VALENTÍN PANIAGUA".

**3. EXPERTO**

NOMBRES APELLIDOS: Soto Fernández, Ramiro.  
INSTITUCIÓN: I-E-S.P. "VICTOR ANDRÉS BELAUNDE"  
GRADO ACADÉMICO: Doctor  
REGISTRO A.N.R.: A01510881.

**4. INVESTIGADOR**

Br. PERCY JOHNNY MARTÍNEZ VIDARTE

**5. VALORACIÓN DE ITEMS**

VARIABLE: **ESTADO NUTRICIONAL.**

CRITERIO	INDICADORES	DEFICIENTE 0 - 20				REGULAR 21 - 40				BUENA 41 - 60				MUY BUENA 61 - 80				EXCELENTE 81 - 100			
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado para los estudiantes.																			X	
VOCABULARIO	Es apropiado a los niños y niñas del nivel educativo primario.																			X	
OBJETIVIDAD	Está expresado en indicadores precisos y claros.																				6
ORGANIZACIÓN	Presentan los ítems una organización lógica.																			X	
PERTINENCIA	Los ítems corresponden a los indicadores que se evaluarán.																				X
INTENCIONALIDAD	Evalúa el estado nutricional en el área de ciencia y ambiente.																			X	
CONSISTENCIA	El instrumento se basa en la teoría social cognitiva y la teoría ecológica.																	X			
COHERENCIA	El instrumento presenta coherencia entre ítems, indicadores, dimensiones y variable.																				X
METODOLOGÍA	El instrumento responde al propósito de la investigación.																			X	

## INFORME DE VALIDACIÓN A JUICIO DE EXPERTO

### 1. TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN

PROYECTOS PRODUCTIVOS PARA ELEVAR EL ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DEL V CICLO, INSTITUCION EDUCATIVA N° 17532, SAN JOSÉ DEL ALTO, JAÉN - 2016.

### 2. INSTRUMENTO

CUESTIONARIO PARA EVALUAR EL ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DEL V CICLO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 17532 "VALENTÍN PANIAGUA".

### 3. EXPERTO

NOMBRES APELLIDOS: DANILO NEPTOLFI CERRA PEYRA

INSTITUCIÓN: I.E. aplicación del S.S.P.P. "VICENTE ANDRÉS BELMUNDE"

GRADO ACADÉMICO: MAGISTER EN DOCENCIA E INVESTIGACIÓN

REGISTRO A.N.R.: A00512170

### 4. INVESTIGADOR

Br. PERCY JOHNNY MARTÍNEZ VIDARTE

### 5. VALORACIÓN DE ITEMS

VARIABLE: ESTADO NUTRICIONAL.

**6. SUGERENCIAS**

Explica los propósitos de la investigación.


**7. OPINIÓN DE APLICABILIDAD**

ES COHERENTE CON LOS INDICADORES Y DIMENSIONES DE /AS  
VARIABLES

**8. PROMEDIO DE VALIDACIÓN:** 96.11

**9. LUGAR Y FECHA:**

**FIRMA:**

  
\_\_\_\_\_  
Ramiro Soto Fernández  
DOCTOR EN EDUCACIÓN  
CÓDIGO AMR 001510891

CRITERIO	INDICADORES	DEFICIENTE 0 - 20				REGULAR 21 - 40				BUENA 41 - 60				MUY BUENA 61 - 80				EXCELENTE 81 -100			
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado para los estudiantes.																			X	
VOCABULARIO	Es apropiado a los niños y niñas del nivel educativo primario.																			<	
OBJETIVIDAD	Está expresado en indicadores precisos y claros.																			X	
ORGANIZACIÓN	Presentan los ítems una organización lógica.																				X
PERTINENCIA	Los ítems corresponden a los indicadores que se evaluarán.																				<
INTENCIONALIDAD	Evalúa el estado nutricional en el área de ciencia y ambiente.																				<
CONSISTENCIA	El instrumento se basa en la teoría social cognitiva y la teoría ecológica.																				<
COHERENCIA	El instrumento presenta coherencia entre ítems, indicadores, dimensiones y variable.																				X
METODOLOGÍA	El instrumento responde al propósito de la investigación.																				X

6. SUGERENCIAS

Proceso y su aplicación

7. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

Gran pertinencia con el objeto de estudio.

8. PROMEDIO DE VALIDACIÓN: 98-33

9. LUGAR Y FECHA:

  
FIRMA: Armando Neptali Cieza Neyra  
DNI N° 27727367  
MAGISTER EN INVESTIGACIÓN  
Y DOCENCIA SUPERIOR



## FIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

### A. Evaluación de las propiedades métricas de la escala

Dado que lo que se está diseñando es una escala de medición que permita tener una puntuación de un aspecto de educación, y poder comparar la de diferentes individuos o la del mismo individuo en diferentes momentos, se debe asegurar que el instrumento de medida sea fiable y válido.

**Fiabilidad** Es el grado en que un instrumento mide con precisión, sin error. Indica la condición del instrumento de ser fiable, es decir, de ser capaz de ofrecer en su empleo repetido resultados veraces y constantes en condiciones similares de medición.

- **Consistencia:** “Se refiere al nivel en que los diferentes ítems o preguntas de una escala están relacionados entre sí. Esta homogeneidad entre los ítems nos indica el grado de acuerdo entre los mismos y, por tanto, lo que determinará que éstos se puedan acumular y dar una puntuación global. El coeficiente alfa de Cronbach es un método estadístico muy utilizado. Sus valores oscilan entre 0 y 1. Se considera que existe una buena consistencia interna cuando el valor de alfa es superior a 0,7.”

- **Estabilidad temporal:** Es la concordancia obtenida entre los resultados del test al ser evaluada la misma muestra por el mismo evaluador en dos situaciones distintas (fiabilidad test).

### B. Resultados de la fiabilidad del instrumento

Prueba piloto. “A fin de analizar la consistencia interna del cuestionario, se llevó a cabo una prueba piloto, en la cual participaron 12 de estudiantes. Los resultados arrojaron un coeficiente de Alfa de Cronbach de **0,809**, el cual excede el valor mínimo de 0,70 para determinar la confiabilidad de la prueba” (DeVellis, 2003; Kline, 2000). Por esta razón, se puede establecer que existe una alta correlación entre los reactivos del instrumento y una adecuada consistencia interna.

## Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	12	100,0
	Excluidos <sup>a</sup>	0	,0
	Total	12	100,0

a. Eliminación por lista basada en todas las variables del procedimiento.

Fuente: Base de datos de la prueba piloto.

## Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,809	16

Fuente: Base de datos de la prueba piloto.

## Estadísticos de los elementos

	Media	Desviación típica	N
Ítem 01	1,25	,452	12
Ítem02	1,50	,522	12
Ítem03	1,25	,452	12
Ítem04	1,83	,718	12
Ítem05	1,50	,522	12
Ítem06	1,25	,452	12
Ítem07	1,42	,515	12
Ítem08	1,67	,778	12
Ítem09	1,42	,515	12
Ítem10	1,17	,389	12
Ítem11	1,42	,515	12
Ítem12	1,67	,778	12
Ítem13	1,83	,718	12
Ítem14	1,42	,669	12
Ítem15	1,42	,669	12
Ítem16	1,42	,793	12

Fuente: Base de datos de la prueba piloto.

### Estadísticos total-elemento

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
Item01	22,17	24,697	-,142	,826
Item02	21,92	22,265	,350	,802
Item03	22,17	23,970	,021	,818
Item04	21,58	19,174	,728	,772
Item05	21,92	22,083	,389	,800
Item06	22,17	25,788	-,376	,836
Item07	22,00	22,727	,259	,807
Item08	21,75	19,114	,668	,776
Item09	22,00	21,818	,454	,796
Item10	22,25	24,023	,024	,816
Item11	22,00	22,364	,336	,803
Item12	21,75	18,205	,821	,762
Item13	21,58	19,174	,728	,772
Item14	22,00	21,273	,413	,798
Item15	22,00	20,000	,639	,781
Item16	22,00	18,909	,685	,774

Fuente: Base de datos de la prueba piloto.

### Estadísticos de la escala

Media	Varianza	Desviación típica	N de elementos
23,42	24,265	4,926	16

Fuente: Base de datos de la prueba piloto.

## ANEXO N° 04

### BASE DE DATOS

Base de datos de la evaluación según escala general del estado nutricional en las dimensiones: (Entorno familiar, Medio escolar, Entorno social, Medio de comunicación); en estudiantes de la I.E. N° 17532 "Valentín Paniagua" del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén – 2016.

N°	RESULTADO DE LA EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL	
	GRUPO DE ESTUDIO: V CICLO	
	SUMA	NIVEL
E01	16	Malo
E02	19	Regular
E03	21	Regular
E04	18	Regular
E05	21	Regular
E06	21	Regular
E07	18	Regular
E08	21	Regular
E09	18	Regular
E10	19	Regular
E11	20	Regular
E12	18	Regular
Promedio	19.17	
Desv. estándar	1.64	
CV%	8.57	

**Fuente:** Base de datos; instrumento, para evaluar el estado de nutrición en estudiantes del I.E. 17532; "Valentín Paniagua", del distrito de San José del Alto de la provincia de Jaén-Cajamarca.

Base de datos del estado nutricional en la dimensión: **Entorno familiar** en estudiantes de la I.E. N° 17532 "Valentín Paniagua" del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén – 2016.

N°	RESULTADO DEL ESTADO NUTRICIONAL	
	DIMENSIÓN: ENTORNO FAMILIAR	
	SUMA	NIVEL
E01	4	Malo
E02	5	Regular
E03	4	Malo
E04	4	Malo
E05	4	Malo
E06	4	Malo
E07	5	Regular
E08	4	Malo
E09	4	Malo
E10	4	Malo
E11	5	Regular
E12	4	Malo
Promedio	4.25	
Desv. estándar	0.45	
CV%	10.64	

**Fuente:** Base de datos; instrumento, para evaluar el estado de nutrición en estudiantes del I.E. 17532; "Valentín Paniagua", del distrito de San José del Alto de la provincia de Jaén-Cajamarca.

Base de datos del estado nutricional en la dimensión: **Medio Escolar** en estudiantes de la I.E. N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén – 2016.

N°	RESULTADO DEL ESTADO NUTRICIONAL	
	DIMENSIÓN: MEDIO ESCOLAR	
	SUMA	NIVEL
E01	4	Malo
E02	4	Malo
E03	5	Regular
E04	5	Regular
E05	6	Regular
E06	5	Regular
E07	4	Malo
E08	6	Regular
E09	5	Regular
E10	5	Regular
E11	4	Malo
E12	5	Regular
Promedio	4.83	
Desv. estándar	0.72	
CV%	14.85	

**Fuente:** Base de datos; instrumento, para evaluar el estado de nutrición en estudiantes del I.E. 17532; “Valentín Paniagua”, del distrito de San José del Alto de la provincia de Jaén-Cajamarca.

Base de datos del estado nutricional en la dimensión: **Entorno Social** en estudiantes de la I.E. N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén – 2016.

N°	RESULTADO DEL ESTADO NUTRICIONAL	
	DIMENSIÓN: ENTORNO SOCIAL	
	SUMA	NIVEL
E01	4	Malo
E02	5	Regular
E03	7	Regular
E04	4	Malo
E05	5	Regular
E06	6	Regular
E07	4	Malo
E08	6	Regular
E09	5	Regular
E10	5	Regular
E11	7	Regular
E12	5	Regular
Promedio	5.25	
Desv. estándar	1.06	
CV%	20.10	

**Fuente:** Base de datos; instrumento, para evaluar el estado de nutrición en estudiantes del I.E. 17532; “Valentín Paniagua”, del distrito de San José del Alto de la provincia de Jaén-Cajamarca.

Base de datos del estado nutricional en la dimensión: **Medios de Comunicación** en estudiantes de la I.E. N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén – 2016.

N°	RESULTADO DEL ESTADO NUTRICIONAL	
	DIMENSIÓN: MEDIOS DE COMUNICACION	
	SUMA	NIVEL
E01	4	Malo
E02	5	Malo
E03	5	Malo
E04	5	Malo
E05	6	Malo
E06	6	Malo
E07	5	Malo
E08	5	Malo
E09	4	Malo
E10	5	Malo
E11	4	Malo
E12	4	Malo
Promedio	4.83	
Desv. estándar	0.72	
CV%	14.85	

**Fuente:** Base de datos; instrumento, para evaluar el estado de nutrición en estudiantes del I.E. 17532; “Valentín Paniagua”, del distrito de San José del Alto de la provincia de Jaén-Cajamarca.

## ANEXO N° 05

### LISTA DE COTEJO PARA VALORAR LOS PROYECTOS PRODUCTIVOS

**Objetivo:** Contrastar cualitativa y cuantitativamente las limitaciones y fortalezas de los proyectos productivos, así como su influencia en la mejora del estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén - 2016.

**Instrucciones:** Lee con cuidado cada una de los ítems y marca con un aspa (X) los criterios de valoración: **No (1) y Sí (2) Variable independiente:** Proyectos productivos.

Indicadores	Valoración	
	No	Sí
	1	2
1. Recopilan y analizan información sobre las diversas necesidades.		
2. Identifican los posibles proyectos productivos a realizar		
3. Realizan un estudio detallado del entorno productivo		
4. Desarrolla habilidades de análisis y toma de decisiones para construir su proyecto.		
5. Seleccionan la idea de proyecto que sea viable y realizable		
6. Analizan la funcionalidad del proyecto, así como los medios y recursos disponibles.		
7. Trabaja en equipo y se propone solucionar los problemas		
8. Buscan y analizan información teórica relacionada con el proyecto.		
9. Diseñan su plan de trabajo, determinan los objetivos, estrategias, definen los roles, responsabilidades.		
10. Participan activamente en la realización del proyecto según lo planificado.		
11. Ponen en práctica sus capacidades y habilidades cognitivas y motoras.		
12. Práctica actitudes y valores en su interacción personal		
13. Gestiona el apoyo de un especialista para mejorar los procesos de producción		
14. Realiza el control de la calidad de sus productos		
15. Distribuye sus productos en forma equitativa		
16. Evalúa los procesos y resultados del proyecto.		
17. Evalúa las dificultades y soluciones en la producción		
18. Reflexiona y se autoevalúa sobre su participación en el proyecto.		

## **ANEXO N° 06**

### **FICHA TÉCNICA DE LA LISTA DE COTEJO**

#### **1. Nombre del instrumento:**

Lista de cotejo para valorar los proyectos productivos.

#### **2. Autor del instrumento.**

Creado por:

Br. Percy Johnny Martínez Vidarte

#### **3. Objetivo instrumento.**

Contrastar cualitativa y cuantitativamente las limitaciones y fortalezas de los proyectos productivos, así como su influencia en la mejora del estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 "Valentín Paniagua" del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén - 2016.

#### **4. Usuarios.**

Se recogerá información de 12 estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 "Valentín Paniagua" del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén - 2016.

#### **5. Modo de aplicación.**

1º La lista de cotejo está diseñada en 18 ítems: 03 preguntas se corresponden con la dimensión análisis de necesidades, generación de ideas de proyecto; 03 con determinación de ideas de proyecto; 03, referidas al diseño del proyecto, planificación y organización del proyecto; 03, relacionadas a la ejecución, seguimiento y control del proyecto; 03, con gestión y distribución del proyecto; y 04 con evaluación final del proyecto; con criterios de valoración: Sí (2) y No (1); los mismos que tienen relación con los indicadores de la variable: Proyectos productivos.

2º Los estudiantes sujetos de estudio deben ser observados en forma individual y con el acompañamiento o monitoreo del investigador, consignando los datos requeridos de acuerdo a las indicaciones para el desarrollo de dicho instrumento de evaluación.

3º La lista de cotejo se aplicará en forma simultánea a los sujetos objeto de estudio antes descritos.

4º Su aplicación tendrá como duración 90 minutos aproximadamente, y los materiales que utilizarán son: 1 bolígrafo, 1 lápiz, y sus respectivas explicaciones por parte de los responsables de la investigación.



## 6. Estructura del instrumento.

Dimensiones	Indicadores	Ítems
Análisis de necesidades, generación de ideas de proyecto	Recopilan y analizan información sobre las diversas necesidades.	Ítems 01
	Identifican los posibles proyectos productivos a realizar	Ítems 02
	Realizan un estudio detallado del entorno productivo	Ítems 03
Determinación de ideas de proyecto	Desarrolla habilidades de análisis y toma de decisiones para construir su proyecto.	Ítems 04
	Seleccionan la idea de proyecto que sea viable y realizable	Ítems 05
	Analizan la funcionalidad del proyecto, así como los medios y recursos disponibles.	Ítems 06
Diseño del proyecto, planificación y organización del proyecto	Trabaja en equipo y se propone solucionar los problemas	Ítems 07
	Buscan y analizan información teórica relacionada con el proyecto.	Ítems 08
	Diseñan su plan de trabajo, determinan los objetivos, estrategias, definen los roles, responsabilidades.	Ítems 09
Ejecución, seguimiento y control del proyecto	Participan activamente en la realización del proyecto según lo planificado.	Ítems 10
	Ponen en práctica sus capacidades y habilidades cognitivas y motoras.	Ítems 11
	Práctica actitudes y valores en su interacción personal	Ítems 12
Gestión y distribución del proyecto	Gestiona el apoyo de un especialista para mejorar los procesos de producción	Ítems 13
	Realiza el control de la calidad de sus productos	Ítems 14
	Distribuye sus productos en forma equitativa	Ítems 15
Evaluación final del proyecto	Evalúa los procesos y resultados del proyecto.	Ítems 16
	Evalúa las dificultades y soluciones en la producción	Ítems 17
	Reflexiona y se autoevalúa sobre su participación en el proyecto.	Ítems 18

## 7. Escala.

### 7.1 Escala general.

Valoración	Puntaje	Rango
Sí	2	[13 – 24]
No	1	[01 – 12]

### 7.2 Escala específica.

Valoración	Dimensiones					
	Análisis de necesidades, generación de ideas de proyecto	Determinación de ideas de proyecto	Diseño del proyecto, planificación y organización del proyecto	Ejecución, seguimiento y control del proyecto	Gestión y distribución del proyecto	Evaluación final del proyecto
Sí	[04 - 06]	[04 - 06]	[04 - 06]	[04 - 06]	[04 - 06]	[04 - 06]
No	[01 – 03]	[01 – 03]	[01 – 03]	[01 – 03]	[01 – 03]	[01 – 03]

## ANEXO N° 07

### PROYECTOS PRODUCTIVOS PARA ELEVAR EL ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DEL V CICLO, INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 17532, SAN JOSÉ DEL ALTO, JAÉN - 2016.

#### A. Diseño de la propuesta.

##### 1. Datos informativos.

- 1.1 DRE.** : Cajamarca.
- 1.2 UGEL.** : Jaén.
- 1.3 Institución Educativa.** : N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén.
- 1.4 Ciclo** : V ciclo
- 1.5 Grado.** : Quinto y sexto Sección: Única.
- 1.6 Temporalización.** : Fecha de inicio: 01 de abril  
Fecha de término: 30 de junio
- 1.7 Responsable.** : Br. Percy Johnny Martínez Vidarte

##### 2. Fundamentación.

En el entorno de las “instituciones educativas del sector rural se dan relaciones que vinculan los modos de vida de la población, en sus ambientes social y productivo, con las demandas y necesidades de la educación formal que aquellas ofrecen. Las niñas y niños que tienen oportunidad de asistir a estas instituciones, son parte de familias en donde los padres viven fundamentalmente de las actividades del campo: bien como pequeños propietarios, arrendatarios o jornaleros, que siembran, cultivan y cosechan, mantienen pequeñas y medianas unidades de cría de animales domésticos, o trabajan artesanías, prestan servicios de diverso orden y, en general, se desempeñan en el entorno social y económico de la producción rural”. (Novoa, 2004, p. 4)

“Los niños, niñas y jóvenes de estas familias, frecuentemente participan en esas actividades de sus padres y familiares, y contribuyen así al trabajo y a la economía familiar, al tiempo que, en otros horarios que compiten con los primeros, asisten a

las aulas de la escuela de su lugar y progresan, aún con tropiezos, en su educación formal”. (Novoa, 2004, p. 5)

“Esta identidad cultural y pertenencia a un medio en el cual la vida cotidiana y exigencias del trabajo en el campo se relacionan estrechamente con las de la educación básica, imponen la necesidad de establecer estrategias y métodos innovativos para la educación rural, como las que el Ministerio de Educación ha venido impulsando y apoyando a través del Proyecto productivos”. (Novoa, 2004, p. 5)

Desde esta perspectiva y atendiendo la situación problemática de la investigación “se proponen Proyectos productivos, donde los docentes a través de situaciones significativas y vivenciales promueven acciones orientadas al trabajo productivo desarrollando competencias y capacidades en favor de mejorar el estado nutricional de los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén. Por su parte, los estudiantes aprenden a aprender, comparten experiencias en un espacio familiar, internalizando conocimientos relacionados con el consumo de alimentos nutritivos y sus implicancias en el desarrollo y crecimiento”. (Novoa, 2004, p. 10)

### **3. Objetivos.**

#### **3.1 Objetivo general.**

Elaborar proyectos productivos para elevar el estado nutricional de los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 “Valentín Paniagua” del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén.

#### **3.2 Objetivos específicos.**

a) Analizar las diferentes necesidades alimenticias que presentan los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa, e identificar los posibles proyectos productivos a realizar

b) Determinar la funcionalidad, viabilidad de los proyectos productivos, así como los medios y recursos disponibles para su construcción.

c) Diseñar los proyectos productivos definiendo los equipos de trabajo, recopilando la información teórica relacionada con la problemática a solucionar; y determinar los objetivos, estrategias, roles y responsabilidades.

d) Establecer mecanismos de ejecución, seguimiento y control de los proyectos productivos, precisando los procesos de participación e intervención, y el desarrollo de capacidades y habilidades cognitivas y motoras.

e) Proporcionar herramientas y estrategias de gestión para mejorar los procesos productivos, realizar el control de los productos, y la distribución equitativa de los mismos.

f) Brindar orientaciones sobre los procesos de evaluación de los proyectos productivos; las mismas que permitan la reflexión y la autoevaluación de la participación de los estudiantes.

#### 4. Organización curricular de la propuesta

Matriz lógica			
Proyecto productivo	Estrategias	Capacidades	Cronograma de ejecución
Cultivamos en nuestro Biohuerto	Trabajo en equipo.	Construir su biohuerto	Desde el 03 al 28 de abril
	Capacitación técnica	Conservación del medio ambiente	
	Documentos de lectura.	Preparar un terreno, estudios de suelos.	
	Acompañamiento y monitoreo		
Manejo de herramientas de trabajo agrícola.			

Sembramos hortalizas	Trabajo en equipo.	Reconocer la vitaminas y minerales de las hortalizas	Desde el 02 al 31 de mayo
	Capacitación técnica.	Conocer y manejar los procesos del sembrado de hortalizas.	
	Acompañamiento y monitoreo.	Cultivar y comercializar hortalizas ricos en vitaminas, proteínas, carbohidratos y grasas.	
	Técnica de regadío.		
	Técnica para elaborar almácigos.		
	Técnicas para elaborar insecticidas ecológicos.		
Construimos dietas saludables: Elaboración de Yogurt	Preparación de postres	Selecciona alimentos adecuados y proteger su salud a lo largo de toda su vida.	Desde el 01 al 30 de junio
	Concurso de creación de dietas saludables	Expresa actitudes positivas hacia la vida saludable.	
	Trabajo en equipo	Reflexiona sobre sus hábitos alimenticios y se propone cambiarlos con dietas saludables	
	Técnicas de laboratorio		
	Acompañamiento y monitoreo		

## 5. Implementación de la propuesta

### PROYECTO PRODUCTIVO 01

#### I. Identificación

Denominación	:	Cultivamos en nuestro Biohuerto
Institución Educativa	:	N° 17532 “Valentín Paniagua”
Ciclo	:	V ciclo
Lugar	:	Caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén.
Responsable	:	Percy Johnny Martínez Vidarte
Duración	:	Mes de abril

#### II. Justificación

Construir un biohuerto es importante porque mediante estas instalaciones, las personas adquieren una mejor alimentación, porque pueden consumir sus propias hortalizas, cuyos productos tienen un alto valor nutritivo en vitaminas y minerales. Además, en los biohuertos no se usan agro químicos, esto no solo disminuye el costo, sino que además favorece la producción de hortalizas sanas, con mayor cantidad de vitaminas y minerales y sin elementos tóxicos.

A través de esta de esta “producción agroecológica no se daña al suelo ni al ambiente, por el contrario, asegura largos periodos productivos, fijando nutrientes al suelo y absorbiendo solo lo necesario; los niños pueden internalizar mecanismos técnicos de control de plagas y enfermedades biológicas, permitiendo lograr un equilibrio natural en el ambiente, sin producir toxicidad ni eliminar totalmente especies, por tanto, mejorar su estado nutricional con el consumo de verduras frescas y sanas” (Apaéstegue, 2013).

El biohuerto, como sistema agroecológico educativo, debe ser el espacio donde se desarrollan los conocimientos, habilidades de los alumnos para mejorar los recursos naturales en base de la práctica de actividades agrícolas.

### **III. Objetivos**

Cultivar el biohuerto escolar seleccionando semillas de hortalizas de corto ciclo vegetativo, que ayude a mejorar el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 Valentín Paniagua del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén.

### **IV. Metas**

- Conocimiento básico sobre la utilidad del biohuerto para la conservación del ambiente, la salud del hombre, y la comprensión de los conceptos de biodiversidad, ecología, agricultura biológica, biotécnica,
- Sembrado de hortalizas.
- Cosechas de hortalizas.
- Realización de eventos que apunten al cambio de actividad de los docentes y pobladores tanto en el tratamiento como en el consumo de productos agropecuarios tratados sin contaminantes
- Recetas de preparación de hortalizas.

### **V. Pasos para la instalación de un Biohuerto**

- La ubicación del terreno para el biohuerto puede estar dentro o fuera del plantel, no se necesita áreas grandes, basta con un espacio en la parte posterior de las aulas o en el centro del patio o parte del jardín.
- Una vez ubicado el terreno, con la participación de las autoridades del centro educativo, se debe determinar la delimitación exacta del futuro biohuerto escolar, colocando hitos, cortinas, cercos vivos, etc.
- Ubicado y delimitado el terreno para el biohuerto, se procede a realizar el estudio del suelo (tipo, fuente de agua, características del ambiente, etc.); a determinar los posibles subproyectos que se instalarán en cultivos.
- “Realizando el estudio del paso anterior se elabora un croquis con la posible ubicación de cada subproyecto y los pasadizos para facilitar el desplazamiento que se realice a través de ellos, pues generalmente serán muchos los alumnos que a la vez circulen y trabajen en el biohuerto” (Apaéstegue, 2013).

- “La parte operativas generalmente difícil, el acondicionamiento del terreno, pues comprende: la limpieza, la nivelación o establecimiento de niveles (terrazas), ubicación de las fuentes y/o reservorios.” (Apaéstegue, 2013)
- “La labor específica y minuciosa viene a ser la instalación e implementación de los subproyectos, ésta debe hacerse previo plan específico de cada subproyecto y el conocimiento suficiente de los cultivos” (Apaéstegue, 2013).

## VI. Recursos y materiales

### 6.1 Recursos

- **Humanos:** Niños y niñas del V ciclo, docente, padres de familia y técnicos
- **Académicos.** Guías autoinstructivas sobre cultivos orgánicos.
- **Financieros:** La construcción del biohuerto se realizará con recursos propios.

### 6.2 Materiales y/o insumos

- Semillas, humus
- Terreno
- Pico, rastrillo, palanas
- Cernidor
- Wincha, estacas
- Regaderas, mangueras



## VII. Cronograma de actividades

Acciones	Responsables	Recursos	Cronograma – Abril 2017			
			1 SEM.	2 SEM.	3 SEM.	4 SEM.
“Organizar y designar las tareas a realizar, estableciendo turnos para el cuidado y mantenimiento del biohuerto: riego de plantas, deshierbo de malezas, preparación de camas de almácigado” (Apaéstegue, 2013)	Docente y estudiantes del V ciclo	Biohuerto Almacigo	X			
“Sembrar las semillas en terreno húmedo para que empiece a germinar”. (Apaéstegue, 2013)	Docente y estudiantes del V ciclo	Semillas	X			
“Preparación del suelo, eliminar los objetos que dificultan las labores agrícolas: piedras desmontes, desperdicios, etc.” (Apaéstegue, 2013)	Estudiantes del V ciclo	Terreno y herramientas	X			
“Realizar las parcelaciones: Deben tener 5m de ancho por 10m de largo. Se deben dejar caminos de 30 ó 40 cm de ancho para poder desplazarse al realizar las labores culturales como: siembra, deshierbo, abonamiento, cosecha, etc.” (Apaéstegue, 2013)	Docente y estudiantes del V ciclo	Terreno, herramientas abonos		X		
“Demarcadas las parcelas o surcos se proceden al riego. Una vez que el suelo esté húmedo, se procede al volteo o barbecho a una profundidad de 25 a 30 cm”. (Apaéstegue, 2013)	Docente y estudiantes del V ciclo	Terreno y herramientas		X		

Aplicar estiércol, la cantidad en función de la calidad del suelo	Estudiantes del V ciclo	Estiércol		X	X	
“Nivelar el suelo con ayuda de tabla o rastrillo para facilitar la siembra y el riego. Homogéneo”	Estudiantes del V ciclo	Terreno y herramientas		X		
“Riego. - El agua es un elemento indispensable para la planta ya que forma parte de sus tejidos y desempeña múltiples funciones dentro de ella”.	Estudiantes del V ciclo	Agua Mangueras Otros		X	X	X
“Control de plagas: Las plagas reducen la producción del cultivo y afectan el valor de la cosecha.”	Estudiantes del V ciclo	Insecticida orgánico		X	X	X
“Cosecha. - Debe realizarse de preferencia en las primeras horas de la mañana, cuando se haya disipado el rocío y los rayos solares no calienten con mucha intensidad. “	Estudiantes del V ciclo	Material de recojo de cultivos				X

Fuente: Tomado de (Apaéstegue, 2013)

## **VIII. Evaluación**

La evaluación del proyecto está en función del logro de los objetivos, y es de carácter cualitativo y formativo; en referencia a lo primero se tendrá en cuenta criterios e indicadores relacionados con el nivel de participación en el desarrollo de las actividades; compromiso responsable para obtener una productiva eficiente, trabajo en equipo para la distribución de tareas específicas y lograr las metas establecidas; y en lo formativo, se tendrá en cuenta la asimilación de aprendizajes significativos que ayuden a mejorar su estado nutricional, asimismo, la práctica de valores y actitudes empáticas, asertivas en sus diálogos, interacciones y relaciones antes durante y después del desarrollo del proyecto.

## PROYECTO PRODUCTIVO 02

### I. Identificación

Denominación	:	Sembramos hortalizas
Institución Educativa	:	N° 17532 “Valentín Paniagua”
Ciclo	:	V ciclo
Lugar	:	Caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén.
Responsable	:	Percy Johnny Martínez Vidarte
Duración	:	Mes de mayo

### II. Justificación

“Las hortalizas son de mucha importancia para la alimentación y buena nutrición de la familia, sus hojas, frutos, raíces, tallos y flores son consumidos para satisfacer las necesidades de nuestro organismo, por su alto contenido de minerales, vitaminas y proteínas que contribuyen a mejorar y mantener la buena salud. Asimismo, el consumo de hortalizas es importante para nuestra salud, en especial para el sano desarrollo y crecimiento de las niñas y niños menores, previniendo enfermedades como la anemia y desnutrición crónica”.

“Alimentarse bien es uno de los caminos más fiables para proteger y mejorar la salud. La Nutrición ha jugado y juega un importante papel en nuestra vida, incluso antes del nacimiento, aunque muchas veces no seamos conscientes de ello. Cada día, y varias veces, seleccionamos y consumimos alimentos que pueden estar condicionando nuestro estado de salud, para bien y, en ocasiones, también para mal”. (Pinto, 2006, p. 7)

La alimentación puede definirse, según Grande (1984), como “el proceso mediante el cual tomamos del mundo exterior una serie de sustancias que, contenidas en los alimentos que forman parte de nuestra dieta, son necesarias para la nutrición. El alimento es, por tanto, todo aquel producto o sustancia que una vez consumido aporta materiales asimilables que cumplen una función nutritiva en el organismo”.

“Las hortalizas son un conjunto de plantas cultivadas generalmente en huertos, que se consumen como alimento, ya sea de forma cruda o cocida. Proveen energía para trabajar, jugar, crecer y también proporcionan protección a cada uno de los órganos del cuerpo contra las enfermedades”. Grande (1984)

“Se agrupan de la siguiente manera: Tallos: apio, espárrago, poro, etc. Hojas: espinaca, acelga, col, lechuga, etc. Flores: coliflor, brócoli. Frutos: zapallo, tomate, calabaza, berenjena, pepino, palta, arvejas y habas frescas. Hierbas: huacatay, culantro, hierba buena, paico, perejil, etc. Tubérculos y raíces: olluco, oca, zanahoria, nabo, rabanitos”. Grande (1984)

“El presente proyecto productivo tiene como propósito aprovechar el recurso suelo y los conocimientos tradicionales de los estudiantes referente al cultivo de hortalizas; desarrollando en cada uno de ellos la capacidad emprendedora y la generación de recursos, para mejorar la condición de vida. Permitirá también, que los estudiantes aprendan nuevas formas de mejorar la producción de forma tecnificada usando racionalmente el recurso agua, ya que, es escasa en la comunidad donde está ubicada la institución educativa” Grande (1984)

Las ventajas de del consumo se de hortalizas se describen en el siguiente cuadro

<b>HORTALIZAS</b>	<b>VITAMINAS Y MINERALES</b>	<b>VENTAJAS</b>
Zanahoria, Tomate, Acelga, Zapallo, Lechuga, Arveja Fresca y Espinaca	Vitamina A	“Indispensable para la vista, evita la ceguera nocturna, ayuda en el desarrollo de los huesos”
Cebolla, Coliflor, Ají Fresco, Betarraga, Haba Verde.	Vitamina B1	“Evita el cansancio, la depresión y mejora el apetito
Acelga, Papa Cocida, Betarraga, Haba Verde, Ulupica	Vitamina B2	Más vigor, crecimiento, mayor tolerancia a enfermedades”
Ají fresco, Coliflor, Ulupica, Repollo, Haba Verde	Vitamina C	“Ayuda a cicatrizar heridas, formación de huesos o de dientes, evita los resfríos”
Cebolla, Zanahoria, Acelga, Vainitas, Poroto, Arveja, Lechuga, Cebolla, Espinaca, Brócoli, Repollo	Calcio (Ca)	“Ayuda a la formación de los huesos, dientes, funcionamiento del sistema nervioso”

“Acelga, Ají fresco, Haba verde, Ulupica, Cebolla, Rábano, Zapallo”	Hierro (Fe)	Importante para la sangre, evita la anemia.
“Cebolla, Papa, Vainitas, Porotos, Espárragos, Maíz choclo”	Magnesio (Mg)	“Ayuda al funcionamiento normal del corazón, ayuda al sistema nervioso”
“Zanahoria, Tomate, Haba verde, Ajo, Cebolla, Maíz choclo, Arveja fresca, Ají fresco, Brócoli, Rábano”	Fosforo (P)	“La falta de este provoca el raquitismo ayuda al sistema nervioso y a la formación de los huesos”.
“Vainitas, Haba Verde, Ajo, Arveja Fresca, Ulupica, Papa”	Proteínas	“Proporciona vitalidad y energía, reparan los tejidos musculares, se forman los músculos, la sangre, huesos, piel y otros tejidos”
“Cebolla, Zanahoria, Remolacha, Ajo, Haba fresca”	Carbohidratos y grasas	“Proporciona principalmente energía al organismo, las grasas son necesarias para formar y utilizar algunas vitaminas”

Fuente: (FAO, 2011)

### III. Objetivo

Cultivar hortalizas para diversifica la dieta familiar, contar con alimentos ricos en vitaminas, proteínas, carbohidratos y grasas que ayude a elevar el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 Valentín Paniagua del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén.

### IV. Metas

- Adquirir un 80% de conocimientos y a desarrollar destrezas educativas que se relacionan con el área de ciencia y ambiente.
- Desarrollar sentido de responsabilidad con el trabajo y la investigación que se realiza en el proyecto de hortalizas.
- Desarrollar 90% de habilidades y destrezas tecnológicas en el cultivo de hortalizas con sistema de riego tecnificado, promoviendo la gestión empresarial en los alumnos a través de la comercialización de los productos obtenidos en el biohuerto escolar

- Exponerse a las oportunidades de empleo y vocacionales que están relacionadas con el área del proyecto de producción de hortalizas.
- Cultivar el 100% de la parcela destinando para este fin.
- Cultivar diversas variedades de hortalizas, para su comercialización y obtención de fondos.
- Lograr mayor cantidad de producción de hortalizas, y obtener productos de calidad.

## V. Formas de siembre de las hortalizas

### 5.1 Siembre directa

- “Consiste en sembrar la semilla en el terreno definitivo una sola vez, al cabo de 7 días germinarán y emergerán las plantas creciendo en forma normal. Las hortalizas que se siembran en forma directa son: zanahoria, maíz, papa, haba, arveja, poroto, vainitas y ajo” (FAO, 2011).

### 5.2 Siembra indirecta.

- “Este tipo de siembra se realiza primero el almacigo, pasadas unas semanas o cuando tienen entre 3 a 4 hojas y un tamaño de planta de entre 10- 12 centímetros, se sacan del almacigo para plantar en el terreno definitivo. Los cultivos que se practican con este tipo de siembra son: tomate, acelga, lechuga, repollo, coliflor, brócoli, betarraga, nabo, rábano y cebolla” (FAO, 2011).

### 5.3 El almacigo

- 1) “Seleccionar un terreno pequeño que esté dentro del huerto hortícola. Seleccionar el tipo de almacigueras, pueden ser: En **platabandas**: Cuando se realicen siembras grandes y cuando se dispone de mucho terreno. En **cajones**: Este tipo es el más recomendado porque se adecua para huertos escolares y familiares y es lo más recomendable cuando no se cuenta con

parcelas grandes. El tamaño puede ser: 1 m de ancho por 2 m de largo, dependiendo de la disponibilidad del terreno del huerto” (FAO, 2011)

- 2) La preparación del suelo del almacigo.** a. “Remover el suelo hasta una profundidad de 50 cm extraer la tierra a un lado del hueco; b. Amontonar abono de ganado vacuno, sacando de los corrales preferentemente las capas más profundas, arena agregar fina y tierra extraída de la fosa y mezclar bien los tres ingredientes. Ejemplo (33 % de arena, 34% de abono y 33% de tierra); y c. Colocar en la fosa y nivelar a una altura un poco más alta que la superficie del suelo original o utilizar cajones de madera o ladrillo” (FAO, 2011).
- 3) Desinfección del almacigo.** “El método más barato y fácil de realizar es quemando los marlos de maíz y la chala en toda la superficie del almacigo, el calor que produce penetrará unos 30 centímetros. También podemos hacer hervir agua caliente y echar sobre todo el almacigo” (FAO, 2011).
- 4) Siembra en el almacigo.** Paso 1: “Realizar pequeños surcos a lo ancho de la almaciguera, puede ser con el dedo o un palo delgado. Paso 2: Depositar la semilla en el fondo de los surcos, a chorro continuo. Paso 3: Tapar la semilla con mucho cuidado, compactando un poco y posteriormente se tapa con paja toda la superficie. Y, Paso 4: Regar la almaciguera suavemente con una regadera” (FAO, 2011).
- 5) Trasplante de plántulas.** “Para realizar el trasplante debemos cumplir los siguientes requisitos: a. Las plantillas han alcanzado un tamaño entre 10 a 12 centímetros o cuando tienen entre 4 o 5 hojas. b. Debemos regar el almacigo antes de extraer las plántulas. c. El clima debe estar seminublado o nublado, nunca realizar el trasplante bajo un sol intenso. d. Sacar sólo la cantidad necesaria de plántulas para trasplantarlas en el terreno definitivo. e. Regar el terreno definitivo para garantizar el prendimiento de todas las plantas luego de concluir su trasplante” (FAO, 2011).



## 5.4 Cuidados culturales

- 1) **Riego.** Durante la vida de las plantas de hortalizas debemos realizar riegos continuos.
- 2) **Aporques y deshierbes.** El aporque consiste en dar estabilidad a la planta, amontonando más tierra alrededor del tallo principal, al realizar esto arrancamos las malas hierbas y así se favorece su mejor desarrollo.
- 3) **Control de plagas y enfermedades.** Uno de los temas de mayor importancia es la protección de las hortalizas contra las plagas y enfermedades que causan daño a los diferentes cultivos.

## 5.5 Estrategias y método de control de plagas método cultural

- 1) **Cultivar** en terrenos donde no se haya producido ají durante la campaña anterior, en lo posible habilitar terrenos nuevos o barbechos así habrá menor incidencia de plagas y enfermedades.
- 2) **Preparar el terreno con anticipación,** para exponer las pupas a la insolación y a los animales depredadores, repetir la acción 2 o 3 veces si es posible antes de la siembra.
- 3) **Utilizar trampas Mcphail** Las trampas artesanales se construyen con botellas de plástico descartables de dos litros. Se corta el cuello, se coloca el líquido atrayente, se introduce el cuello cortado boca abajo y se coloca en el área del cultivo. Para preparar un litro de atrayente alimenticio, se deben combinar los componentes mencionados de la siguiente manera:

**5.6 Cosecha y almacenado** La cosecha se realiza una vez concluida la maduración del cultivo, generalmente entre 90 y 120 días a partir de la siembra o el trasplante definitivo. Consiste en arrancar las hortalizas maduras con la ayuda de un cuchillo o jalando los frutos, raíces u hojas. Inmediatamente debemos guardar el producto cosechado en un lugar fresco, en canastas o en todo caso venderlas lo más rápido posible porque se deteriora muy rápido.

**5.7 Comercialización.** Esta actividad se puede realizar después de separar para su uso a nivel familiar. La comercialización de hortalizas debe cumplir los siguientes requisitos:

- Llevar el producto al consumidor en óptimo estado de calidad.
- Presentarlo de la forma más atractiva posible a fin de facilitar su venta.
- Conservar los costos de la comercialización lo más bajo posible.
- Obtener un buen precio por el producto.

## **VI. Recursos y materiales**

### **6.1 Recursos**

- **Humanos:** Niños y niñas del V ciclo, docente, padres de familia y técnicos
- **Académicos.** Guías autoinstructivas sobre cultivos orgánicos, guía de cultivo de hortalizas.
- **Financiero:** Financiamiento propio, con las ganancias de la venta de hortalizas y el apoyo de los padres de familia. El fondo servirá para la compra de semillas y otros accesorios para reparación del terreno.

### **6.2 Materiales y/o insumos**

- Semillas de hortalizas
- Humus y/o abonos orgánicos
- Terreno: camas, almacigueras
- Pico, cintas, rastrillo, palanas
- Cernidor, carretillas
- Wincha, estacas
- Botellas plásticas.
- Regaderas, mangueras

## VII. Cronograma de actividades

Acciones	Responsables	Recursos	Cronograma – Mayo 2017			
			1 SEM.	2 SEM.	3 SEM.	4 SEM.
Capacitación	Docente y técnicos	Fichas informativas, Guía de sembrado de hortalizas, papelotes, plumones	X			
Preparación del terreno	Docente, padres de familia y estudiantes del V ciclo	Terreno y herramientas	X			
Elaboración de las almacigueras (si fuese la siembra directa)	Estudiantes del V ciclo y técnico	Cajones, tablas, otros materiales	X			
Elaboración de surcos y diseño de formas de riego: tecnificado o artesanal.	Docente y estudiantes del V ciclo	Palanas, cinta métrica		X		
Siembra directa o indirecta	Docente y estudiantes del V ciclo	Plántulas, semillas, picos	X	X		
Cuidado y mantenimiento (abono, riego, deshierbo)	Docente, padres de familia, y estudiantes del V ciclo	Estiércol, humos, regaderas, envases plásticos	X	X	X	X
Control de plagas y enfermedades	Docente, padres de familia y estudiantes del V ciclo	Trampas artesanales Botellas plásticas Ajo, ají, otros	X	X	X	X
Cosecha y almacenado	Estudiantes del V ciclo	Bolsas plásticas Cuchillo, canastas			X	X
Comercialización	Docente, estudiantes del V ciclo	Presentación del producto Refrigeración			X	X
Administración del fondo	Estudiantes del V ciclo	Cuaderno de ingresos y egresos.				X

## VIII. Evaluación

La evaluación del proyecto está en función del logro de los objetivos, y es de carácter cualitativo y formativo; en referencia a lo primero se tendrá en cuenta criterios e indicadores relacionados con el nivel de participación en el desarrollo de las actividades; compromiso responsable para obtener una productiva eficiente, trabajo en equipo para la distribución de tareas específicas y lograr las metas establecidas; y en lo formativo, se tendrá en cuenta la asimilación de aprendizajes significativos que ayuden a mejorar su estado nutricional, asimismo, la práctica de valores y actitudes empáticas, asertivas en sus diálogos, interacciones y relaciones antes durante y después del desarrollo del proyecto.

Se evaluará además el desarrollar de capacidades en el manejo del cultivo como. preparación del terreno, elaboración de almácigos, manejo razonable e intencionado sobre la importancia de aprovechar responsable el recurso suelo y uso racional del agua con utilización de tecnología y nuevas formas de producir más y en mejor calidad. De igual forma, se tendrá en cuenta los criterios relacionados con el equilibrio ecológico, desarrollo sostenible, los procesos de control de calidad y comercialización, y la práctica de conocimientos teóricos de las diferentes áreas curriculares; y los procesos de reflexión sobre la importancia de consumir alimentos nutritivos, así como, en los cambios de las dietas a alimenticias que pueda realizar en su vida personal y familiar ayudándolo a mejorar su estado nutricional.

## PROYECTO PRODUCTIVO 03

### I. Identificación

Denominación	:	Construimos dietas saludables y Elaboramos yogurt natural
Institución Educativa	:	N° 17532 “Valentín Paniagua”
Ciclo	:	V ciclo
Lugar	:	Caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén.
Responsable	:	Percy Johnny Martínez Vidarte
Duración	:	Mes de junio

### II. Justificación

Dieta “es otro término que se emplea habitualmente, y se define como el conjunto y cantidades de los alimentos o mezclas de alimentos que se consumen habitualmente, aunque también puede hacer referencia al régimen que, en determinadas circunstancias, realizan personas sanas, enfermas o convalecientes en el comer y beber. Solemos decir: “estar a dieta” como sinónimo de una privación parcial o casi total de comer”. (Pinto, 2006, p. 8)

“La Dietética estudia la forma de proporcionar a cada persona o grupo de personas los alimentos necesarios para su adecuado desarrollo, según su estado fisiológico y sus circunstancias. Es decir, interpreta y aplica los principios y conocimientos científicos de la Nutrición elaborando una dieta adecuada para el hombre sano y enfermo”. (Pinto, 2006, p. 8)

“Dieta equilibrada, prudente o saludable, son términos que deberían usarse siempre en plural, es decir, hemos de hablar de dietas equilibradas, saludables o prudentes pues, efectivamente, una vez establecidos los criterios que deben cumplir, comprobaremos que muchas dietas o combinaciones de alimentos pueden considerarse adecuadas. Al modelo ideal se puede llegar desde muchas opciones diferentes gracias a la gran diversidad de nuestros hábitos alimentarios y a la gran riqueza gastronómica de nuestro país”. (Pinto, 2006, p. 13)

“El concepto de dieta equilibrada es por un lado muy concreto, si sabemos qué debemos comer y en qué cantidades; pero a la vez puede ser un concepto muy ambiguo, pues siempre debemos preguntarnos: dieta equilibrada ¿para quién y en qué circunstancias? Y se convierte también en algo más bien complejo. Vivimos un momento y en una sociedad privilegiados por la gran abundancia de alimentos disponibles; sin embargo, paradójicamente, nos encontramos también con el problema de la elección de la dieta adecuada. La habilidad para elegir una dieta equilibrada es algo que ha de aprenderse. Además, la población está cada vez más sensibilizada frente a la necesidad y el deseo de mantener la salud. Somos más receptivos a todo lo relacionado con la nutrición y esto nos convierte en mucho más vulnerables. Por todo ello, es necesario y urgente establecer y difundir claramente las normas generales que hay que tener en cuenta para diseñar, preparar y consumir una dieta equilibrada”. (Pinto, 2006, p. 13)

El proyecto “tiene como propósito desarrollar estrategias de enseñanza-aprendizaje efectivas que permitan contribuir al desarrollo de hábitos alimentarios saludables; inculcar en los niños y niñas hábitos y conductas alimentarias saludables que les permitan seleccionar alimentos adecuados y proteger su salud a lo largo de toda su vida; sensibilizar a los niños y niñas sobre la importancia de una alimentación saludable; generar actitudes positivas hacia la vida saludable; promover estilos de vida saludables que sean la base de sus hábitos en el futuro a través del trabajo en conjunto con el personal educador del jardín infantil; y utilizar una alimentación natural como base de la planificación de la colación semanal”.

Teniendo en cuenta, las necesidades de la población estudiantil de adquirir habilidades productivas, el presente proyecto también tiene por finalidad promover en los alumnos habilidades para elaborar y comercializar el yogurt, y de esta manera integrar su formación educativa con el campo productivo ayudando a mejorar su economía familiar. Yogurt es aquel producto lácteo coagulado, resultado de la fermentación láctea en la que intervienen microorganismos denominados bacterias (*Lactobacillus bulgáricus* y *Streptococcus thermophilus*) las que actúan sobre la leche y productos lácteos (leche pasteurizada o concentrada) que puede poseer aditivos opcionales (leche en polvo entera, descremada en polvo, suero en

polvo, etc.) además de conservar microorganismos viables y abundantes. Siendo 3 los tipos de Yogurt más producidos. Batido, aplanado y líquido.

### **III. Objetivos**

- Promover conductas alimentarias saludables, así como fomentar en las familias el desarrollo de hábitos alimentarios saludables y crear un entorno escolar que promueva la vida saludable, que ayude a elevar el estado nutricional en los estudiantes del V ciclo de la Institución Educativa N° 17532 Valentín Paniagua del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén.
- Elaborar y comercializar yogurt utilizando recursos de la zona en la Institución Educativa N° 17532 Valentín Paniagua del caserío el Triunfo, distrito de San José del Alto, Jaén.

### **IV. Metas**

- Capacitación y adiestramiento teórico – práctico de los estudiantes
- Prepara 20 litros de Yogurt Semanal

### **V. Pasos para elaborar dietas saludables**

“Al igual que los adultos, los niños necesitan alimentos nutritivos, pero con diferentes proporciones y cantidades de calorías, en función de su edad, sexo y actividad, eligiendo alimentos como frutas y verduras, productos frescos, cereales integrales, lácteos bajos en grasa y carnes magras entre otros. Los niños deben recibir una serie de nutrientes que se adapten a sus necesidades y que les proporcionen energía duradera. Además de esto, los alimentos integrales les aportan fibra” (Mejor con Salud, 2018).

En este proyecto se asume que la nutrición, según Grande (1984), “es el conjunto de procesos mediante los cuales el hombre ingiere, absorbe, transforma y utiliza las sustancias que se encuentran en los alimentos y que tienen que cumplir cuatro importantes objetivos: Suministrar energía para el mantenimiento de sus funciones y actividades; aportar materiales para la formación, crecimiento y reparación de las

estructuras corporales y para la reproducción; suministrar las sustancias necesarias para regular los procesos metabólicos; y reducir el riesgo de algunas enfermedades”.

Los pasos para elaborar las dietas saludables se sustentan en la pirámide de los alimentos.

**Figura 01: Pirámide de los alimentos**



Fuente: [https://mindfit.club/alimentacion/piramide-alimenticia/#\\_Base\\_de\\_la\\_piramide\\_Los\\_Hidratos\\_de\\_Carbono](https://mindfit.club/alimentacion/piramide-alimenticia/#_Base_de_la_piramide_Los_Hidratos_de_Carbono)

### **A. Base de la pirámide: Los Hidratos de Carbono**

En esta posición están los hidratos de carbono, es decir el cereal, pan, pasta, papas y arroz, alimentos básicos. Se aconseja consumir entre 4 y 6 raciones



diarias, preferiblemente si son integrales ya que tienen mayor cantidad de vitaminas.

## **B. Nivel 2: Frutas, verduras y hortalizas**

En el nivel 2 están las frutas, hortalizas y las verduras, se aconseja consumir 3 raciones de las primeras y 2 de las segundas diarias, 5 raciones en total. No se debe cambiar una fruta fresca por un jugo envasado o bebidas azucaradas a base de fruta ya que aportan calorías y no son 100 % naturales.

## **C. Nivel 3: Lácteos**

En el nivel 3 están los lácteos como la leche entera, el yogurt y el queso se recomiendan 500 ml al día.

## **D. • Nivel 4: Carne**

En el nivel 4 se ubican las carnes, se recomienda una ingesta de 3 a 4 raciones a la semana. Se debe preferir el consumo de pescado antes que la carne. Se recomienda un consumo ocasional de los embutidos como salchichas o carne de hamburguesas. Moderar el consumo de grasa animal, en cambio consumir aceite de oliva en las preparaciones.

## **E. Pico: Dulces y Postres**

En el último lugar están los dulces y postres, se deben consumir muy ocasionalmente. No deben formar parte de la dieta diaria los helados, golosinas, chocolate, azúcar, refrescos y gaseosas. Estos tipos de azúcares traen consecuencias negativas para la salud como sobrepeso y caries.

Por otro lado, las dietas saludables para los niños deben contener lo siguiente alimentos:

## **A. Calorías necesarias por día**

Los niños necesitan diferentes cantidades de calorías por día, dependiendo de su edad, sexo y actividad: Niños de 2 o 3 años de edad necesitan entre 1.000 y 1.400 calorías por día; de 5 a 20 % deben ser proteínas; 50 % deben ser carbohidratos; 30 y 40 % deben ser grasas.

Las niñas de 4 a 8 años necesitan entre 1.200 y 1.800 calorías por día; los niños de 4 a 8 años necesitan 1.400 a 2.000 calorías por día; y los niños a partir de 4 años en adelante, necesitan la mitad de todas las calorías diarias de carbohidratos, una cuarta parte de grasa y la otra cuarta parte en proteínas para ambos sexos.

## **B. Frutas, verduras y lácteos**

La dieta de un niño debe tener diferentes frutas y verduras frescas, para preparar ensaladas y guarniciones; deben ser de colores variados, para tener mayor variedad de vitaminas y minerales. Haz que consuma 2 o 3 piezas de fruta y dos raciones de verdura al día.

Consume lácteos desgrasados, para mantener a raya la grasa y fortalecer a la vez los huesos; puede consumir dos o tres lácteos al día.

## **C. Carbohidratos**

Proporciona al niño panes y cereales integrales, pastas, y arroz integral, mejor que sean integrales, porque tienen más nutrientes, como el hierro, vitaminas del complejo B y fibra dietética; elige carbohidratos complejos, como cereales integrales y vegetales, que se descomponen más lentamente que los carbohidratos simples, como las frutas y azúcares, ya que proporcionan energía duradera. Evite el pan blanco y los cereales procesados que carecen de fibra dietética y son menos naturales que los alimentos integrales.

## **D. Proteínas magras**

“Ofrécele al niño proteínas como el pescado, pollo y pavo, y legumbres, que tienen proteínas vegetales, con más frecuencia que carne roja. Elige opciones de pescados saludables, como el salmón, trucha y arenques, debido a sus ácidos grasos omega-3.” (Mejor con Salud, 2018)

“En conclusión, los hábitos alimenticios saludables para los niños empiezan por sus padres, como modelo de alimentación saludable en casa, que pueden enseñar a sus hijos sanas costumbres, en lo que se refiere a alimentación; el consumo de alimentos saludables en las cantidades recomendadas, puede ayudar al niño a mantener un peso adecuado”. (Mejor con Salud, 2018)

“El niño tiene un mayor rendimiento en la escuela, cuando está correctamente alimentado; la deficiencia de hierro o una nutrición insuficiente en los niños, pueden afectar negativamente a la capacidad de aprendizaje. Practica un desayuno saludable: 1 fruta + cereales integrales + lácteo.” (Mejor con Salud, 2018)

“Una alimentación saludable en el niño, puede ayudar a evitar el desarrollo de enfermedades asociadas con los adultos, como la diabetes tipo 2; así como el riesgo de desarrollo de enfermedad cardiovascular grave y el colesterol alto.” (Mejor con Salud, 2018)

## **VI. Pasos para la producción de yogurt natural**

### **1. Composición de la leche.**

La leche es un excelente alimento, lo consumimos al nacer de nuestras madres, luego consumimos ingentes tarros, tetrapack, etc., para crecer fuertes y sanos que ya estos alimentos en proporciones adecuados brindan sustentos de los mamíferos jóvenes en las primeras etapas de su vida. Pero ¿Qué contiene la leche que beneficia a nuestro organismo?, pues nada menos que carbohidratos, grasas y proteínas, así como muchas vitaminas y minerales, lo que varían en una especie a otra.

## 2. Porcentaje por medio de la leche de diversos mamíferos.

Especie	Agua	Grasa	Proteína	Lactosa	Minerales
Humana	87,43	3,75	1,63	6,98	0,21
Vaca	87,20	3,70	3,50	4,90	0,70
Cabra	87,00	4,25	3,52	4,27	0,86
Oveja	80,71	7,90	5,52	4,81	0,90
Buey	82,50	8,00	-----	-----	-----

Fuente: Webb, Jonson  $\delta$  Alford FAO

## 3. Fermentación.

El eje central de la producción de yogurt es la fermentación, por la cual hay que conocer de qué se trata, pues bien: Se denomina fermentación al proceso de transformación de una sustancia orgánica, en otra (acidificación), por la acción de microorganismos (bacterias, células de levaduras, hongos, etc.). Este proceso es el eje de la transformación de la leche fresca en el producto denominado yogurt.

## 4. Leches fermentadas.

Como su nombre lo indica es una leche fermentada o agria producida de dos maneras. a. Por la fermentación natural de la lactosa que se transforma en ácido láctico, y b. Por la adición de un cultivo iniciador que puede ser de bacterias preparado anticipadamente o adquirido en forma comercial.

El sabor y la lectura del producto final depende del tipo microorganismo utilizados y del período de fermentación. Los productos resultantes pueden ser líquidos o semisólidos a los que se pueden agregar trozos pequeños de fruta.

## 5. Tipos de leches fermentadas.

Tipo	Iniciador	Descripción
Yogurt – espeso	Lactobacillus bulgaricus	Elaborado de leche entera descremada o en polvo.
Yogurt batido	Streptococcus	
Leche cultiva	thermophilus	

		De consistencia gelatinosa, batido es cremoso y viscoso.
Leche acidófila	S. cremoris _ S. Lactis S: diacetilactis Leuconostac citrovarum	Hecho de leche descremada. De consistencia líquida puede tener un fuerte sabor agrio.
CEFIR	Lacto bacillus acidophilus	De consistencia líquida y sabor ácida.
	S. Lactis _ Levadura torula Betabacterium caucsicum	Leche agría, ligeramente efervescente y con un mínimo contenido de alcohol.

## 6. Fermentación láctea.

Este proceso “es realizado por las bacterias que generalmente se encuentran en la leche, o puede inocularse utilizando cultivos liofilizados, consiste en un: proceso que se asigna a partir de los azúcares ácido lácticos y pequeñas cantidades de productos secundarios como compuestos carbonilos, ácidos grasos volátiles (acético, propiónico, butírico y caproico), aminoácidos (valina, leucina, isoleucina, tirosina), cetoácidos (acetona y butanona), furfural, furfuralcohol, acetaldehídos y alcoholes (bencil alcohol, bencil aldehído). De esta manera se da el proceso de fermentación láctea conocido también como etapa de acidificación”.

## 7. Fases de la fermentación láctea

Se trata de dos fases: Siembra e incubación:

- Primera fase - Siembra: En esta fase se inoculan las bacterias streptococcus thermophilus y el lactobacillus bulgaricus, en una concentración adecuada para obtener una buena edificación (2/1 yogurt natural, - 10/1 Yogurt con frutas), asegurar que las bacterias resistan condiciones desfavorables, lograr una buena lectura y evitar sinéresis.
- Segunda fase - Incubación: En esta fase se desarrolla la Acides y depende de la T<sup>o</sup> y el tiempo. “la T<sup>o</sup> debe elegirse próxima a la del desarrollo de

*Streptococcus thermophilus* (42° C a 45° C) más que la del *Lactobacillus bulgaricus* (47° C a 50° C) ya que es mejor que los *Streptococcus thermophilus* aseguren el comienzo de la fermentación láctica, además que dicha T° es la simbiótica óptima”.

## **8. Reacción química de la fermentación láctea.**

Los *Lactobacillus bulgaricus* son bacterias que utiliza la fermentación láctea para obtener energía. Esta bacteria transforma la lactosa de la leche en glucosa y posteriormente en ácido láctico.

## **9. Bacterias que intervienen en la fermentación.**

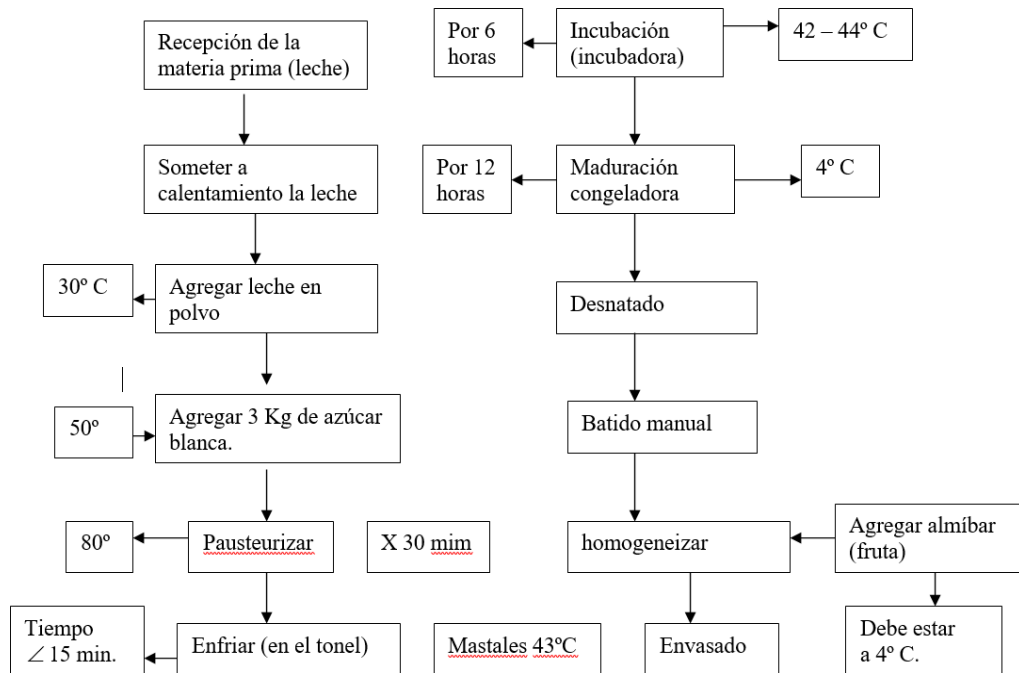
Las bacterias del ácido láctico se caracterizan como Gram – positivas, comúnmente no móviles, espiraladas que producen ácido láctico como un producto principal o único del metabolismo fermentativo.

**a). Streptococcus.** Este género contiene una amplia variedad de especies con hábitats muy diferentes, cuyas actividades juegan un rol importante para el hombre; tiene forma circular y suele formar colonias los que les confiere un aspecto de pequeñas cadenas microscópicas que se dividen en un plano. Algunos miembros son patógenos para las personas y animales.

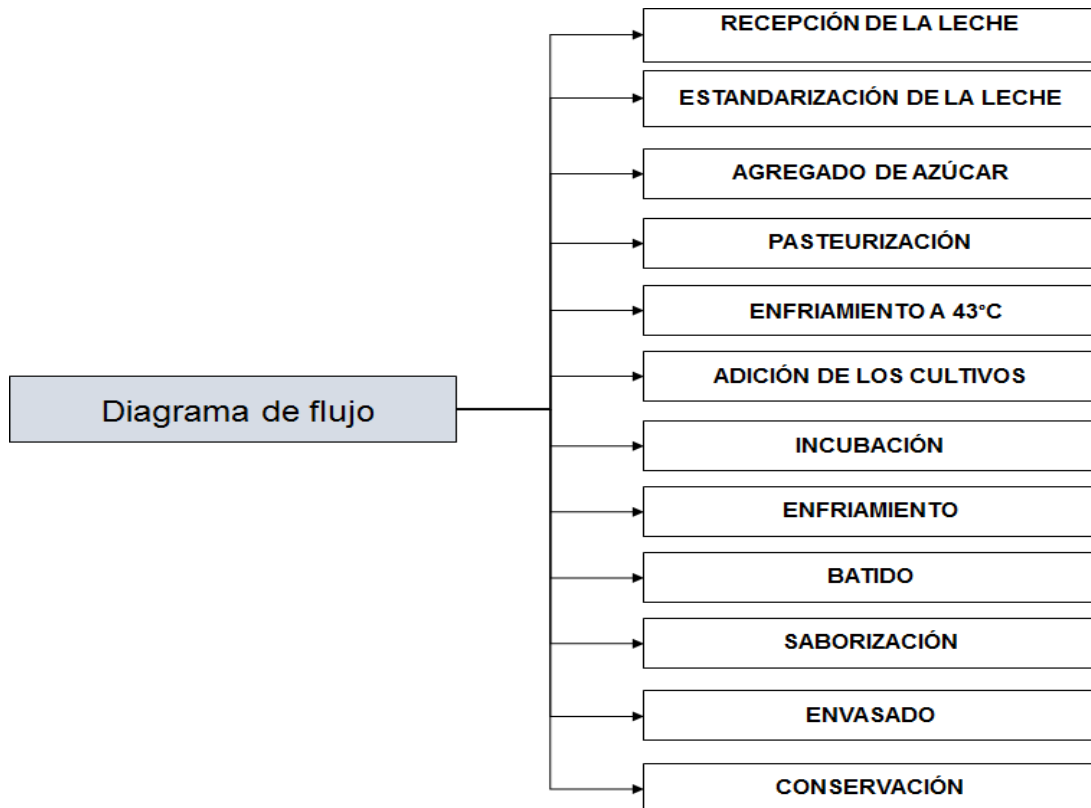
**b). Lactobacillus.** Se caracterizan por tener forma de bastoncillo que varía de largos y delgados y bacillos cortos curvos, son muy resistentes a las condiciones ácidas, siendo capaces de crecer bien a valores de PH alrededor de 5. Este tipo de bacterias en rara ocasión o nunca patógenas.

Entre el *Streptococcus thermophilus* y *Lactobacillus bulgaricus* existe una relación simbiótica y provoca que cada cepa estimule el crecimiento de la otra es decir una relación de mutuo beneficio. La bacteria *Lactobacillus bulgaricus* estimula el crecimiento del *Streptococcus thermophilus* por la liberación de aminoácidos y péptidos de la leche (cuerpo y aroma); y la bacteria *Streptococcus thermophilus* a su turno produce ácido fórmico que estimula el crecimiento de la *Lactobacillus bulgaricus* (sabor y acidez).

## 10. Aspecto técnico



## 11. Procedimiento para elaborar yogur a baja escala industrial para comercializar



**A. Recepción de la leche.** “La leche cruda se recibe y controla para conocer su calidad, luego se conserva refrigerada (2-8°C) hasta el momento de procesarla. Algunos de los controles a realizar pueden ser: –Corroborar que la leche no tenga más de 24 horas posterior al ordeño. –Control visual: observar si presenta impurezas o color anormal. –Control aroma: verificar si emana olores extraños. –Controlar la temperatura de entrega (menor a 8°C). –Evaluar la acidez\* Dornic. Una leche de buena calidad debería presentar valores de 14 a 18° D. –Realizar la prueba del alcohol 70°. \*\* En caso de contar con leche ensachetada, adquirida en algún negocio, no es necesario realizar todos los controles antes descritos, pero debe controlarse la fecha de vencimiento. Se podrá hacer también una evaluación visual y de aroma” (Toledo, 2016).

**B. Estandarización de la leche.** “materia grasa: De acuerdo al tipo de yogur que se quiera elaborar se deberá proceder a estandarizar el contenido graso de la leche utilizada mediante las siguientes alternativas: –Remover parte o la totalidad de la materia grasa (yogur semi descremado o descremado). –Mezclar leche entera con leche descremada (yogur entero). –Adición de crema a leche entera o descremada (yogur con crema). De todas maneras, el tipo de yogur queda definido cuando se conoce exactamente el porcentaje de materia grasa en el producto final.” (Toledo, 2016)

**C. Agregado de azúcar.** Incorporar a la leche entre el 6,5% y el 8,5% de azúcar.

**D. Pasteurización tratamiento térmico.** “Se debe realizar un tratamiento térmico de la leche estandarizada a 90°C durante 10 minutos u 85°C durante 30 minutos. Este tratamiento asegura la destrucción de la flora de la leche que pueda competir con los cultivos que agregaremos posteriormente y asegura la obtención de una textura adecuada. También se asegura la eliminación de oxígeno lo cual favorece el crecimiento de los microorganismos”.



**E. Enfriamiento A 43°C**

**F. Adición de los cultivos.** Agregar los cultivos lácticos de acuerdo a las indicaciones del proveedor, quien deberá indicar si se puede incorporar el cultivo directamente a la leche, o si se debe realizar una pre-incubación.

**G. Incubación.** Incubar a 43°C por 4 hs aproximadamente hasta pH 4.6 o 4.7 o acidez 80 – 90° Dornic.

**H. Enfriamiento.** Enfriar la mezcla rápidamente a temperatura de refrigeración.

**I. Batido.** Al día siguiente romper el coágulo hasta lograr la completa homogeneidad.

**J. Saborización.** Agregar saborizante y colorante de acuerdo a la preferencia. También pueden adicionarse frutas picadas.

**K. Envasado.** Envasar el producto en envases estériles, abrirlos por primera vez justo en el momento del envasado del yogur.

**L. Conservación** Conservarlo en la heladera. Hasta 15 días puede ser consumido si se han cuidado las condiciones antes mencionadas.

## **VII. Recursos y materiales**

### **7.1 Recursos**

- **Humanos:** Niños y niñas del V ciclo, docente y técnicos
- **Académicos.** Guías autoinstructivas sobre producción de yogurt y guías autoinstructivas sobre dietas alimenticias.

### **7.2 Materiales y/o insumos**

- Ollas, recipientes, Incubadora, cocina
- Congeladora, vasos, Utensilios varios
- Termómetro, tonel de agua.

### VIII. Cronograma de actividades

Acciones	Responsables	Recursos	Cronograma – Mayo 2017			
			1 SEM.	2 SEM.	3 SEM.	4 SEM.
1. Recepción de la materia prima – filtrado de la leche	Docente y estudiantes del ciclo	Leche, ollas, tela filtrante	X			
2. Análisis de calidad en materia prima para la elaboración de yogurt	Docente y estudiantes del ciclo	Laboratorio, vestimenta apropiada Insumos de aseo	X			
a) Acidez	Docente y estudiantes del ciclo	Vaso de precipitados, pipetas	X			
b) Determinación del contenido de materia grasa	Docente y estudiantes del ciclo	Pipeta volumétrica, butirometro				
c) Determinación del pH	Docente y estudiantes del ciclo	Potenciómetro				
d) Densidad de la leche	Docente y estudiantes del ciclo	Probeta, Lactodensímetro				
e) Solidos no grasos	Docente y estudiantes del ciclo	Lactómetro de Bertuzzi. Piceta				
f) Prueba de antibióticos	Docente y estudiantes del ciclo	kit comercial "Delvotest"				

<b>g)</b> Calentar la leche	Docente estudiantes ciclo	y del V	Cocina industrial				
<b>h)</b> Aumento de sólidos	Docente estudiantes ciclo	y del V	Leche				
<b>i)</b> Agregar azúcar	Docente estudiantes ciclo	y del V	Azúcar				
<b>j)</b> Tratamiento térmico – temperaturatiempo	Docente estudiantes ciclo	y del V	Cocina industrial				
<b>k)</b> Enfriamiento	Docente estudiantes ciclo	y del V	Repisas, lugares de enfriamiento				
<b>l)</b> Inoculación	Docente estudiantes ciclo	y del V	Bacterias lácticas				
<b>m)</b> Agitación para distribuir el cultivo inoculado	Docente estudiantes ciclo	y del V	Ollas, agitación manual				
<b>n)</b> Incubación y/o fermentación del yogurt	Docente estudiantes ciclo	y del V	Leche en reposo		X		
<b>o)</b> Enfriamiento para controlar la actividad metabólica de los cultivos lácticos y sus enzimas	Docente estudiantes ciclo	y del V	Refrigeradora		X		

<b>p)</b> Homogeneización de gel para la consistencia del yogurt	Docente y estudiantes del ciclo	✓	Envases plásticos u otros.		X	X	
<b>q)</b> Frutado, añadir frutas, aromas naturales y sintéticos.	Docente y estudiantes del ciclo	✓	Frutas, aromas, jarabes de frutas, mermelada		X		
<b>r)</b> Envasado para la distribución del producto	Docente y estudiantes del ciclo	✓	Recipientes cerrados, materiales plásticos		X	X	X
<b>s)</b> Etiquetado, denominación del producto (opcional)	Docente y estudiantes del ciclo	✓	Etiquetas		X	X	X
<b>3.</b> Criterios de calidad en la compra, manipulación e higiene	Docente y estudiantes del ciclo	✓	Cámara de refrigeración				X

## IX. Evaluación

La evaluación del proyecto está en función del logro de los objetivos, y es de carácter cualitativo y formativo; en referencia a lo primero se tendrá en cuenta los siguientes criterios e indicadores:

- Participación en el desarrollo de las actividades como la elaboración de dietas saludables a partir de la pirámide alimenticia, y en la elaboración del yogurt.
- Compromiso para cambiar hábitos alimenticios que perjudican su salud y poner en práctica dietas que fortalezcan su estado nutricional, asimismo, responsabilidad en el procesamiento del yogurt para obtener una productiva eficiente.
- Trabajo en equipo para la distribución de tareas específicas en la preparación del yogurt, teniendo en cuenta las recomendaciones técnicas y teóricas.
- Manejo de los equipos y herramientas de laboratorio, lectura de instrumentos y desarrollo de capacidades para determinar exámenes de los experimentos.
- Emprendimiento, capacidad productiva, y disciplina. Quizá este sea uno de los valores de los emprendedores más difíciles de encontrar, la disciplina suele ser una carta de presentación; ser disciplinado en los negocios significa cosas esenciales como la puntualidad, seguir un plan trazado a conciencia, ponerse objetivos y luchar hasta alcanzarlos, respetar los recursos del negocio como tal, y en general, tener la convicción de terminar y no dejar a medias las cosas que sean importantes para la propia formación de un proyecto exitoso.
- **Autocrítica.** Este es un valor sumamente importante debido a que, en muchas ocasiones, el emprendedor pierde el piso y considera o da por hecho que todas las acciones que toma dentro de su negocio son las más correctas; ser autocrítico es aceptar que como seres humanos tendemos a

errar y que dichos errores representan la adquisición de experiencias y conocimientos que serán esenciales para evolucionar como emprendedores y como personas.

- **Perseverancia.** La perseverancia en un emprendedor significa logros, quien esté dispuesto a tener negocios productivos, necesariamente requiere de levantarse y luchar todos los días en contra de las adversidades y de los problemas que se puedan presentar, esto aunado a una motivación empresarial a toda prueba; darse por vencido o tener pensamientos negativos suelen ser factores que pueden inundar la mente del emprendedor todos los días, habrá que luchar incesantemente contra estos pensamientos para no dejarse vencer.
- **Disponibilidad al Cambio.** Llevar a cabo las ideas de negocios requiere de mucho temple, y sobre todo tener por entendido que habrá la necesidad siempre de estar dispuesto al cambio, cuando las cosas no salen como se planean se requiere de pequeños o grandes ajustes que harán que nuestro camino tome un nuevo rumbo; habrá que estar con la disponibilidad y la capacidad de entender que las cosas no siempre salen como las previmos.
- **Responsabilidad.** Cuando se inicia un negocio se adquieren un sinnúmero de responsabilidades, tanto de índole personal como de índole social; el concepto de la responsabilidad es entender que se deben respetar una serie de lineamientos y reglas; además, de contribuir en el crecimiento y la armonía del entorno socio ambiental en el que nos desenvolvemos y con las personas que interactuamos.
- **Aprendizaje.** Un buen emprendedor tiene claro que todos los días se aprende algo, además de tener la motivación empresarial, algo muy importante es el tener claro que la preparación mediante el aprendizaje de todas las estrategias, técnicas y recursos necesarios para el buen manejo de un negocio, son esenciales para la gente de negocios de hoy.

- Asimilación de aprendizajes y destrezas que ayuden a mejorar su estado nutricional, asimismo, la práctica de valores y actitudes empáticas, asertivas en sus diálogos, interacciones y relaciones antes durante y después del desarrollo del proyecto.

**ANEXO N° 08**  
**ACTA DE ORIGINALIDAD DE TESIS**



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD DE TESIS**

Yo, **Anderson Hugo Cieza Delgado**, Asesor del curso de desarrollo del trabajo de investigación y revisor de la tesis del estudiante: **Br. PERCY JOHNNY MARTÍNEZ VIDARTE**, titulada: “**PROYECTOS PRODUCTIVOS PARA ELEVAR EL ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DEL V CICLO, INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 17532, SAN JOSÉ DEL ALTO, JAÉN - 2016**”, constato que la misma tiene un índice de **similitud de 22%** verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin.

El suscrito analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

Jaén, 07 de julio de 2018.

Atentamente

  
.....  
DR. ANDERSON HUGO CIEZA DELGADO  
CIENCIAS DE LA EDUCACION  
C.M. N° 1027719279



## ANEXO N° 09

### AUTORIZACION DE PUBLICACIÓN DE TESIS

	<b>AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN DE TESIS EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL UCV</b>	Código : F08-PP-PR-02.02 Versión : 07 Fecha : 31-03-2017 Página : 1 de 1
---	--	---

Yo PERCY JOHNNY MARTÍNEZ VIDARTE....., identificado con DNI N° 27721825... egresada de la Escuela de ... EDUCACIÓN....., de la Universidad César Vallejo, autorizo (X), No autorizo ( ) la divulgación y comunicación pública de mi trabajo de investigación titulado: PROYECTOS PRODUCTIVOS PARA ELAVAR EL NIVEL NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DEL V CICLO DE LA I.E. N° 17532 EL TRIUNFO - SAN JOSÉ DEL ALTO - JAÉN - 2016.....;

en el Repositorio Institucional de la UCV (<http://repositorio.ucv.edu.pe/>), según lo estipulado en el Decreto Legislativo 822, Ley sobre Derecho de Autor, Art. 23 y Art. 33.

Fundamentación en caso de no autorización:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



FIRMA

DNI: 27721825

FECHA: 19 de DICIEMBRE del 2018

Elaboró	Dirección de Investigación	Revisó	Representante de la Dirección / Vicerrectorado de Investigación y Calidad	Aprobó	Rectorado
---------	----------------------------	--------	---	--------	-----------



# UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

## AUTORIZACIÓN DE LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

CONSTE POR EL PRESENTE EL VISTO BUENO QUE OTORGA EL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN DE

EP DE EDUCACIÓN PRIMARIA

A LA VERSIÓN FINAL DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN QUE PRESENTA:

PERCY JOHNNY MARTÍNEZ VIDARTE

INFORME TÍTULADO:

PROYECTOS PRODUCTIVOS PARA ELEVAR EL ESTADO NUTRICIONAL EN LOS ESTUDIANTES DEL V CICLO, INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 17532, SAN JOSÉ DEL ALTO, JAÉN - 2016

PARA OBTENER EL TÍTULO O GRADO DE:

LICENCIADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA

---

SUSTENTADO EN FECHA: 17/12/2018

NOTA O MENCIÓN: APROBADO POR UNANIMIDAD

FIRMA DEL ENCARGADO DE INVESTIGACIÓN