

“Transformación de Hábitos Alimenticios en la Población Beneficiaria del Programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente en la Escuela Primaria Miguel Hidalgo en la localidad de San Mateo Huexoyucan Municipio de Panotla”.

**VANESSA RODRÍGUEZ CONDE**  
**ANA LILIA SOTO DOMÍNGUEZ**

*APETATITLÁN, TLAX., ABRIL 2019*

“Transformación de Hábitos Alimenticios en la Población Beneficiaria del Programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente en la Escuela Primaria Miguel Hidalgo en la localidad de San Mateo Huexoyucan Municipio de Panotla”.

PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO

QUE PRESENTAN PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA  
EN LA LÍNEA ESPECÍFICA DE EDUCACIÓN INICIAL

VANESSA RODRÍGUEZ CONDE  
ANA LILIA SOTO DOMÍNGUEZ

ASESOR: DANIEL ANTONIO JIMÉNEZ ESTRADA

**DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACIÓN**

**Apetatitlán, Tlax., a 11 de Marzo 2019.**

**C. VANESSA RODRÍGUEZ CONDE  
P R E S E N T E.**

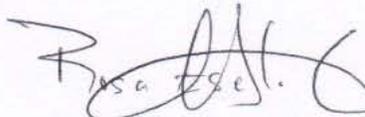
En mi calidad de Secretario de la Comisión de Titulación de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo intitulado: **“Transformación de Hábitos Alimenticios en la Población Beneficiaria del Programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente en la Escuela Primaria Miguel Hidalgo en la localidad de San Mateo Huexoyucan Municipio de Panotla”**. Opción Proyecto de Desarrollo Educativo de la Licenciatura en Intervención Educativa y a solicitud de su asesor Dr. Daniel Antonio Jiménez Estrada manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos establecidos por la institución.

Por lo anterior, se dictamina favorable su trabajo y se le autoriza a presentar su examen profesional.

**ATENTAMENTE  
“EDUCAR PARA TRANSFORMAR”**



**U. S. E. T.  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA  
NACIONAL  
UNIDAD 291  
TLAXCALA**



**DRA. ROSA ISELA GARCÍA HERRERA  
PRESIDENTE DE LA COMISIÓN DE TITULACIÓN  
DE LA UNIDAD UPN 291 TLAXCALA**

**DICTAMEN DEL TRABAJO PARA TITULACIÓN**

**Apetatitlán, Tlax., a 11 de Marzo 2019.**

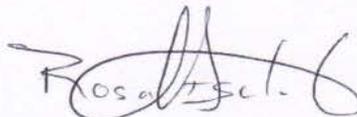
**C. ANA LILIA SOTO DOMÍNGUEZ  
PRESENTE.**

En mi calidad de Secretario de la Comisión de Titulación de esta Unidad y como resultado del análisis realizado a su trabajo intitulado: **“Transformación de Hábitos Alimenticios en la Población Beneficiaria del Programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente en la Escuela Primaria Miguel Hidalgo en la localidad de San Mateo Huexoyucan Municipio de Panotla”**. Opción Proyecto de Desarrollo Educativo de la Licenciatura en Intervención Educativa y a solicitud de su asesor Dr. Daniel Antonio Jiménez Estrada manifiesto a usted que reúne los requisitos académicos establecidos por la institución.

Por lo anterior, se dictamina favorable su trabajo y se le autoriza a presentar su examen profesional.

**ATENTAMENTE  
“EDUCAR PARA TRANSFORMAR”**

  
U. S. E. T.  
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA  
NACIONAL  
UNIDAD 291  
TLAXCALA



**DRA. ROSA ISELA GARCÍA HERRERA  
PRESIDENTE DE LA COMISIÓN DE TITULACIÓN  
DE LA UNIDAD UPN 291 TLAXCALA**

## ÍNDICE

	Pág.
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	1
<b>CAPÍTULO UNO. MARCO CONTEXTUAL</b> .....	4
1.1. Descripción del ámbito de intervención.....	5
1.1.1. Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF)...	5
1.1.2. Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia (SEDIF) Tlaxcala.....	5
1.1.3. Programas de Asistencia Social Alimentaria del Estado de Tlaxcala..	6
1.1.4. Programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente.....	7
1.1.5. Escuela Primaria Miguel Hidalgo.....	8
1. 2. Descripción del problema.....	8
1. 3. Justificación de la intervención.....	9
1. 4. Objetivos de la intervención.....	14
1.4.1. Objetivo general.....	14
1.4.2. Objetivos específicos.....	14
<b>CAPÍTULO DOS. MARCO TEÓRICO - CONCEPTUAL</b> .....	15
2.1. Fundamentación de la intervención.....	16
2.2. La Intervención Social.....	17
2.3. La Política Pública.....	18
2.3.1. Definición y caracterización de la política social.....	21
2.4. La alimentación y la nutrición.....	23
2.4.1. Conceptos básicos.....	23
2.5. Alimentación del escolar.....	24
2.5.1. Niños y niñas entre 6 y 12 años.....	24
2.5.2. Desnutrición.....	27
2.5.3. Obesidad.....	28
2.5.4. Hábitos alimenticios.....	29
<b>CAPÍTULO TRES. DISEÑO DE LA METODOLOGÍA Y EVALUACIÓN</b> .....	31
3.1. Metodología.....	32
3. 2. Diseño de Estrategias y actividades de intervención.....	34
3.2.1. Estrategia 1. Catálogo de Contenidos de Alimentación para el Instructor.....	34
3.2.2. Estrategia 2. Taller “En busca de una alimentación saludable”.....	37
3.2.3. Estrategia 3. Ambiente de Aprendizaje.....	40
3.2.4. Estrategia 4. Díptico para la población beneficiaria respecto al programa.....	42
3.2.5. Plan de Evaluación.....	44
<b>CONCLUSIONES</b> .....	48
<b>BIBLIOGRAFÍA</b> .....	51

## INTRODUCCIÓN

El Programa Desayunos Escolares, que brinda el Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF), es considerado una Política Pública que se ofrece a escuelas beneficiadas en todo el país, con el fin de coadyuvar en el desarrollo de una adecuada alimentación.

La alimentación es uno de los factores básicos para el desarrollo físico y mental de los niños en edad preescolar y escolar, ya que contienen sustancias básicas para conservar la vida y la salud.

Los niños no nacen sabiendo lo que es adecuado para ellos, pues observan y llevan a cabo lo que hacen sus padres y sus hermanos, quieren comer lo que comen los de su alrededor, creando en ellos hábitos alimenticios pero a pesar de que rechazan los alimentos nuevos los niños adquieren la habilidad de aprender a comerlos.

El trabajo que se presenta a continuación, consiste en dar a conocer nuestro ámbito de intervención en el desayunador “Arco Iris” de la Escuela Primaria Miguel Hidalgo de la localidad de San Mateo Huexoyucan en el municipio de Panotla del Estado de Tlaxcala.

La propuesta del proyecto de intervención se estructura en cinco capítulos, los cuales describen la construcción de este trabajo:

En el primer capítulo, realizamos una descripción amplia de nuestro ámbito de intervención definiendo la idea central de lo que se pretende realizar. Así mismo en este apartado presentamos las razones que justifican el diseño del proyecto, explicando la importancia del por qué se buscó realizar una intervención, siendo esta la propuesta de solución más viable para que ocurra una transformación.

Por otra parte, puntualizamos acerca de la institución, departamento y programa que forma parte del proyecto. En este mismo apartado se establece el

objetivo general así como los específicos, los cuales son formulados a partir de las necesidades que se encontraron en el diagnóstico.

En el segundo capítulo, fundamentamos nuestra intervención con bases teóricas, es decir, conceptos de intervención, de intervención social, de política social y política pública.

El desarrollo teórico permitió validar nuestro trabajo, pues la teoría es la que establecer criterios y puntos de vistas para luego hacer uso de una determinada metodología.

En el tercer capítulo, se reflexiona sobre los conceptos y definiciones respecto a la alimentación, nutrición, desnutrición, obesidad y hábitos alimenticios en los escolares, ya que estos conceptos permiten desarrollar y guiar el tema, pues son aspectos en los que se enfoca nuestras estrategias y actividades.

Por lo tanto, el abordaje de estos conceptos son indispensables y responden a la necesidad que manifiesta la población, siendo esta la información más clara y actualizada para una alimentación correcta.

El cuarto capítulo, es referido a la metodología del proceso de intervención que se propone llevar, será a través de la animación sociocultural la metodología que guiará el proyecto, a través de talleres para padres de familia, encargadas del desayunador y para los niños beneficiarios del programa, así mismo se incluye la descripción de cada una de las sesiones que se trabajarán, pues se propone una forma de trabajo con grupos que se enmarca dentro de un contexto.

En el quinto y último capítulo, se hace una propuesta respecto a la forma de evaluar y la forma en cómo y cuándo se llevará a cabo esta acción, estableciendo las diferentes formas de evaluación de acuerdo a los propósitos y objetos que se evalúen. Cabe señalar que en cada una de las sesiones se exponen criterios de evaluación, de igual manera se plantea quien puede fungir como evaluador.

Finalmente se presentan las conclusiones de esta propuesta de intervención, dando énfasis a la importancia del porqué de la intervención en un tema de alimentación, pues es importante recordar que nuestra intervención va dirigida a reeducar y reaprender los hábitos alimenticios mediante la participación y colaboración de los beneficiarios directos e indirectos del programa. Este proyecto de intervención nos permite ver que existe un amplio campo en el que un interventor educativo puede trabajar en áreas sociales, educativas, de salud y alimentación. Es importante para nosotras mencionar que hoy en día se le debe dar realce a la educación preventiva entorno a la alimentación desde el núcleo familiar, pues es donde en primera estancia se forman los hábitos alimenticios.

# **CAPÍTULO I. MARCO CONTEXTUAL**

## **CAPÍTULO UNO. MARCO CONTEXTUAL**

### **1.1. Descripción del Ámbito de Intervención**

#### **1.1.1. Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF).**

El Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF) es una institución pública mexicana fundada en 1977, encargada de normar acciones de asistencia social, enfocadas al desarrollo del individuo, la familia y la comunidad.

Esta Institución se enfoca en desarrollar el bienestar de las familias mexicanas, a través de políticas públicas de asistencia social que promueven el desarrollo integral de la familia y la comunidad, combatiendo las causas y efectos de vulnerabilidad, en coordinación con los sistemas estatales, municipales e instituciones públicas y privadas.

#### **1.1.2. Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia (SEDIF) Tlaxcala.**

El Sistema Estatal DIF de Tlaxcala se encuentra ubicado en Calle Morelos No. 4, Colonia Centro, C.P. 9000, Tlaxcala, Centro, teniendo como titular de esta institución a la presidenta Sandra Chávez Ruelas.

Así mismo, SEDIF tiene como misión institucional brindar la Asistencia Social a través de la prevención, corresponsabilidad y profesionalización de los servicios integrales y de quien la proporciona; que se trasluce en una mejor calidad de vida de las personas y familias más desprotegidas.

Su visión institucional es ser un agente de cambio de actitud en las personas y familias sujetas de atención, logrando su transformación para enfrentar las problemáticas que se les presenten, con la finalidad de que la gente sea parte de la solución en la mejora de su entorno y de su circunstancia social.

El sistema Estatal de Desarrollo Integral para la Familia, cuenta con cinco áreas las cuales son: área de Presidencia, área de Dirección General, Dirección

Administrativa, Procuraduría de la Defensa del Menor, la Mujer y la Familia y el área de Dirección de Atención a Población Vulnerable, cada área tiene a cargo diferentes programas los cuales atienden a la población.

### 1.1.3. Programas de Asistencia Social Alimentaria del Estado de Tlaxcala.

Los programas alimentarios tienen como visión contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los individuos, familias y comunidades en el Estado, que viven en riesgo y vulnerabilidad, con esquemas nutricionalmente adecuados, pertinentes, con servicios de calidad, con participación consciente y organizada de la población y su familia, a través de la integración de una alimentación correcta con los recursos y alimentos disponibles, como misión, plantean mejorar la condición nutricional de los individuos, fomentando una alimentación correcta, a través de la entrega de apoyos alimentarios de calidad nutricia.

Así mismo los programas alimentarios tienen por objetivo general contribuir a mejorar las condiciones nutricias de los individuos, familias y comunidades mediante la implementación de programas alimentarios con esquemas de calidad nutricia, acciones de orientación alimentaria y de desarrollo comunitario, promoviendo una alimentación correcta entre la población atendida.

Los lineamientos para operación de los programas de la estrategia integral de asistencia social alimentaria del Estado de Tlaxcala, está integrada por 4 programas: el primero, es el programa de Desayunos Escolares, el cual, promueve una alimentación correcta en la población escolar, sujeta de asistencia social, mediante la entrega de desayunos fríos, calientes o comidas, diseñados con base en los Criterios de Calidad Nutricia, y acompañados de acciones de orientación alimentaria y de desarrollo comunitario; el segundo, es el programa de Atención a Menores de 5 Años en Riesgo, este promueve una alimentación correcta en los menores de cinco años, en condiciones de riesgo y vulnerabilidad, mediante la entrega de apoyos alimentarios adecuados a su edad y brindando orientación alimentaria a sus padres; el programa de Asistencia Alimentaria a Sujetos Vulnerables, que promueve una alimentación correcta en sujetos en condiciones de riesgo y vulnerabilidad, mediante

la entrega de apoyos alimentarios diseñados bajo criterios de calidad nutricia, acompañados de acciones de orientación alimentaria y de desarrollo comunitario, que contribuyan a satisfacer otras necesidades básicas, y por último el programa de Asistencia Alimentaria a Familias en Desamparo que contribuye a la dieta de las familias en situación de desamparo, a través de una dotación temporal, diseñada bajo criterios de calidad nutricia, acompañada de acciones de orientación alimentaria y de desarrollo comunitario.

Todos estos programas se encuentran a cargo del Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia (SEDIF), pero es el de Desayunos Escolares Modalidad Caliente en el cual se centra el proyecto de intervención.

#### 1.1.4. Programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente

De acuerdo a los Lineamientos para la Operación de los Programas de la Estrategia Integral de Asistencia Social Alimentaria del Estado de Tlaxcala (2011), el programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente tiene como objetivo proveer una alimentación correcta en la población escolar sujeta de atención, mediante la entrega de desayunos calientes, la ración de este desayuno consta de un platillo fuerte, una bebida y un complemento (fruta/ verdura y/o cereal).

Para la Norma Oficial Mexicana de Servicios Básicos de Salud (2012) se entiende por alimentación correcta a los hábitos alimentarios que, de acuerdo con los conocimientos aceptados en la materia, cumplen con las necesidades específicas en las diferentes etapas de la vida, promoviendo en los niños y las niñas el crecimiento y desarrollo adecuado, y en los adultos permite conservar o alcanzar el peso esperado para la talla y previene el desarrollo de enfermedades.

La población objetivo del programa son niñas, niños y adolescentes en condiciones de riesgo y vulnerabilidad, que asisten a planteles oficiales del Sistema Educativo Nacional, ubicados en zonas indígenas, rurales y urbano marginadas preferentemente.

El programa de Desayuno Escolar modalidad Caliente, comenzó a operarse en el estado de Tlaxcala a partir del mes de diciembre del año 1991 en la comunidad de la Trinidad Tenexyecac, del municipio de Ixtacuixtla con el desayunador “LUPITA”, mismo que hasta la fecha sigue funcionando de manera ininterrumpida.

#### 1.1.5. Escuela Primaria Miguel Hidalgo

San Mateo Huexoyucan está situado en el Municipio de Panotla en el Estado de Tlaxcala, y con base a datos del Censo de Población y Vivienda 2010, San Mateo Huexoyucan cuenta con 1670 habitantes, y de acuerdo al Programa para el Desarrollo de Zonas Prioritarias el grado de marginación es alto.

En Avenida Juárez No. 48 Barrio Texcacoc, San Mateo Huexoyucan, Panotla, Tlaxcala, se encuentra ubicada la Escuela Primaria Miguel Hidalgo, la cual es una escuela multigrado y bidocente, con una matrícula registrada de 40 alumnos, siendo este el lugar donde se llevará a cabo el proyecto de intervención.

#### 1. 2. Descripción del Problema

De acuerdo al diagnóstico realizado en el programa de desayunos escolares modalidad caliente, en la escuela primaria Miguel Hidalgo en la localidad de San Mateo Huexoyucan, tuvo como fin, conocer el impacto del programa para determinar si los efectos que tiene sobre la población beneficiaria son los deseados en el objetivo de este programa.

Con base en este diagnóstico, podemos decir que el programa fue pertinente en cuanto a atender a la población de acuerdo al objetivo de este, que es atender a población de niños, niñas y adolescentes en condiciones de riesgo y vulnerabilidad que asisten a planteles oficiales del Sistema Educativo Nacional, ubicados en zonas indígenas, rurales y urbano marginadas preferentemente contribuyendo al progreso nutricional de la población infantil, a su vez, se identificó, que los efectos del impacto del programa no han sido los esperados sobre su población beneficiaria, dado que no todos los alumnos entran al desayunador a pesar de contar con una matrícula registrada de 40 alumnos, ya que en los cuestionarios aplicados a los alumnos

permitió conocer los hábitos alimenticios que tienen en el hogar y en cuanto a los cuestionarios aplicados a padres de familia obtuvimos que no acostumbran dar a sus hijos una alimentación que incluya verduras, frutas, avena, soya, amaranto etc., alimentos que son de uso diario en el desayunador, por lo que el estilo de vida de cada niño, influye en el consumo del desayuno diario en el desayunador “Arco Iris”.

Adicionalmente a esto, también se encuentra que la directora de la escuela, la encargada del desayunador, padres de familia y alumnos desconocen en qué consiste el programa, los lineamientos, la normatividad y la forma en la cual se debe ejecutar el mismo, además que la supervisión del programa en el desayunador no ha sido la correcta.

Con el fin de transformar esta realidad se diseñará un proyecto que permita concientizar sobre hábitos saludables que incluye una correcta alimentación y nutrición que debe tener la comunidad escolar directa e indirecta a través de la participación, compromiso y acciones que permitan mejorar su calidad de vida.

### 1. 3. Justificación de la Intervención

La alimentación en cada etapa de la vida influye de manera determinante en la salud del ser humano y en su capacidad de rendimiento, pues como todo ser vivo necesita de nutrientes y energía para hacer funcionar su organismo, esto se hace posible mediante la alimentación.

La alimentación ocupa un lugar prioritario entre las necesidades del ser humano, debido a esto existen programas de asistencia social alimentaria que tienen como objetivo promover una alimentación correcta en la población, dando respuesta a problemas prioritarios de nutrición.

Uno de tantos programas es el de Desayunos Escolares Modalidad Caliente, el cual, da respuesta a necesidades de nutrición atendiendo a niñas y niños ubicados en zonas indígenas rurales y urbano marginadas en condiciones de riesgo y vulnerabilidad que asisten a planteles oficiales del Sistema Educativo Nacional.

Dentro de la edad escolar, de educación básica, la cual de acuerdo a la Secretaría de Educación Pública va de los 3 años a los 15 años de edad, la alimentación debe permitir que los niños obtengan los nutrientes necesarios para su óptimo crecimiento y desarrollo, así como cubrir sus necesidades de energía debido a la intensa actividad física.

Para la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la agricultura, los niños en edad escolar necesitan alimentarse bien a fin de desarrollarse adecuadamente, evitar las enfermedades y tener energía para estudiar y estar físicamente activos. También necesitan conocimientos y habilidades para escoger opciones alimentarias correctas y así los niños, los adolescentes y sus familias, mejoren su bienestar nutricional y desarrollen buenos hábitos alimentarios para mantenerse sanos a lo largo de sus vidas.

Pero es en esta etapa también, donde se presentan problemas como la malnutrición que de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (2016), el término malnutrición abarca dos grupos amplios de afecciones; uno es la desnutrición, que comprende el retraso del crecimiento (estatura inferior a la que corresponde a la edad), la emaciación (peso inferior al que corresponde a la estatura), la insuficiencia ponderal (peso inferior al que corresponde a la edad) y las carencias o insuficiencias de micronutrientes (falta de vitaminas y minerales importantes). El otro es el del sobrepeso, la obesidad y las enfermedades no transmisibles relacionadas con el régimen alimentario (cardiopatías, accidentes cerebrovasculares, diabetes y cánceres).

Hay niños y niñas que no se ven en esta situación, pero sí llegan a ser susceptibles de sufrir carencias de vitaminas y minerales por falta de consumo de verduras y frutas, lo que les origina problemas que están relacionados con muchos factores, pero están más asociados a los hábitos alimenticios y al estilo de vida de cada persona que al factor hereditario; aunque estos hábitos generalmente se aprenden en el ambiente familiar, son modificables, ya que se asocian con la preferencia por una dieta compuesta de alimentos con alto contenido calórico, poco

variada en lo que corresponde a la combinación de diferentes grupos de alimentos y caracterizada por un alto contenido en grasas y azúcares.

Una nutrición óptima requiere de una alimentación correcta, la cual debe ser completa, equilibrada, inocua, suficiente, variada y adecuada.

En relación con el desarrollo integral de los estudiantes, la Encuesta Nacional de Salud en Escolares (ENSE, 2008) destaca que si bien su rendimiento escolar está relacionado con diversos factores –los entornos familiar, social, ambiental y socioeconómico; además de la carencia de servicios médicos para prevenir y atender enfermedades–, los problemas de salud asociados con la alimentación y la nutrición afectan la capacidad de aprendizaje de manera muy significativa.

Una de las causas que ocasionan este tipo de problemas en los escolares son los malos hábitos alimentarios, de modo que estos problemas requieren la intervención de la familia, de los docentes y de la comunidad en general, ya que al no ser prevenidos y atendidos oportunamente las consecuencias afectarán su crecimiento, desarrollo y su rendimiento escolar.

La alimentación involucra diversos factores que exigen el impulso de políticas y acciones integrales con una amplia participación, compromiso y colaboración de diversos sectores y actores como los padres y madres, quienes tienen un papel fundamental en el desarrollo y la formación de sus hijos, ya que deben fortalecer la atención de lo que consumen a fin de asegurar sus procesos de crecimiento y desarrollo, prevenir padecimientos futuros y favorecer el logro de mejores niveles de aprovechamiento y rendimiento escolar.

La escuela constituye otro de los ambientes donde se pueden desarrollar acciones fundamentales para revertir el problema del sobrepeso y la obesidad. La escuela debe brindar a niñas, niños y adolescentes oportunidades para lograr un desarrollo sano, para su formación integral y para que participen activa y responsablemente en la vida económica y social de nuestro país.

Corresponde a las instituciones y a la comunidad educativa contribuir de la mejor manera a que niñas, niños y adolescentes adquieran las habilidades que les permitan adoptar un estilo de vida saludable, lo que conduce no sólo a enfatizar en el desarrollo de competencias atinentes al tema y a promover dichas competencias mediante el currículo, sino además, a establecer estrategias y acciones de promoción y educación para la salud que posibiliten dentro y fuera de la escuela la elección y consumo de alimentos y bebidas que sean parte de una alimentación correcta en condiciones de higiene, y una práctica cotidiana y adecuada de actividad física dentro y fuera del contexto escolar.

La Escuela Primaria Miguel Hidalgo de la comunidad de San Mateo Huexoyucan en el Municipio de Panotla, cuenta con el programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente, en esta se llevó a cabo el diagnóstico, el cual a partir de los cuestionarios aplicados a niños y padres de familia para conocer sus hábitos alimenticios antes, durante y después de asistir a la escuela, enmarca la identificación del problema en torno al programa, pues el impacto no ha sido el esperado, debido al estilo de vida, así como también la falta de participación por parte de padres de familia y docentes de la institución.

En los cuestionarios aplicados se pudo ver que el 91% de los alumnos desayunan leche y galletas, mientras que el 9% restante acostumbra a desayunar frutas, por lo tanto, el desayuno que frecuentemente es consumido por los niños está conformado por la combinación de dos grupos alimenticios.

Tomando en cuenta el plato del bien comer el cual indica que se debe incluir al menos un alimento de cada grupo en las tres comidas del día, aunque en el desayuno se incluyen alimentos de dos grupos alimenticios, es importante ratificar que este no es saludable ni equilibrado. Así mismo se puede notar que la fruta y ni la verdura se encuentra constantemente en su desayuno.

Aunado a esto, también se pudo identificar con el guion de observación que ni la mitad de la matrícula registrada entra al desayunador y el motivo no es económico, pues en los datos que se obtuvieron indican que el 77% reciben un monto de entre

\$10.00 a más de \$15.00, el cual les es suficiente para asistir al desayunador, ya que el desayuno tiene un costo de \$8 pesos.

Hay que mencionar, además, que en el diagnóstico se muestra que los alimentos que se acostumbran consumir en el hogar suelen ser las legumbres pues el 80% señala que el alimento que más consumen es la lenteja y el que menos es consumido es la soya, siendo este un factor que influye en que los niños no entren al desayunador cuando los alimentos son preparados con soya o con otro insumo que no sea de su agrado, como lo indicó la encargada del desayunador en la entrevista, pues son alimentos que no están acostumbrados a consumir en su hogar.

Con esto se puede determinar que los hábitos alimenticios son los causantes de que el impacto del programa no sea el esperado, por lo que surge la importancia de generar una intervención a través de un proyecto educativo en alimentación y nutrición, el cual permita participar, concientizar y reeducar a la población beneficiaria directa e indirecta (alumnos y padres) del programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente, para que tengan una alimentación nutritiva y el asegurar que el balance de nutrientes y otros componentes que promuevan una salud óptima para una mejora en su calidad vida.

Pues es de suma importancia que en la etapa escolar la alimentación contenga nutrimentos como proteínas, vitaminas y minerales que son necesarios para crecer y desarrollarse adecuadamente para que no se presenten deficiencias en los niños.

Esto nos hizo comprender la necesidad de generar habilidades que propicien la importancia de tener una alimentación correcta en cada etapa de la vida, ya que es importante señalar que cada organismo necesita diferentes aportes energéticos, lo que depende de su edad, sexo, talla, actividad y estado fisiológico.

## 1. 4. Objetivos de la Intervención

### 1.4.1. Objetivo General

Diseñar una propuesta educativa en alimentación y nutrición para los padres y alumnos del programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente en el desayunador “Arco Iris” de la Escuela Primaria Miguel Hidalgo en la localidad de San Mateo Huexoyucan Municipio de Panotla; para reeducar y reaprender los hábitos alimenticios mediante su participación y colaboración.

### 1.4.2. Objetivos Específicos

- Proporcionar una guía a la población beneficiaria respecto al programa (objetivos, integración del desayuno brindado y lineamientos de operación), con el fin de que conozcan en que consiste el programa, y comprendan la ejecución de este.
- Diseñar un catálogo de contenidos educativos sobre alimentación y nutrición que requieran ser abordados para facilitar el trabajo con los distintos grupos (niños, padres de familia, maestros y personal del desayunador).
- Diseñar un taller para concientizar a la población sobre los hábitos alimenticios que predominan en su vida cotidiana.
- Diseñar un ambiente de aprendizaje en el desayunador Arco Iris, para generar un espacio que permita adquirir aprendizajes, hábitos y actitudes dirigidas a crear una sana alimentación.
- Orientar y capacitar a la encargada del desayunador para que pueda ofrecer un desayuno basado en los lineamientos de operación del programa.

## **CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO –CONCEPTUAL.**

## CAPÍTULO DOS. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Fundamentación de la Intervención

El término Intervención es un concepto ambiguo, ya que se utiliza en diversos contextos y situaciones, por ejemplo:

El diccionario de la Real Academia Española define a la intervención como “tomar parte en un asunto, interponer una autoridad, mediar, interceder o interponer” (RAE, 2014). Esta definición considera la participación de un tercero que actúa sobre un primero y un segundo, ejerciendo una acción, buscando transformar el sistema mismo, en medida que los actores que intervienen son los que accionan sobre si mismos o en su espacio social (Miller, 2007:223).

La Intervención es “ubicarse entre dos momentos, es estar entre un antes y un después, es estar entre dos lugares, pues la palabra intervención siempre nos coloca en medio de algo” (Remedí, 2004:1).

Una Definición General del Término Intervención podría ser:

*Una labor que contribuye a dar soluciones a determinados problemas y a prevenir que aparezcan otros, al mismo tiempo que supone colaborar con los centros o instituciones, con fines educativos y/o sociales, para que la enseñanza o las actuaciones que desde ellos se generen estén cada vez más adaptadas a las necesidades reales de las personas y de la sociedad en general (Plata, 1992:14., citado en Cabrera 2011).*

De esta forma, citando los anteriores conceptos de intervención que de una forma u otra tienen una gran similitud, se establece que la intervención es un concepto que se ajusta y se utiliza en diversas situaciones, por lo que existen diferentes modelos de intervención como la psicopedagógica, la educativa, la institucional, la social, etc. La idea central de la intervención es buscar soluciones a dificultades o problemas presentados en alguna institución o grupo social, con el fin de fungir como medio para llegar a una transformación, haciendo partícipes a los involucrados.

De acuerdo a lo anterior, el proyecto se basa en la realización de una intervención social y educativa, pues de acuerdo a Ortega (2004) toda educación es o debe ser social; ya que, aunque hablemos de educación del individuo e incluso individualizada, esta no deja de hacerse en la familia, en la escuela, en la comunidad e incluso, en cierto grado, para la sociedad en la que el individuo vive.

## 2.2. La Intervención Social

Para Fernando Fantova (2005) la intervención social se realiza de manera formal u organizada, es decir, se diferencia del apoyo de la familia o de iniciativas informales de la comunidad; pretende responder a necesidades sociales, ya que establece la existencia de necesidades con algún tipo de criterio normativo o comparativo; tiene como propósito principal la autonomía e integración de las personas en su entorno social y aspira a una legitimación pública o social, pues las necesidades sociales a las que ha de dar respuesta tienden a ser consideradas un asunto de responsabilidad pública o social.

Carballeda (2002) establece que la intervención en lo social se presenta como una vía de ingreso a la modalidad dirigida a aquellos que cada época construyen como portadores de problemas que pueden disolver al todo social

Mientras que para Rubio y Varas (2004) la intervención social es un proceso sobre la realidad social y educativa que tiene como finalidad lograr un desarrollo, cambio o mejora de situaciones, colectivos, grupos o individuos que presenten algún tipo de problema o necesidad para facilitar su integración social o su participación activa en el sistema social a nivel personal, económico y cultural considerando la intervención.

De acuerdo a estos conceptos, la intervención social forma parte de un cambio o mejora en cuanto a las necesidades que presenta la sociedad, involucrando e integrando a las personas, haciéndoles responsables de la transformación que se genere.

Por lo que la intervención que se busca realizar en la primaria Miguel Hidalgo en la comunidad de San Mateo Huexoyucan va en función de transformar hábitos alimenticios en la población beneficiaria del programa.

### 2.3. La Política Pública

Para entender qué son las políticas públicas, es necesario diferenciar dos conceptos, que en este caso son: política y políticas.

El primero es entendido como las relaciones de poder, los procesos electorales, las confrontaciones entre organizaciones sociales con el gobierno, el segundo tiene que ver más con las acciones, decisiones y omisiones por parte de los distintos actores involucrados en los asuntos públicos.

Las políticas son el diseño de una acción colectiva intencional, el curso que toma la acción como resultado de las decisiones e interacciones que son los hechos reales que la acción produce. En este sentido, las políticas son:

*El curso de acción que sigue un actor o un conjunto de actores al tratar un problema o asunto de interés. El concepto de políticas presta atención a lo que de hecho se efectúa y lleva a cabo, más que a lo que se propone y quiere. Las políticas se conforman mediante un conjunto de decisión, y la elección entre alternativas (Aguilar, 2003:25).*

De acuerdo a Salazar (1994), las políticas públicas son las sucesivas respuestas del Estado (del régimen político o del gobierno de turno) frente a situaciones socialmente problemáticas.

Las políticas públicas son el conjunto de decisiones que se traducen en acciones, estratégicamente seleccionadas (dentro de un conjunto de alternativas, conforme a una jerarquía de valores y preferencia de los interesados). Su dimensión es pública por el tamaño del agregado social sobre el cual coinciden, pero sobre todo por su carácter imperativo, siendo este revestido de la autoridad legítima y soberana del poder público (Gracas, 2006; citado en BID, 2006).

En toda política pública siempre debe existir una carta de navegación, la cual debe establecer claramente cuál será el problema a resolver, a quién beneficiará la

política, quiénes intervienen en la formulación, el diseño, en la implementación de la política, así como también que mecanismos se utilizan para la evaluación y retroalimentación de la misma.

El primer paso que se debe seguir dentro de una política pública es la formulación. De mismo modo este paso presenta otros elementos de importancia como son el establecer el problema de la política pública, factores que influyen y qué actores intervienen en la formulación. A su vez hay que establecer que estos elementos de interrelaciones interactúan de forma conjunta. Un elemento esencial que se debe tener en cuenta dentro de la implementación de cualquier política pública, es lograr establecer el problema o la necesidad que se debe resolver.

El proceso a seguir tras la formulación, es el diseño de la política pública, al igual que en la formulación, participan principalmente los actores gubernamentales, los equipos técnicos y los grupos de presión.

Las prioridades en un sistema político democrático son derivadas de las necesidades de los ciudadanos, aunque pueden entrar ciertos factores adicionales como son: si existe o no un proceso electoral, si el problema afecta a un determinado sector o individuos, si el problema es de máxima prioridad o no, con qué recursos se cuenta, si es una política de mediano a largo plazo, la eficiencia de la política (los recursos con que se cuenta) y establecer medidas de contingencia previas.

La implementación de políticas públicas es relativamente una nueva área de análisis. Un buen número de autores consideraban el estudio de implementación de políticas como algo que no ameritaba la atención de los especialistas e incluso para otros la implementación era simple y por eso no involucraba asuntos significativos.

Las acciones son pequeños esfuerzos con el objeto de transformar las decisiones en principios operativos, así como esfuerzos prolongados para cumplir los cambios, pequeños o grandes, ordenados por las decisiones políticas.

La implementación es un proceso que se da en las declaraciones formales de la política y el resultado final alcanzado, donde una política puede determinar o

alterarse por diversos factores y actores que pueden apoyar o impedir el cumplimiento de los objetivos originales.

Independientemente del sistema político que se implemente en un Estado, siempre son las instituciones gubernamentales y legislativas las encargadas de implementar y dar forma a las políticas públicas previamente formuladas y diseñadas.

Para implementar una política pública se deben tener en cuenta elementos como es el marco legal, la asignación de responsabilidades e instituciones gubernamentales que implementarán la política y mercadeo gubernamental.

Toda política pública que se implemente por parte de las entidades gubernamentales independientemente de la problemática que busque resolver (seguridad, vivienda, salud, educación, empleo, transporte, vías, medio ambiente, entre otras), siempre debe estar permanentemente evaluada y debe permitir las correcciones o retroalimentaciones necesarias para buscar que esa política sea exitosa.

Para Nirenberg (2007), como Brawerman (2007), y Ruiz (2007), la evaluación de programas o proyectos sociales es una actividad programada de reflexión sobre la acción, basada en procedimientos sistemáticos de recolección, análisis e interpretación de información, con la finalidad de emitir juicios valorativos, fundamentados y comunicables sobre las actividades, resultados e impactos de esos proyectos o programas, y formular recomendaciones para tomar decisiones que permitan ajustar la acción presente y mejorar la acción futura.

Las variables que comúnmente se evalúan en una política pública y que permiten determinar las correcciones que se pueden hacer para lograr buenos resultados, son el cumplimiento del objetivo, el impacto de la política pública, el cumplimiento de funciones, la racionalidad presupuestal y la evaluación del cumplimiento medido en tiempo.

De esta forma, citando los anteriores conceptos de Políticas Públicas, que de una forma u otra tienen una gran similitud, se establece que las políticas públicas son una alternativa para mejorar la calidad de vida de un grupo específico de ciudadanos, además los principales pasos que deben estar siempre presentes dentro de una política pública, son la formulación de la política, el diseño, la implementación y la retroalimentación o evaluación de la política pública, para poder determinar el éxito o el fracaso de la misma. Siendo así la respuesta del Estado y de decisiones y acciones de numerosos actores gubernamentales, es decir que las políticas públicas son el conjunto de iniciativas, decisiones y acciones frente a situaciones socialmente problemáticas, buscando solucionar esas situaciones o al menos llevarlas a niveles manejables.

### 2.3.1. Definición y Caracterización de la Política Social

En un principio, la política social tuvo un carácter asistencial y correctivo de los desajustes creados por la economía. Estas cumplían más un papel caritativo y solidario que una verdadera intención de mejorar las condiciones de vida de los grupos más desprotegidos.

Para definir la política social, primeramente, se tomará en cuenta la definición que proponen algunos autores.

Para Moyado (1996) la política social constituye el conjunto de programas institucionales que desarrollan el Estado y su administración pública para fortalecer el nivel de vida de la población, principalmente en áreas como educación, salud, vivienda, seguridad social y empleo.

La Política Social se usa para referirse a las “acciones estatales que tienen como objetivo reproducir o transformar las condiciones sociales de los miembros de una sociedad en áreas tales como: educación, salud, vivienda y prevención social” (Pérez, 1972:32).

Por lo que la política social aparece como “la decisión del Estado destinada principalmente a atenuar los efectos negativos de los problemas sociales generados por las desigualdades económicas” (Fernandez y Rozas, 1988).

Para Schoeck (1981) la política social conlleva a la consecución de unas metas sociales; entre estas metas sociales se cuentan la elevación del nivel de vida, la garantía de un salario suficiente en caso de enfermedad, de invalidez y vejez, y la redistribución del producto social en favor de los grupos económicamente más débiles.

La política social tiene como sectores de atención prioritarios a niños, niñas, jóvenes, adultos mayores, mujeres, personas en situación de discapacidad, pueblos indígenas, minorías étnicas, comunidades migrantes; así también los sectores sociales caracterizados por situaciones socio-económicas, como población en pobreza, población en situación de pobreza extrema e indigentes.

Entre las áreas en las que se ubica la política social está la educación, salud vivienda, alimentación, seguridad social, asistencia social, empleo y capacitación para el trabajo, ecología y medio ambiente, cultura, recreación y deporte, participación ciudadana, organización social, atención ciudadana, protección civil, servicios de información, transporte y comunicaciones, servicios urbanos.

Entonces la política social se convierte en políticas sociales específicas, en planes generales y programas sociales específicos, abarcando diferentes sectores de la población con diversas características sociales y culturales, es necesario recalcar que las políticas sociales no pueden separarse de la comprensión y la explicación de las políticas públicas, pues ambas forman parte de la respuesta del estado a las necesidades de la sociedad. Una de estas respuestas es el programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente del Sistema Estatal para el Desarrollo Integral de la Familia, que se lleva a cabo en la Escuela Primaria Miguel Hidalgo, en la localidad de San Mateo Huexoyucan en el Municipio de Panotla, este programa es una política pública que se brinda a una población escolar, con un índice de marginación alto, contribuyendo a atender problemas de alimentación.

## 2.4. La Alimentación y la Nutrición

### 2.4.1. Conceptos Básicos

La alimentación es uno de los aspectos que el ser humano debe cubrir en su vida diaria, esta se considera como un proceso biopsicosocial que consiste en satisfacer necesidades biológicas, pues mediante esta obtenemos las sustancias que nuestro cuerpo necesita para poder vivir, ya que los alimentos proporcionan al ser humano la energía necesaria para realizar todas sus actividades; psicológicas, porque el ser humano come guiado por la satisfacción que le da el comer, por lo tanto, los alimentos son seleccionados por las preferencias y las emociones, provocando que elijamos un alimento específico en lugar de otro y sociales debido a que la alimentación ha sido a través de todos los tiempos eje de la vida social por los eventos sociales y culturales (Instituto Nacional de Salud Pública).

La alimentación es el ingreso o aporte de los alimentos en el organismo humano. Es el proceso por el cual tomamos una serie de sustancias contenidas en los alimentos que componen la dieta. Estas sustancias o nutrientes son imprescindibles para completar la nutrición (Fernández, 2003).

Por otro lado, la nutrición es el conjunto de procesos mediante los cuales el organismo utiliza, transforma e incorpora a sus propios tejidos, una serie de sustancias (nutrientes) que han de cumplir tres fines básicos, el de suministrar la energía necesaria para el mantenimiento del organismo y sus funciones; el de proporcionar los materiales necesarios para la formación, renovación y reparación de estructuras corporales y por último el de suministrar las sustancias necesarias para regular el metabolismo (Fernández, 2003).

De acuerdo a la Norma Oficial Mexicana de Servicios Básicos de Salud (2012) se entiende por alimentación correcta a los hábitos alimentarios que, de acuerdo con los conocimientos aceptados en la materia, cumplen con las necesidades específicas en las diferentes etapas de la vida, promoviendo en los niños y las niñas el

crecimiento y desarrollo adecuado, y en los adultos permite conservar o alcanzar el peso esperado para la talla y previene el desarrollo de enfermedades.

De acuerdo al manual de crecimiento y desarrollo del niño (1994), el concepto de crecimiento y desarrollo implica una visión dinámica, evolutiva y prospectiva del ser humano y es una característica diferencial en la asistencia del niño.

Se entiende por crecimiento al aumento progresivo de tamaño corporal, el cual se logra por un proceso inicial de multiplicación celular; y posteriormente, el aumento del tamaño de cada célula determina un incremento progresivo en el tamaño y la masa corporal; así también, existen determinantes genéticos y ambientales que regulan y llegan a modificar el crecimiento.

Así mismo el concepto de desarrollo, de acuerdo a Rogoff (1993), se define como un proceso de cambio que acompaña todo el ciclo vital e implica las transformaciones que comienzan a estructurarse desde el nacimiento y que progresivamente permiten a las personas abordar con mayor eficiencia los problemas de la vida cotidiana. Es por, ello que en todo el ciclo vital aparecen cambios evolutivos que caracterizan períodos particulares, generalmente denominados infancia, adolescencia, adultez y senectud.

## 2.5. Alimentación del escolar

### 2.5.1. Niños y niñas entre 6 y 12 años

Los escolares deben alimentarse correctamente, es decir, comer diariamente de los tres grupos de alimentos: verduras y frutas; cereales y leguminosas y alimentos de origen animal.

En el Manual de la Secretaria de Salud “Cómo mejorar en la escuela la alimentación de niñas, niños, las y los adolescentes” (2007), se clasifica a los alimentos en tres grupos: el primer grupo está compuesto por alimentos como verduras y frutas que son fuente principal de vitaminas y minerales; el segundo grupo lo componen los cereales y tubérculos, estos proporcionan energía para tener fuerza

y poder desarrollar las actividades diarias y proporcionan vitamina B; finalmente el tercer grupo está conformado por leguminosas y alimentos de origen animal, las cuales aportan al cuerpo proteínas necesarias para formar o reponer tejidos, como los de la piel, la sangre, el pelo y los huesos.

Los niños y las niñas en etapa escolar comienzan a desarrollar los primeros pasos hacia a la adquisición de responsabilidades y conformación de gustos personales, dentro de los que destacan el gusto por los alimentos, por lo que es muy importante que en esta edad se les motive a preparar platillos, cooperar en la cocina, poner la mesa, etc. incrementando el interés en su alimentación y en las tareas familiares.

Vega (2015) establece que se deben consumir alimentos de todos los grupos, ya que cada uno aporta nutrientes con funciones diferentes; los carbohidratos, es un grupo que proporciona más de a mitad de la energía que se necesita para moverse y pensar, sin ellos no se tendría fuerzas para hacer nada, se encuentran principalmente en cereales (avena, maíz, trigo y arroz), frutas, zanahoria, papa, camote, frijoles y lentejas, también son carbohidratos alimentos como la tortilla, el pan, el azúcar y la miel; el siguiente grupo son las proteínas, que trabajan como los arquitectos del cuerpo, ya que se encargan de crear nuevas células para construir y reparar los músculos, dentro de este grupo están la carne roja, el pollo, el pescado, el huevo y los productos lácteos como la leche, el queso y el yogur, y aunque en menor cantidad, también están presentes en legumbres y semillas como los cacahuates; el grupo de las grasas ayudan a transportar oxígeno a las células, protegen los órganos, regulan la temperatura del cuerpo, absorben los nutrientes y también nuestro organismo las almacena como reserva de energía, esto quiere decir que si un día se agota la energía proveniente de los carbohidratos, el cuerpo utilizará esa grasa que guardó para dar energía y pueda seguir funcionando.

El grupo de las vitaminas sirve para que el cuerpo pueda procesar los alimentos correctamente y mantenerlo saludable, pues sin ellas no se podría sobrevivir, la vitamina A, cuida la salud de los ojos, la piel y el pelo, se encuentra en la yema de huevo, leche zanahoria, mantequilla, queso, frutas de color amarillo y

naranja, tomate y vegetales; la vitamina B, fortalece los nervios, ayuda a transportar la energía a las células y previene la anemia, se puede encontrar en la leche, yogur, carne de puerco, legumbres, cacahuete, avena, harina, pan, trigo, frutos secos; vitamina C, que fortalece el sistema de defensas para luchar contra las enfermedades y las infecciones, se encuentra en cítricos como la naranja, el limón, la mandarina, la toronja y en otros alimentos como los pimientos rojos y verdes, los espárragos, berros y el perejil; la vitamina D, que es buena para huesos y dientes, ya que hacen el cuerpo absorba el calcio más fácilmente y se encuentra en el salmón, la sardina, e hígado, etc; la vitamina E, que cuida la salud de la piel y se encuentra en vegetales verdes, huevo, trigo, granos integrales, aceite vegetal y nuez; la vitamina K, sin ella la sangre no coagularía y las heridas no dejarían de sangrar, también ayudan a llevar el calcio a los huesos, se encuentra en verduras de hojas verdes, yogur y yema de huevo.

Por último, se encuentra el grupo de los minerales, que al igual que las vitaminas son mega esenciales para el desarrollo. Entre los minerales destacan el calcio, que forma y fortalece los huesos y los dientes, se encuentra en alimentos como leche, yogur, queso y verduras de hojas verdes; el hierro, que previene la anemia, ya que estimula la producción de glóbulos, se encuentra en la carne roja, huevo, pescado, frutos secos y verduras de hojas verdes; el potasio, que cuida la salud de los músculos, está en alimentos como plátano, jitomate, papa, verduras, frijoles y lentejas; el zinc, que ayuda al buen funcionamiento del sistema de defensas y se encuentra en la yema del huevo, el germen de trigo y lenteja; y el Magnesio, que ayuda a la concentración y el relajamiento, este último mineral se encuentra en frutos secos, leche, pescado, carne de cerdo, etc.

Otra actividad primordial es que los niños se alimenten de acuerdo al plato del buen comer, debe ser balanceada e incluir un alimento de cada grupo en las tres comidas, es decir, durante el desayuno, comida y cena, para que los niños cuenten con una alimentación correcta, también se debe incluir dos colaciones al día y consumir los alimentos preparados con higiene (Vega, 2015).

Debido a que en este periodo de vida el acceso a los alimentos que se venden en la calle es mayor, se debe vigilar que los niños consuman alimentos dentro de casa, así como generarles el hábito de desayunar antes de ir a la escuela, pues ello garantiza el primer alimento del día y forja un hábito para toda la vida.

### 2.5.2. Desnutrición

La desnutrición infantil se entiende como “el resultado de la ingesta insuficiente de alimentos (en cantidad y calidad), la falta de una atención adecuada y la aparición de enfermedades infecciosas” (UNICEF, 2011:35).

Por lo que la desnutrición implica tener un peso corporal menor a lo normal para la edad, tener una estatura inferior a la que corresponde a la edad (retraso en el crecimiento), o presentar carencia de vitaminas y/o minerales.

De acuerdo a la UNICEF (2011), otras causas de la desnutrición pueden ser la falta de acceso a los alimentos, la falta de atención sanitaria, la utilización de sistemas de agua y saneamiento insalubres, y las prácticas deficientes de cuidado y alimentación; en el origen de todo ello se encuentran las causas básicas que incluyen factores sociales, económicos y políticos como la pobreza, la desigualdad.

La desnutrición se manifiesta en los niños de diversas formas, por lo que se clasifican en cuatro tipos de desnutrición: desnutrición crónica, desnutrición aguda moderada, desnutrición grave o severa y carencia de vitaminas y minerales (UNICEF, 2011).

El primer tipo de desnutrición se presenta como un retraso en su crecimiento, el cual se mide comparando la talla del niño con el estándar recomendado para su edad; la desnutrición aguda moderada pesa menos de lo que le corresponde con relación a su altura; en la desnutrición aguda grave o severa, el niño tiene un peso muy por debajo del estándar de referencia para su altura; por último, la desnutrición por la carencia de vitaminas y minerales se puede manifestar de diferentes maneras, como la fatiga, la reducción de la capacidad de aprendizaje o de inmunidad son sólo algunas de ellas.

Los efectos de la desnutrición pueden impedir en los niños el desarrollo conductual y cognitivo, el rendimiento escolar, ya que no responden de igual manera al proceso de enseñanza-aprendizaje que los niños nutridos en el mismo medio.

### 2.5.3. Obesidad

La UNICEF (2017) establece que los problemas de nutrición, también lo conforma la obesidad infantil, ya que ha ido creciendo de forma alarmante en los últimos años, pues actualmente en México se ocupa el primer lugar a nivel mundial en obesidad infantil, y el segundo en obesidad en adultos, precedido sólo por los Estados Unidos. Problema que está presente en la infancia, la adolescencia, y en la población en edad preescolar. OMS (2016) define el sobrepeso y la obesidad como:

*Una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud, es sobrepeso cuando cuenta con un índice de masa corporal igual o superior a 25, y obesidad cuando cuenta con un índice de masa corporal igual o superior a 30 (OMS, 2016).*

Para los escolares, la prevalencia combinada de sobrepeso y obesidad ascendió un promedio del 26% para ambos sexos, lo cual representa más de 4.1 millones de escolares conviviendo con este problema, la principal causa a la que se apunta son los malos hábitos en la alimentación, que acaban desembocando en una prevalencia del sobrepeso de un 70% en la edad adulta (UNICEF, 2017)

A largo plazo, la obesidad favorece la aparición de enfermedades tales como diabetes, infartos, altos niveles de colesterol o insuficiencia renal, entre otros.

Datos de la OMS (2017), mencionan que la diabetes es el mayor problema al que se enfrenta el sistema nacional de salud, ya que es la principal causa de muerte en adultos, la primera causa de demanda de atención médica y la enfermedad que consume el mayor porcentaje de gastos en las instituciones públicas.

La experiencia demuestra que una correcta alimentación previene los problemas de sobrepeso y obesidad.

#### 2.5.4. Hábitos Alimenticios

Cuando se combina la educación nutricional y la alimentación escolar puede mejorar directamente la salud y la nutrición de los estudiantes, al tiempo que les ayuda a desarrollar buenos hábitos alimenticios. La UNICEF (2002) define hábito, como un mecanismo estable que crea destrezas o habilidades, es flexible y puede ser utilizado en varias situaciones de la vida diaria. El proceso de formación de hábitos en los niños y las niñas, se basan en la construcción de rutinas.

En la formación de hábitos alimentarios y de estilos de vida saludables (2002:336) establece que los hábitos conforman las costumbres, actitudes, formas de comportamiento que asumen las personas ante situaciones concretas de la vida diaria, las cuales conllevan a formar y consolidar pautas de conducta y aprendizajes que se mantienen en el tiempo y repercuten (favorable o desfavorablemente) en el estado de salud, nutrición y el bienestar.

El proceso de formación de hábitos en los niños y las niñas, se basa en la construcción de rutinas por lo que es importante que los adultos tengan en cuenta definir cuáles son los hábitos que serán objeto del proceso de enseñanza-aprendizaje: cómo, cuándo y dónde practicarlos, así como estructurar los pasos o secuencias a seguir para su adecuada implementación y práctica constante en la vida diaria y dar a conocer la importancia y las ventajas de su práctica oportuna y constante, por parte de los(as) niños(as) y la familia.

Es por ello que lo que comen a diario los padres y adultos forma parte de las preferencias o hábitos que el niño y la niña aprenderán gradualmente por imitación.

Una influencia más de la que depende el consumo de los alimentos es el lugar en donde vive la familia, el clima, la vegetación, las costumbres, así como el lugar en el que los niños pasan mayor parte de su tiempo, como la escuela, debido a que socializa con otros niños con distintos estilos de vida.

De acuerdo al glosario de promoción de la salud (OMS, 1999), define estilo de vida de una persona como:

*Aquel compuesto por sus reacciones habituales y por las pautas de conducta que han desarrollado durante sus procesos de socialización; estas pautas se aprenden en la relación con los padres, compañeros, amigos y hermanos, o por la influencia de la escuela, medios de comunicación, dichas pautas de comportamiento son interpretadas y puestas a prueba continuamente en las diversas situaciones sociales y, por tanto, no son fijas, sino que están sujetas a modificaciones (OMS, 1999).*

Podemos concluir entonces que la formación de hábitos alimentarios y los estilos de vida son un proceso interactivo, que aparte del consumo de alimentos, también involucra otros aspectos de salud. Pues como ya se mencionó anteriormente, los estilos de vida de una persona se determinan por características individuales, características del entorno micro social en que se desenvuelve el individuo, factores macro sociales y el medio físico geográfico que influye en las condiciones de vida.

## **CAPÍTULO III. DISEÑO DE LA METODOLOGÍA Y EVALUACIÓN**

## CAPÍTULO CUATRO. DISEÑO DE LA METODOLOGÍA Y EVALUACIÓN

### 3.1. Metodología

La metodología expresa el conjunto de actividades que se deben realizar para llevar a cabo el proyecto, siendo estas las acciones y procedimientos necesarios, pues como señala Espinoza (1986:89), el método es el camino que se elige para la obtención de un fin.

Esta proporciona las herramientas, las técnicas y, en suma, los métodos mediante los cuales intentamos transformar la realidad con el fin de mejorarla.

La metodología debe garantizar que sea participativo y científico; participativo porque esto indica el éxito en el proyecto, y científico porque es un proceso complejo que exige tomar en cuenta las diferentes actividades que se van a llevar a cabo en el proyecto, así como especificar las técnicas e instrumentos, la población con la que se va a trabajar, ya que esto también facilitará el proceso de evaluación del proyecto.

Por lo que la metodología que guiará el proyecto de intervención es la animación sociocultural, la cual representa una de las metodologías de trabajo grupal más recientes e innovadoras, que propone una forma de trabajo con grupos que se enmarca dentro de un contexto.

La animación sociocultural como movimiento tiene sus orígenes en Europa en los años 70, donde comienza a implementarse en los países más desarrollados y urbanizados (particularmente en Francia). Su función como forma de intervención social se vincula a la promoción y desarrollo de los segmentos más necesitados de la sociedad.

La animación sociocultural es una forma de intervención social que reconoce su carácter inminentemente político: busca la promoción de sectores sociales estimulando la participación popular. Para la animación sociocultural el desarrollo social e individual no pueden concebirse separadamente, ambas se relacionan con un contexto mayor, en donde los individuos deben ser conscientes y capaces de generar mejoras en su calidad de vida; todo esto se impulsa desde el grupo (Prado, 1991).

La animación sociocultural “reconoce y asume la importancia de los grupos en el entramado social, por ello, su foco de estudio y de intervención no serán los individuos aislados, sino distintas formas de agrupaciones” (Prado, 1991: 51).

Los principios e ideales que guían la animación sociocultural, y los cuales permiten comprender mejor sus líneas de acción, pueden sintetizarse en que: la sociedad debe transformarse ante las formas de opresión e injusticias existentes, deben oponerse principios activos de liberación; tal cambio debe partir de la toma de conciencia por parte de los individuos, los que como actores sociales organizados en colectivos, construyen una visión alternativa para poder llegar a otra realidad; de aquí se seguirá naturalmente una acción transformadora; se debe garantizar el pluralismo y la libertad de expresión procurando el acceso a la cultura y la participación en actividades a todos los sectores de la población; así mismo la cultura debe ser participativa, vivida, no impuesta, por lo que se promueve el progreso de la comunidad por medio de la integración y participación voluntaria de los individuos, desde tareas colectivas, en donde la cultura juega un papel relativamente estimulante.

De esta forma el principio que guía a la animación sociocultural es el logro del cambio de las estructuras sociales que mantienen y reproducen la desigualdad social; la propuesta es cambiar esta situación por medio de la acción colectiva de individuos organizados, conscientes y participantes activos en la construcción de la realidad en la que viven.

Para Ezequiel Ander-Egg (2000), la animación sociocultural, es un conjunto definido de métodos y técnicas específicas, debe comprenderse como una tecnología social. Esta tecnología consiste en “uso y aplicación del conocimiento científico, articulado con técnicas y prácticas, que tiene por objetivo la transformación de la realidad social, buscando resultados específicos y metas preestablecidas” (Ander-Egg, 2000: 97).

Por lo anterior establecido, la animación sociocultural propiciará en este proyecto la participación de la comunidad para ayudar a transformar su propia realidad a través de métodos y técnicas específicas.

### 3.2. Diseño de Estrategias y Actividades de Intervención

Las estrategias que se presentan dentro de un proyecto educativo son de suma importancia para favorecer los objetivos propuestos, es un proceso de acción donde las actividades deben estar centradas en las necesidades o problemas que se encuentran en el diagnóstico.

Para la aplicación del presente proyecto se proponen algunas estrategias con la intención de ayudar a transformar la problemática encontrada en el desayunoador Arco Iris de la primaria Miguel Hidalgo, permitiendo concientizar sobre hábitos saludables que incluyen una correcta alimentación y nutrición que debe tener la comunidad escolar directa e indirecta a través de la participación, compromiso y acciones que permitan mejorar su calidad de vida.

#### 3.2.1. Estrategia 1. Catálogo de Contenidos de Alimentación para el Instructor

##### OBJETIVO

Generar un catálogo de consulta sobre contenidos educativos de alimentación y nutrición el cual contenga temas y conceptos que requieran ser abordados para facilitar el trabajo con los distintos grupos (niños, padres de familia, maestros y personal del desayunoador).

##### PROPÓSITO

Que niños, padres de familia, maestros y personal del desayunoador logren identificar la importancia de una buena alimentación en niños de 6 a 12 años.

##### JUSTIFICACIÓN

La alimentación es uno de los factores fundamentales para el desarrollo físico y mental de los niños en edad preescolar y escolar, asegurando así un óptimo crecimiento y desarrollo (DIF, 2004:3).

Los escolares deben alimentarse correctamente, es decir comer diariamente de los tres grupos de alimentos, tomando en cuenta porciones de acuerdo a su edad.

Por ello nos centramos en la alimentación de niños de 6 a 12 años, por lo que el Catálogo de Contenidos de Alimentación para el Instructor tiene como propósito unificar y simplificar temas y conceptos de los aspectos más importantes que deben ser abordados.

## RECURSOS

Recursos Humanos:

Creadores: tendrán la función de buscar, recopilar, analizar, seleccionar y estructurar la diversidad de información sobre el tema para ir generando el catálogo de contenidos educativos.

Recursos Materiales:

Materiales de investigación (libros, revistas, impresiones, materiales digitales y materiales diversos).

Computadora, impresora, tinta.

Recursos Financieros:

RECURSOS	CANTIDAD	PRECIO APROXIMADO
Hojas	15 hojas	\$30. 00
Gastos de impresión	15 hojas	\$20.00
Gastos de traslados	Por persona	\$200.00
Gastos de investigación	2 semanas	\$200.00
Total		<i>\$450.00</i>

## Actividades para el Desarrollo de la Estrategia

### Actividad 1.- Investigación

Para llevar a cabo esta estrategia, se inició por recopilar, analizar, seleccionar y descartar diferentes tipos de información acerca del tema, a través de fuentes digitales e impresas con el fin de tener información confiable y que sirva para formar el catálogo que será de apoyo para el instructor.

### Actividad 2.- Concentrado de Definiciones y Actividades

Se organizó un concentrado en el que se establecieron diversos temas y conceptos sobre la alimentación, nutrición e higiene en niños de 6 a 12 años, así como temas del programa desayunos escolares en su modalidad caliente con el fin de facilitar el trabajo con los distintos grupos.

Catálogo de Contenidos de Alimentación para el Instructor	
Temas:	Subtemas:
Alimentación	<ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Qué es alimentación?</li><li>• ¿Qué es nutrición?</li></ul>
Alimentación Sana	<ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Qué es una alimentación sana?</li><li>• Características de la dieta recomendable (equilibrada, suficiente, inocua, completa, adecuada y variada).</li></ul>
Plato del Bien Comer	<ul style="list-style-type: none"><li>• Características de grupos alimenticios.</li></ul>
Jarra del Buen Beber	<ul style="list-style-type: none"><li>• Clasificación de la jarra del buen beber.</li></ul>

Problemas Alimenticios	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desnutrición en niños.</li> <li>• Obesidad en niños.</li> </ul>
Programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué es DIF?</li> <li>• Organización del Sistema Estatal de Desarrollo Integral para la Familia.</li> <li>• Programas de Asistencia Social brindados por DIF.</li> <li>• Programas de Asistencia Social Alimentaria del Estado de Tlaxcala.</li> <li>• Programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente.</li> </ul>
Higiene	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Higiene personal.</li> <li>• Higiene de alimentos.</li> </ul>

Con los temas y conceptos anteriores, se busca formar actividades para concientizar sobre hábitos saludables que incluyen una correcta alimentación y nutrición que debe tener la comunidad escolar.

### 3.2.2. Estrategia 2. Taller “En Busca de una Alimentación Saludable” (Anexo1)

#### OBJETIVO

Llevar a cabo un taller participativo con los distintos grupos (niños, padres de familia, maestros y personal del desayunador), que permita concientizar sus hábitos alimenticios y dar a conocer la intención y ejecución que tiene el programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente.

## PROPÓSITO

Generar actividades para que la población concientice, reeduce y reaprenda sus hábitos alimenticios mediante la participación y colaboración.

## JUSTIFICACIÓN

Para generar una transformación dentro de una estructura social, se debe comenzar por la toma de conciencia de los actores sociales quienes en colectivo construyen una percepción distinta de la realidad.

El taller se apoya en el principio de aprender una cosa viéndola y haciéndola es algo mucho más formador, cultivador y vigorizante que aprender simplemente por comunicación verbal de ideas (Froebel, 1826; citado en Ander-Egg et al., 2003).

Es por ello que un taller pedagógico de acuerdo a Ander-Egg (2003) es una forma de enseñar y sobre todo de aprender mediante la realización de algo que se lleva a cabo conjuntamente, es un aprender haciendo un grupo, así que el taller como estrategia encamina las acciones que permitirán lograr una transformación.

Así mismo, Ander-Egg (2003) señala que para que exista una transformación:

*Debe partir de la toma de conciencia por parte de los individuos, los que como actores sociales organizados en colectivos, construyen una visión alternativa para poder llegar a otra realidad; de aquí se seguirá naturalmente una acción transformadora; se debe garantizar el pluralismo y la libertad de expresión procurando el acceso a la cultura y la participación en actividades a todos los sectores de la población; así mismo, la cultura debe ser participativa, vivida, no impuesta, por lo que se promueve el progreso de la comunidad por medio de la integración y participación voluntaria de los individuos, desde tareas colectivas, en donde la cultura juega un papel relativamente estimulante*  
Ander-Egg (2003).

Es así que Ander-Egg (2003) establece que en el taller todos tienen que aportar para resolver problemas concretos y para llevar a cabo determinadas tareas, por lo que es necesario reeducarnos en el aprendizaje para la participación activa desarrollando conductas, actitudes y comportamientos participativos. Por lo tanto, los talleres están estructurados con el fin de que la población directa e indirecta de la escuela Primaria Miguel Hidalgo participen para reeducar y reaprender hábitos alimenticios que los guíe a una sana alimentación.

## RECURSOS

Recursos Humanos:

Interventores y Nutriólogo: Tendrán la responsabilidad de llevar a cabo cada una de las actividades planeadas de los talleres.

Recursos Materiales:

Materiales de investigación (libros, revistas, impresiones, materiales digitales y materiales diversos).

Computadora, impresora, tinta, aula, cañón, hojas, lapiceros y materiales de papelería.

Recursos Financieros:

RECURSOS	CANTIDAD	PRECIO APROXIMADO
Gastos de traslados	De acuerdo al número de participantes	\$200.00 / persona
Gastos de Papelería		\$250.00
Total		\$450.00

### 3.2.3. Estrategia 3. Ambiente de Aprendizaje (Anexo 2)

#### OBJETIVO

Diseñar un ambiente de aprendizaje en el desayunador Arco Iris, para generar un espacio que permita adquirir aprendizajes, hábitos y actitudes dirigidas a crear una sana alimentación.

#### PROPÓSITO

Fomentar la participación de los alumnos en la creación del ambiente de aprendizaje del desayunador para que se apropien del espacio y les sea agradable su estadía dentro de este.

#### JUSTIFICACIÓN

El comedor escolar representa un espacio donde se puede llevar a cabo la educación orientada hacia la alimentación. Aranceta et al., (2004) asegura, que en el comedor escolar los niños adquieren hábitos alimenticio saludables.

Según Daniel Raichvarg (1994), la palabra ambiente fue introducida por los geógrafos que consideraban que la palabra medio era insuficiente para dar cuenta de la acción de los seres humanos sobre su espacio vital.

El ambiente se deriva de la interacción del hombre con el entorno natural que lo rodea. Se trata de una concepción activa que involucra al ser humano y por tanto sus acciones pedagógicas en las que, quienes aprenden, están en condiciones de reflexionar sobre su propia acción y sobre las de otros, en relación con el ambiente.

Un ambiente educativo remite al escenario donde existen y se desarrollan condiciones favorables de aprendizaje, un espacio y un tiempo en movimiento, donde los participantes desarrollan capacidades, competencias, habilidades y valores.

Las disposiciones ambientales pueden además promover la independencia y la orientación propia, estimular el empleo de destrezas prolongar o acortarle periodo de atención. Con o sin el conocimiento del profesor, el ambiente envía mensajes y los que aprenden responden. La influencia del entorno es continua y penetrante,

sean cuales fueren el estilo del programa o las expectativas de conducto del enseñante.

Por lo tanto, con la participación de los escolares se diseñará un ambiente de aprendizaje en el desayunador Arco Iris que permita a los alumnos desarrollar su imaginación y creatividad, plasmando sus ideas y gustos en cuanto a colores, texturas, imágenes, etc. y al mismo tiempo sean ellos quienes establezcan las reglas del desayunador, pues este espacio les brindará la oportunidad de adquirir aprendizajes, hábitos y actitudes de una sana alimentación.

Para que esto se lleve a cabo de una manera satisfactoria, es necesario adecuar entre sí los diferentes elementos que lo integran: menú, servicio, cocina y comedor, todo ello en torno a las necesidades de los alumnos en el contexto de una propuesta educativa global. Ya que el comedor escolar desempeña una importante función alimentaria en cuanto a la suministración de los alimentos y a la composición de los menús brindados, una función nutricional que permite cubrir las necesidades nutricionales de los alumnos, una función educativa, ayudando a la construcción de hábitos alimentarios que favorezcan el desarrollo y la promoción de la salud.

## RECURSOS

Recursos Humanos:

Interventores: Tendrán la responsabilidad guiar y supervisar a los alumnos en las actividades.

Alumnos: Llevarán a cabo las actividades para la adecuación del ambiente de aprendizaje.

Recursos Materiales:

Papelería, pintura y materiales de limpieza.

Recursos Financieros:

RECURSOS	CANTIDAD	PRECIO APROXIMADO
Gastos de Traslados	De acuerdo al	

	número de participantes	\$200.00
Gastos de Papelería y Pintura		\$200.00
Materiales de Limpieza		\$100.00
Total		\$500.00

### 3. 2. 4. Estrategia 4. Díptico para la Población Beneficiaria Respecto al Programa (Anexo3)

#### OBJETIVO

Diseñar y proporcionar una guía (díptico) a padres de familia respecto al programa con el fin de que conozcan en qué consiste el programa, y comprendan la ejecución de este.

#### PROPÓSITO

Facilitar información del programa Desayunos Calientes a los padres de familia a través de una forma atractiva dando a conocer lo más relevante y su objetivo.

#### JUSTIFICACIÓN

Los folletos son un medio de promoción excelente ya que brindan información clave sobre una compañía, la representan desde sus componentes gráficos y se establece una relación directa entre la institución y el público. Sea cual sea el tipo de folleto elegido, debe tratarse de una pieza de gran atractivo visual, con capacidad comunicativa, por lo tanto el tipo de folleto que se eligió para dar a conocer a la población beneficiaria las características más importantes del programa Desayunos Calientes fue un díptico, este es un folleto de cuatro caras, dos interiores y dos exteriores, producto del plegado de una hoja en dos.

Para Maldonado (2015), los dípticos son folletos que pueden cumplir distintos objetivos, pues se utilizan en ellos los principios corporativos, los productos, servicios y la información de contacto. Es así que el díptico servirá como guía informativa que se proporcionará a padres de familia el cual brindará información del objetivo, la integración del programa, sus lineamientos y la ejecución del mismo.

## RECURSOS

Recursos Humanos:

Interventores: Tendrán la responsabilidad de diseñar y clasificar la información que contendrá el díptico.

Publicista: Elaboración del díptico.

Recursos Materiales:

Impresiones de díptico

Recursos Financieros:

RECURSOS	CANTIDAD	PRECIO APROXIMADO
Gastos de Traslados	De acuerdo al número de participantes	\$200.00
Gasto de Díptico		\$350.00
Total		\$550.00

Para concluir este apartado, es importante puntualizar que la metodología de esta propuesta de intervención, especifica las diversas estrategias y actividades que se llevarán a cabo para alcanzar el objetivo del proyecto, estas actividades se planificaron tomando en cuenta las posibilidades, recursos y la realidad de los alumnos, padres de familia y la escuela que se beneficia del programa, así mismo la elección de actividades y estrategias planteadas anteriormente siguen una secuencia

cronológica de realización. Además, se dio preferencia a aquellas estrategias que facilitan, promueven o posibilitan la participación de la gente en el desarrollo del proyecto.

#### 4.2.5. Plan de Evaluación

En este apartado se establece la función de la evaluación en el proyecto de intervención, por lo que se presentan conceptos de evaluación, agentes evaluadores, y tipos de evaluación de acuerdo a su extensión.

El concepto de Evaluación se ha ido transformado y así mismo este ha incorporado elementos nuevos a su definición, pues han profundizado sobre este término de acuerdo a su aplicación en diferentes ámbitos.

Para la Real academia de la lengua española (2017) el término de evaluación es, calcular el valor de alguna cosa o su importancia tomando en cuenta varios elementos o juicios. Ralph Tyler y otros autores hablaban de la evaluación como el procedimiento utilizado para medir la eficacia de un método y los resultados de una actividad, o sea, cuando se reducía a comparar objetivos y resultados (Ralph Tyler citado en Hugo, 2001).

Para Cerda (2001), el significado de evaluación se ha ampliado, y en general:

*La evaluación se ha transformado en un auténtico juicio de valor y en un enjuiciamiento sistemático del mérito de un objeto o de un fenómeno determinado, la evaluación dejó de ser sólo una forma de medir resultados con relación a unos objetivos previamente establecidos y se convirtió, además, en un diagnóstico previo de las necesidades o preprogramación, en una valoración de la programación propiamente dicha, centrada en los objetivos y en una evaluación del proceso y los resultados (Cerda, 2001).*

Para Lafourcade (1980), la evaluación es una parte del proceso de enseñanza-aprendizaje cuya finalidad es comprobar, de modo sistemático, en qué medida se han logrado los resultados previstos en los objetivos prefijados.

Desde este punto de vista, Lafourcade (1980), distingue evaluación de proceso y evaluación de producto:

La evaluación de proceso implica la interpretación de las medidas alcanzadas por los estudiantes en relación con los objetivos, en sucesivas etapas o cortes del proceso de enseñanza-aprendizaje y apunta a la constante reelaboración de las estrategias docentes para el mejoramiento de la conducción de dicho proceso.

La evaluación de producto se refiere a los resultados obtenidos por los alumnos como consecuencia del proceso de enseñanza-aprendizaje y tiene una doble finalidad: por un lado, comprobar si se han logrado los objetivos formulados y por otro, posibilitar la promoción de los alumnos.

Este proyecto implica distintos tipos y momentos de evaluación, pues dentro de esta se desglosan de acuerdo a su finalidad y función:

Función formativa, está se utiliza preferentemente como estrategia de mejora y para ajustar sobre la marcha, los procesos educativos de cara a conseguir las metas u objetivos previstos. Es la más apropiada para la evaluación de procesos, aunque también es formativa la evaluación de productos educativos, siempre que sus resultados se empleen para la mejor de los mismos. Suele identificarse con la evaluación continua.

Mientras que la función sumativa suele aplicarse más en la evaluación de productos, es decir, de procesos terminados, con realizaciones precisas y valorables. Con la evaluación no se pretende modificar, ajustar o mejorar el objeto de la que se desea hacer del mismo posteriormente.

En cuanto al momento de aplicación de la evaluación existen tres momentos: Evaluación inicial, esta se realiza al comienzo del curso académico, de la implantación de un programa educativo, del funcionamiento de una institución escolar, etc. Consiste en la recogida de datos en la situación de partida. Es imprescindible para iniciar cualquier cambio educativo, para decidir los objetivos que se pueden y deben conseguir y también para valorar si al final de un proceso, los resultados son satisfactorios o insatisfactorios.

Se debe agregar que en este proyecto la evaluación inicial se llevó a cabo durante el diagnóstico realizado en la escuela Primaria Miguel Hidalgo el cual permitió hallar la situación en la que se encontraban las personas e identificar los conocimientos que tenían sobre la alimentación, esto a través del uso de instrumentos como el guión de observación (anexo 4) aplicado en el desayunador, el guión de entrevistas (anexos 5 y 6) los cuales fueron aplicados a la directora de la institución y a la encargada del desayunador, por último se aplicaron cuestionarios (anexo 7 y 8 ) a padres y alumnos de la institución.

El siguiente momento es el de evaluación procesual, la cual consiste en la valoración a través de la recogida continua y sistemática de datos, del funcionamiento de un centro, de un programa educativo, del proceso de aprendizaje de un alumno, de la eficacia de un profesor, etc., a lo largo del periodo de tiempo fijado para la consecución de unas metas u objetivos. La evaluación procesual es de gran importancia dentro de una concepción formativa de la evaluación, porque permite tomar decisiones de mejora sobre la marcha.

Por lo que proponemos que la evaluación procesual se lleve a cabo de la siguiente manera: esta se podrá realizar durante y al término del taller con el uso de los instrumentos diseñados (Anexos 10, 11 y 12) que serán aplicados a padres, alumnos y encargadas del desayunador.

Por último, se encuentra la evaluación final que consiste en la recogida y valoración de unos datos al finalizar un periodo de tiempo previsto para la realización de un aprendizaje, un programa, un trabajo, un curso escolar, etc., o para la consecución de unos objetivos.

Mientras que la evaluación final se podrá realizar al término de la intervención y constará en obtener información respecto al dominio de aspectos alimenticios (Anexo15) la cual deberá ser aplicada a padres y alumnos.

Por otra parte, se llevará a cabo una evaluación final al ambiente de aprendizaje (anexo 14) y al catálogo de contenidos para el instructor (Anexo10).

Así mismo la evaluación puede ser externa, está se da cuando agentes no integrantes de un centro escolar o de un programa evalúan su funcionamiento. En este caso los responsables del taller son quienes pueden llevar a cabo la función de evaluadores.

Tomando en cuenta todo lo anterior, la evaluación del proyecto busca valorar y conocer en qué medida se han logrado los resultados previstos en los objetivos, a través de una evaluación formativa, pues enriquecerá el proceso y los resultados del proyecto.

## CONCLUSIONES

La elaboración de una propuesta de intervención surge ante la presencia de una realidad que se busca transformar, es por ello que nuestro proyecto de intervención es una posible propuesta de acción para transformar la realidad que emerge a partir de la problemática detectada a través del diagnóstico realizado en la Escuela Primaria Miguel Hidalgo en San Mateo Huexoyucan municipio de Panotla.

La intervención educativa se inserta en la práctica, como un conjunto de estrategias que pretende incidir en un momento o sobre un objeto determinado con miras a mejorar o transformar, para lograr una intencionalidad educativa que se ha visto entorpecida o frenada bajo alguna circunstancia singular.

De esta manera la intervención cobra sentido en la medida que busca la conciencia y el sentido en la significación de las acciones.

Es importante ratificar que la alimentación ocupa un lugar prioritario entre las necesidades del ser humano, pues cada etapa de la vida influye de manera determinante en la salud del ser humano y en su capacidad de rendimiento, pues como todo ser sabe, el individuo necesita de nutrientes y energía para hacer funcionar su organismo, esto se hace posible mediante la alimentación.

Por lo que la alimentación debe permitir que los niños obtengan los nutrientes necesarios para su óptimo crecimiento y desarrollo, así como cubrir sus necesidades de energía debido a la intensa actividad física.

Es por ello que nuestra intervención hace partícipe a la población para su propia transformación y aprendizajes sobre alimentación, pues como objetivo de intervención se plantea reeducar y reaprender los hábitos alimenticios mediante la participación y colaboración de la población.

Pues no olvidemos que la intervención deriva en la innovación si es capaz de lograr la apropiación y participación crítica y activa de los actores internos, si establece una relación Sujeto-Sujeto capaz de hacer que lo actores internos se hagan cargo de su propio proceso de cambio.

Es así que la intervención tiene una finalidad de mejora, de encontrar soluciones a problemas, promover innovaciones, optimizar o perfeccionar situaciones siendo este el propósito del proyecto de intervención.

Se debe agregar que un proyecto de intervención consiste en un conjunto de acciones sistemáticas, planificadas, basadas en necesidades identificadas y orientadas a una meta, como respuesta a esas necesidades con una teoría que lo sustente (Rodríguez,1990).

De acuerdo a esta definición dentro de las características de un proyecto de intervención se encuentra que, comporta una serie de actividades de duración determinada, así mismo combina la utilización de recursos humanos, técnicos, financieros y materiales y por último tiene que alcanzar productos y resultados, de acuerdo con los objetivos previstos en su diseño y conceptualización.

Con esta lógica se propone esta alternativa de intervención basada en estrategias determinadas esperando generar aprendizajes significativos en la población, tomando en cuenta la participación de especialistas en nutrición que aporten sus conocimientos y guíen la transformación de hábitos alimenticios en la comunidad.

Cabe señalar que la intervención no solo se dará por parte de la población, pues es importante mencionar que la propuesta de intervención busca también incluir en el desayunador un ambiente de aprendizaje siendo este un espacio escolar que contribuya en gran medida a concretar procesos de enseñanza y aprendizaje ya que este puede facilitar posibilidades al acto educativo y a la mejorar de su comportamiento en el desayunador escolar.

A través de la intervención buscamos compartir actividades y experiencias en el aula y en casa, orientando a directivos, responsables del comedor, padres y madres de familia a establecer compromisos para llegar a un mismo objetivo, es decir, que los hábitos alimenticios que reaprendan en los talleres sea una continuidad de lo que se realiza en casa.

Así mismo al formular las estrategias de intervención tomamos en cuenta los conocimientos acerca de la alimentación que llevaba a cabo la población, se respeta y busca orientar a los padres para que sean ellos los principales educadores desde el hogar para el beneficio de los niños y sean estas las pautas y bases para tener ciudadanos sanos y responsables de su alimentación.

Cabe mencionar que esta propuesta de intervención plantea lograr beneficios a lo largo de la vida, pues reeducar y reaprender los hábitos alimenticios mediante su participación y colaboración les brindarán aprendizajes significativos, salud y bienestar, generando habilidades que propicien la importancia de tener una alimentación correcta en cada etapa de su vida.

Finalmente, queremos señalar que esta propuesta de intervención no se llevó a cabo debido al cambio de administración en el Sistema Estatal DIF y en el Sistema Municipal DIF de Panotla, lo que impidió llegar a un acuerdo con las autoridades correspondientes ya que serían removidos de sus cargos.

Por otra parte, con la elaboración del diagnóstico y nuestra propuesta de intervención identificamos un campo más en el que un interventor educativo puede laborar en el ámbito social, educativo y de salud.

## BIBLIOGRAFÍA.

Ander-Egg, E. (2000) Metodología y práctica de la animación sociocultural. Editorial CCS.

Ander-Egg, E. (2003) El taller una alternativa de renovación pedagógica. Buenos Aires Argentina, Editorial Magisterio del rio de la plata.

Aranceta Bartrina, J.et al. (2004) “Hábitos alimentarios de los alumnos usuarios de comedores escolares en España. Estudio Dime Cómo Comes”. *ScienceDirect* . [En línea]. disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656704793737> [Accesado el día 22 de septiembre del 20018].

Banco Interamericano de Desarrollo. (2006) “La Política de las Políticas Públicas” [En línea]. disponible en [http://WWW.diputados.Gob.mx/LeyesBiblio/pdf/270\\_191214.pdf](http://WWW.diputados.Gob.mx/LeyesBiblio/pdf/270_191214.pdf) [Accesado el 25 de Abril de 2017].

Cabrera, L. (2011) “La intervención educativa y social: Elaboración de proyectos” en *Revista SCRIBD* [En línea]. Disponible en <https://es.scribd.com/doc/52072729/001-Lidia-Cabrera>.

Carballeda, A. (2002) *La intervención en lo social. Exclusión e integración en los nuevos escenarios sociales*. Buenos Aires, Editorial Paidós.

Cerda, H., (2001) *Como elaborar proyectos*. Editorial Magisterio. Bogotá.

Diario Oficial de la Federación (2012) “Norma Oficial Mexicana 2012, Servicios Básicos de Salud. Promoción y Educación para la Salud en Materia Alimentaria”. [En línea]. disponible en [http://dof.gob.mx/nota\\_detalle\\_popup.php?codigo=5285372](http://dof.gob.mx/nota_detalle_popup.php?codigo=5285372) [Accesado el 28 de Septiembre de 2016].

Diario Oficial de la Federación (2014) “Ley de Asistencia Social, Última Reforma 2014”. [En línea]. disponible en [http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/270\\_191214.pdf](http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/270_191214.pdf) [Accesado el 28 de Septiembre de 2016].

Encuesta Nacional de Salud en Escolares (2008). “Problemas de Salud y Nutrición entre los Escolares” [En línea], disponible en <https://www.insp.mx/produccion-editorial/publicaciones-antecedentes-2010/1448-encuesta-nacional-de-salud-en-escolares-2008.html> [Accesado el 2 de Abril de 2017].

Fantova, F. (2005) *Manual para la gestión de la intervención social. Políticas, organizaciones, y sistemas para la acción*. Madrid, Editorial CCS.

Fernández, A. y M. Rozas (1988) *Políticas sociales y trabajo Social*. Buenos Aires, Editorial Humanitas.

Fernández, M. y T. García (2003) *Nutrición y Dietética*. Edición León.

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia., (2005). “Vigía de los derechos de la niñez mexicana: La edad escolar” En Línea]. disponible en: [https://www.unicef.org/mexico/spanish/mx\\_resources\\_vigia\\_II.pdf](https://www.unicef.org/mexico/spanish/mx_resources_vigia_II.pdf) [Accesado el día 5 de Mayo de 2017].

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2017) “Salud y nutrición”. [En Línea]. <https://www.unicef.org/mexico/spanish/17047.htm> [Accesado 30 de Mayo].

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia., (2002) “Formación de hábitos alimentarios y de estilos de vida saludables”. [En línea]. disponible en <https://www.unicef.org/venezuela/spanish/educinic9.pdf> [Accesado el día 5 de Mayo de 2017].

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2011) “La Desnutrición Infantil: Causas, consecuencias y estrategias para su prevención y tratamiento”. [En línea]. disponible en <https://old.unicef.es/sites/www.unicef.es/files/Dossierdesnutricion.pdf> [Accesado el día 22 de Mayo de 2017].

Lafourcade, P. (1980) “Evaluación de los aprendizajes” [En línea]. Disponible en: <http://www.bnm.me.gov.ar/giga1/documentos/EL003777.pdf> [Accesado el día 25 de septiembre del 2018].

Maldonado, O. (2015) "El Folleto como medio de comunicación impreso" en *Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo Sistemas de Universidad Virtual*. [En línea]. disponible en: [http://cvonline.uaeh.edu.mx/Cursos/BV/S0401/Unidad%206/lec\\_66\\_Elfolleto.pdf](http://cvonline.uaeh.edu.mx/Cursos/BV/S0401/Unidad%206/lec_66_Elfolleto.pdf) [Accesado el día 26 de septiembre del 20018].

Miller, T. (2007) "Ciencia Ambiental: Desarrollo sostenible, un Enfoque Integral". Edición 8, Editorial Thomson.

Moyado, F. (1996) "La política social en México: un enfoque descentralizador con fines de adaptación". *Revistas UNAM*. [En línea]. disponible en <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/download/37108/33697> [Accesado el día 24 de Mayo de 2017].

Nirenberg, O. Brawerman, J, y V. Ruiz (2007) *Evaluar para la transformación. Innovaciones en la evaluación de programas y proyectos sociales*. Buenos Aires.

Organización Mundial de la salud. (1999) "Estilo de vida" en Promoción de la Salud; Glosario. [En Línea]. Disponible en <https://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/docs/glosario.pdf> [Accesado 30 de Mayo].

Organización Mundial de la Salud. (1994) *Manual de crecimiento y desarrollo del niño*. Washington.

Organización Mundial de la salud. (2016) "Obesidad y Sobrepeso" en Centro de prensa: notas descriptivas. [En Línea]. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/> [Accesado 30 de Mayo].

Ortega, J., (2004). "Pedagogía Social, Realidades Actuales y Perspectivas de Futuro" en *I Congreso Iberoamericano de Pedagogía Social*. [En Línea] Santiago de Chile, disponible en: [http://aprendeonline.udea.edu.co/lms/moodle/file.php/33/J\\_Ortega.pdf](http://aprendeonline.udea.edu.co/lms/moodle/file.php/33/J_Ortega.pdf) [Accesado el día 22 de Mayo de 2017].

Pérez, A., (1997), *Globalización, ciudadanía y política social en América Latina: tensiones y contradicciones*. Venezuela, Nueva Sociedad.

Prado, E. (1991) "La política cultural, qué es y para qué sirve" Gijón, Trea, 1991.

Raichvarg, D. (2003) "Ambientes De Aprendizaje. Una Aproximación Conceptual" en *Revista Scielo* [En línea] No. 29 [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-07052003000100007](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052003000100007) [Accesado el día 22 de septiembre del 20018].

Remedí, Eduardo (2004) "La Intervención educativa" conferencia magistral presentada en el marco de la *Reunión Nacional de Coordinadores de la Licenciatura en Intervención Educativa*. Universidad Pedagógica Nacional, 28 de Marzo al 2 de Abril de 2004, México.

Real Academia Española (2014) *Diccionario de la lengua española*. , 23ª ed. Madrid.

Real Academia de la Lengua Española (2017). "Evaluar" [En línea]. Disponible en: <http://dle.rae.es/?id=H8KldC6> [Accesado el día 25 de septiembre del 20018].

Rodríguez, E. (1990) "Intervención Educativa" Slideshare [En Línea] Febrero 2010, disponible en <https://es.slideshare.net/ddjdlc/intervencion-educativa> [Accesado 27 Abril del 2017].

Rogoff, B. (1993) "Aprendices del pensamiento: el desarrollo cognitivo en el contexto social". [En Línea]. Barcelona, disponible en: [http://www.terras.edu.ar/biblioteca/6/PE\\_Rogoff\\_Unidad\\_2.pdf](http://www.terras.edu.ar/biblioteca/6/PE_Rogoff_Unidad_2.pdf) [Accesado el día 17 de Mayo de 2017].

Rubio, J. y J. Varas (2004) *Ámbitos de análisis de la realidad en la intervención social. Métodos y técnicas de investigación*. España, Editorial CCS.

Salazar, C. (1994) *Políticas Públicas*. Bogotá.

Secretaría de Salud., (2005) "El plato del bien comer". [En línea]. Disponible en [http://www.promocion.salud.gob.mx/dgps/descargas1/programas/6\\_1\\_plato\\_bien\\_comer.pdf](http://www.promocion.salud.gob.mx/dgps/descargas1/programas/6_1_plato_bien_comer.pdf) [Accesado el 20 de Diciembre de 2016].

Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (2008) *Especialización de Menús por Tipo de Población*. México.

Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (2011). "Lineamientos para la operación de los programas de la estrategia integral de asistencia social alimentaria del estado de Tlaxcala" [En Línea]. disponible en: [http://platrans.tlaxcala.gob.mx/sistemas/transparencia/view\\_docs.php?recno=2232](http://platrans.tlaxcala.gob.mx/sistemas/transparencia/view_docs.php?recno=2232) [Accesado el día 5 de Mayo de 2017].

Schoeck, H. (1981) "Diccionario de sociología" en *Scribd*. En línea]. disponible en <https://es.scribd.com/doc/111416963/SCHOECK-HELMUT-DICCIONARIO-DE-SOCIOLOGIA> [Accesado el día 24 de Mayo de 2017].

Vega, G., (2015) "Guardianes de la alimentación" en *Muy Interesante*. Marzo 2015, pp. 17-21.

## **ANEXOS**

## Anexo 1: Taller “En busca de una alimentación saludable”

Taller a Padres de Familia.		
Tema: Presentación del taller	Sesión: I	Tiempo:45 minutos
Actividad 1		
Propósito: Presentar a responsables del taller y conocer a beneficiarios de este, así como exponer la intención que tiene y la forma en que se trabajará.		
Responsable: Instructor del taller		
Materiales: Bola de estambre		
Procedimiento:  Se dará la bienvenida a los integrantes y se presentará a los responsables del taller, posteriormente formaremos un círculo en el piso y a través de la dinámica de grupo llamada la telaraña conoceremos tres aspectos que son su nombre, ocupación y el número de hijos que tienen.		
Actividad 2		
Tema: Presentación de resultados del diagnóstico realizado en la escuela Primaria Miguel Hidalgo.		
Propósito: Dar a conocer la investigación realizada en la escuela Primaria Miguel Hidalgo.		
Responsable: Instructor del taller.		
Materiales: Informe de Diagnóstico, proyector, computadora y bocinas.		
Procedimiento:  Exponer acerca de la investigación previa (diagnóstico) realizada en la escuela primaria “Miguel Hidalgo” sobre el programa desayunos escolares modalidad caliente para dar a conocer su situación.		
Actividad 3		
Tema: Intención del taller		
Propósito: Informar a los padres el fin de llevar a cabo el taller.		

Responsable: Instructor del taller.
Materiales: Ninguno
<p>Procedimiento:</p> <p>Explicar lo que se pretende alcanzar con el taller “En busca de una alimentación saludable” y enunciar la manera en la que se va a trabajar.</p>
Actividad 4
Tema: Prácticas alimentarias
Propósito: Conocer los alimentos que consumen día a día.
Responsable: Instructor del taller
Materiales: Ninguno
<p>Procedimiento:</p> <p>Llevar a cabo el juego de basta en el que de acuerdo a la letra que salga cada participante tendrá que decir un fruto o una verdura que inicie con esa letra, quien pierda o quien no responda correctamente nos platicará lo que comió ese día; repetir la actividad cuatro veces y así identificar las coincidencias en su menú. Para dar seguimiento a la actividad, se pedirá de tarea que anoten el menú realizado por una semana en su hogar.</p>
<p>Evaluación</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación</li> <li>• Actitud</li> </ul>

Tema: Alimentación Correcta	Sesión: 2	Tiempo: 60 minutos
Actividad 1		
Propósito: Dar a conocer a los padres de familia en que consiste una alimentación correcta de acuerdo al plato del bien comer y la jarra del buen beber.		
Responsable: Nutriólogo e Instructor del taller		
Materiales: papa de juguete o pelota		
Procedimiento: Con la dinámica llamada la papa se quema, se iniciará la actividad para que los padres de familia compartan la tarea que se dejó en la sesión anterior de modo que todos participen para ir conociendo sus hábitos alimenticios.		
Actividad 2		
Tema: Alimentación Correcta		
Propósito: Identificar en qué consiste una alimentación Correcta y concientizar acerca de sus hábitos alimenticios.		
Responsable: Nutriólogo		
Materiales: Material de papelería, papa de juguete o pelota, plato del bien comer, presentación de powerpoint sobre alimentación, nutrición, videos.		
Procedimiento: Se explicará el concepto de alimentación y nutrición, y con la dinámica de la papa se quema participarán para identificar la diferencia entre un concepto y otro. Así mismo se dará a conocer las características de los grupos alimenticios del plato del bien comer y las características de la jarra del buen beber para que comprendan como llevar a cabo una alimentación correcta.		
Actividad 3		
Tema: Alimentación de los escolares de 6 a 12 años.		
Propósito: Que los padres de familia conozcan la alimentación en los niños de 6 a 12 años.		

Responsable: Nutriólogo.
Materiales: Presentación power point acerca de una alimentación nutritiva y correcta para niños de 6 a 12 años y videos.
<p>Procedimiento:</p> <p>A través de videos se mostrará cómo debe ser una alimentación nutritiva y correcta para niños de 6 a 12 años, así también se manifestará información relevante sobre desnutrición y obesidad de modo que los padres de familia vayan siendo conscientes de lo valioso que es tener una alimentación correcta.</p>
Actividad 4
Tema: Armandó tu menú
Propósito: Visualizar que padres de familia comprendieron la información que se les dio a conocer.
Responsable: Nutriólogo e Instructor del taller
Materiales: Hojas, lapiceros y/o lápices, Tarjetas de frutas y verduras.
<p>Procedimiento:</p> <p>Con la dinámica llamada ¿Adivina qué es? se les dará una tarjeta con una fruta, verdura o carne para que la lean y se la den a conocer a los demás a través de gesticulaciones para armar equipos y de acuerdo a la información brindada los equipos armen su menú y al término cada equipo comparta su actividad.</p>
<p>Evaluación</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación</li> <li>• Actividad realizada durante la sesión</li> </ul>

Tema: Programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente	Sesión: 3	Tiempo: 40 minutos
Actividad 1		
Propósito: Describir y presentar a padres de familia la caracterización del Sistema Estatal DIF.		
Responsable: Instructor del taller		
Materiales: Presentación power point, computadora, cañón.		
Procedimiento:  Se iniciará la actividad cuestionando a los padres de familia para conocer que saben acerca de SEDIF; posteriormente se mostrará información relevante acerca de esta institución y sobre su organización de esta misma.		
Actividad 2		
Tema: Programas de Asistencia Social		
Propósito: Que los padres de familia conozcan los programas de asistencia social que brinda el SEDIF.		
Responsable: Instructor del taller		
Materiales: Presentación powerpoint, computadora, cañón.		
Procedimiento:  En esta actividad se les brindará información sobre los programas de asistencia social que tiene a su cargo el SEDIF, así como también en qué consisten los programas de asistencia social alimentaria del Estado de Tlaxcala.		
Actividad 3		
Tema: Conociendo el Programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente		
Propósito: Que los padres de familia conozcan y comprendan el funcionamiento del programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente.		
Responsable: Instructor del Taller		

Materiales: Presentación powerpoint, computadora, cañón, y Díptico (anexo3).
<p>Procedimiento:</p> <p>Con ayuda de una presentación en power point se expondrá información sobre el objetivo del programa desayunos escolares modalidad caliente, y su forma de operar para llevar a cabo se ejecución.</p> <p>Para facilitar la información se resumirá en un díptico que será entregado a cada padre de familia.</p>
Actividad 4
Tema: ¿Cuánto debemos comer?
Propósito: Conocer la ración de alimentos que los alumnos deben consumir.
Responsable: Instructor del taller
Materiales: Presentación en powerpoint, computadora, cañón.
<p>Procedimiento:</p> <p>A través de una presentación en powerpoint se dará a conocer información respecto a los lineamientos del programa en el que señala la ración de alimentos que las encargadas del desayunador deben brindar a los alumnos.</p>
<p>Evaluación</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación.</li> <li>• Competencia de preguntas sobre lo visto en la sesión.</li> </ul>

*Fuente: Elaboración Propia.*

Taller para niños de primero a tercero de primaria (6 a 8 años).		
Tema: Dinámica de presentación	Sesión: 1	Tiempo: 60 minutos
Actividad 1		
Propósito: Presentar a responsables del taller y conocer a beneficiarios de este, así como exponer la intención que tiene el taller y la forma en que se trabajará.		
Responsable: Instructor del taller		
Materiales: Ninguno		
Procedimiento:  Se dará la bienvenida a los alumnos y se presentará a los responsables del taller y con la dinámica llamada la fruta manda en la que se mencionará tres tipos de fruta: manzana (que indicará girar a la izquierda), naranja (indicará girar a la derecha) y coco (indicará sentarse), la persona que se equivoque deberá decir su nombre, cuántos años tiene, y que desayunó.		
Actividad 2		
Tema: Revelando mis hábitos alimenticios.		
Propósito: Conocer los alimentos que consumen frecuentemente los alumnos.		
Responsable: Instructor del taller		
Materiales: Hojas, lápices y colores.		
Procedimiento:  Pedir a los alumnos que escriban o dibujen en una hoja los alimentos que comúnmente consumen, para después socializarlos con sus compañeros, esto será a través de la dinámica llamada terremoto, en la que dos alumnos se toman de la mano (casa) y colocan a otra en el medio (inquilino). Cuando el instructor grite "Casa", la casa se cambia de inquilino, cuando el instructor grite "inquilino", este cambia de casa; y cuando grite "terremoto" se desarma todo y se vuelve armar, intercambiando roles, quien pierda compartirá su actividad.		

Actividad 3
Tema: El plato del bien comer
Propósito: Conocer los tres grupos alimenticios del plato del bien comer.
Responsable: Nutriólogo
Materiales: Plato del bien comer y videos.
<p>Procedimiento:</p> <p>Se invitará a un nutriólogo para que lleve a cabo una charla en la cual se darán a conocer los conceptos de alimentación y nutrición, para que se establezcan las diferencias de los dos conceptos. Posteriormente con la ayuda de videos se comentará las características de los tres grupos alimenticios del plato del bien comer.</p>
Actividad 4
Tema: Los colores de mi plato
Propósito: Identificar si los alumnos entendieron las características del plato del bien comer.
Responsable: Nutriólogo y Responsable del taller
Materiales: Recortes, pegamento, papel bond y cinta adhesiva.
<p>Procedimiento: En un papel bond estará dibujada la silueta de un plato del bien comer con sus tres divisiones; se les dará a los alumnos recortes de frutas, verduras, carnes, leguminosas tubérculos y cereales, para que cada uno coloque su recorte donde corresponde de acuerdo a los colores.</p>
<p>Evaluación</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación</li> <li>• Plato del bien comer</li> </ul>

Tema: Armando tu plato del bien comer	Sesión: 2	Tiempo: 60 minutos
Actividad 1		
Propósito: Que los alumnos construyan su plato del bien comer.		
Responsable: Instructor del taller		
Materiales: Platos de unicel (3 divisiones), recortes de alimentos.		
Procedimiento:  Para reforzar la actividad del día anterior, los alumnos armarán su plato del bien comer; a cada niño se le dará un plato de unicel y recortes de los diferentes alimentos del plato. Esta actividad servirá para la evaluación de la sesión.		
Actividad 2		
Tema: Jarra del buen beber		
Propósito: Conocer las bebidas saludables y la cantidad de líquidos que se debe consumir al día.		
Responsable: Instructor del taller		
Materiales: Videos de la jarra del buen beber, globos y posting con preguntas.		
Procedimiento:  Se mostrará un video en el que se explican las características de la jarra del buen beber; al finalizar se elegirá a tres alumnos al azar para que elijan su equipo; cada representante tomará un globo el cual tendrá una pregunta respecto al tema visto, y con ayuda de su equipo deberán dar la respuesta correcta, todos los equipos deberán participar.		
Actividad 3		
Tema: Armar y comparar		
Propósito: Que los alumnos construyan la jarra del buen beber en base a lo visto en la sesión.		
Responsable: Instructor del taller		

<p>Materiales: Pellón blanco, etiquetas de agua, refresco, café, té, jugos, leche, resistol, tijeras.</p>
<p>Procedimiento:</p> <p>Con el juego llamado mar y tierra se formaran los equipos, este consiste en hacer una fila de alumnos y frente a ellos marcar una división con pintura y cuando el instructor indique mar los niños tendrán que saltar al otro lado de la división, los que pierdan formaran un equipo, tomando en cuenta el número de alumnos que asistan al taller.</p> <p>A cada equipo se les dará una bolsa con envolturas y envases de líquidos para que elijan cuales utilizarán en la siguiente actividad la cual será formar la jarra del buen beber, para esto un representante de cada equipo tendrá 15 segundos para elegir las etiquetas que el equipo colocara en su jarra.</p>
<p>Actividad 4</p>
<p>Tema: Armar y comparar</p>
<p>Propósito: Que los alumnos construyan la jarra del buen beber.</p>
<p>Responsable: Instructor del taller</p>
<p>Materiales: Etiquetas y envases de líquidos.</p>
<p>Procedimiento:</p> <p>Los equipos tendrán en un pellón la silueta de una jarra, en la que de acuerdo a lo visto deberán pegar las etiquetas de agua, refresco, café, té, jugos y leche, donde corresponda y al final cada equipo mencionará la cantidad de líquidos que se debe consumir al día.</p>
<p>Evaluación</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación</li> <li>• Plato del bien comer</li> <li>• Jarra del buen beber</li> </ul>

*Fuente: Elaboración Propia.*

Taller para niños de cuarto a sexto de primaria (9 a 11 años)		
Tema: Presentación del taller	Sesión: 1	Tiempo: 60 minutos
Actividad 1		
Propósito: Presentar a responsables del taller y conocer a beneficiarios de este, así como exponer la intención que tiene y la forma en que se trabajará.		
Responsable: Instructor del taller		
Materiales: Pelota de plástico y/o goma, bocina, música.		
<p>Procedimiento:</p> <p>Se dará la bienvenida a los alumnos y se presentará a los responsables del taller y con la dinámica llamada la pelota preguntona en la que al inicio de la música la pelota irá rotando por cada integrante hasta que termine la música; la persona que tenga la pelota en el momento en que no se oiga sonido alguno deberá decir su nombre, cuántos años tiene, y que desayunó.</p>		
Actividad 2		
Tema: Revelando mis hábitos alimenticios.		
Propósito: Conocer los alimentos que consumen frecuentemente los alumnos.		
Responsable: Instructor del taller		
Materiales: Hojas blancas, lapiceros y/o lápices		
<p>Procedimiento: Pedir a los alumnos que escriban en una hoja los alimentos que comúnmente consumen. Con la dinámica llamada un limón medio limón se iniciará la actividad y quien pierda durante la dinámica compartirá lo que escribió para así ir conociendo sus hábitos alimenticios.</p>		
Actividad 3		
Tema: El plato del bien comer		
Propósito: Conocer los tres grupos alimenticios del plato del bien comer.		
Responsable: Nutriólogo		

Materiales: Plato del bien comer, videos.

Procedimiento:

Se invitará a un nutriólogo para que lleve a cabo una charla en la cual se darán a conocer los conceptos de alimentación y nutrición, para que se establezcan las diferencias de los dos conceptos. Posteriormente con la ayuda de videos se comentará las características de los tres grupos alimenticios del plato del bien comer.

#### Actividad 4

Tema: Cari cari caricatura

Propósito: Identificar si los alumnos entendieron las características del plato del bien comer.

Responsable: Nutriólogo y Responsable del taller

Materiales: Ninguno

Procedimiento:

Con el juego cari cari caricatura se pedirá que cada alumno nombre cereales y tubérculos, posteriormente se pedirá que nombren frutas, verduras o leguminosas, ya que con este juego se reforzara lo visto en la actividad anterior.

Evaluación

- Participación

Tema: Armando tu plato del bien comer	Sesión: 2	Tiempo: 60 minutos
Actividad 1		
Propósito: Que los alumnos construyan su plato del bien comer.		
Responsable: Instructor del taller		
Materiales: Platos de unicel (3 divisiones), recortes de alimentos.		
<p>Procedimiento:</p> <p>Para reforzar la actividad del día anterior, los alumnos armarán su plato del bien comer; a cada niño se le dará un plato de unicel y recortes de los diferentes alimentos del plato. Esta actividad servirá para la evaluación de la sesión.</p>		
Actividad 2		
Tema: Jarra del buen beber		
Propósito: Conocer las bebidas saludables y la cantidad de líquidos que se debe consumir al día.		
Responsable: Instructor del taller		
Materiales: Videos de la jarra del buen beber, globos y posting con preguntas.		
<p>Procedimiento:</p> <p>Se mostrará un video en el que se explican las características de la jarra del buen beber; al finalizar se elegirá a tres alumnos al azar para que elijan su equipo; cada representante tomará un globo el cual tendrá una pregunta respecto al tema visto, y con ayuda de su equipo deberán dar la respuesta correcta, todos los equipos deberán participar.</p>		
Actividad 3		
Tema: Armar y comparar		
Propósito: Que los alumnos construyan la jarra del buen beber en base a lo visto en la sesión.		
Responsable: Instructor del taller		

Materiales: Pellón blanco, etiquetas de agua, refresco, café, té, jugos, leche, resistol, tijeras.

Procedimiento:

Con el juego llamado mar y tierra se formaran los equipos, este consiste en hacer una fila de alumnos y frente a ellos marcar una división con pintura y cuando el instructor indique mar los niños tendrán que saltar al otro lado de la división, los que pierdan formaran un equipo, tomando en cuenta el número de alumnos que asistan al taller.

A cada equipo se les dará una bolsa con envolturas y envases de líquidos para que elijan cuales utilizarán en la siguiente actividad la cual será formar la jarra del buen beber, para esto un representante de cada equipo tendrá 15 segundos para elegir las etiquetas que el equipo colocara en su jarra.

#### Actividad 4

Tema: Armar y comparar

Propósito: Que los alumnos construyan la jarra del buen beber.

Responsable: Instructor del taller

Materiales: Etiquetas y envases de líquidos.

Procedimiento:

Los equipos tendrán en un pellón la silueta de una jarra, en la que de acuerdo a lo visto deberán pegar las etiquetas de agua, refresco, café, té, jugos y leche, donde corresponda y al final cada equipo mencionará la cantidad de líquidos que se debe consumir al día.

Evaluación

- Participación
- Plato del bien comer
- Jarra del buen beber

*Fuente: Elaboración Propia.*

## Anexo 2: “Ambiente de aprendizaje”

Tema: Reglas para mi salud	Sesión: 3	Tiempo: 60 minutos
<b>Actividad 1</b>		
Propósito: Concientizar a los niños sobre las reglas y comportamientos dentro del desayunador, para que con la participación de todos se establezcan las reglas de este mismo.		
Responsable: Instructor del Taller		
Materiales: Videos de hábitos, computadora, bocina, cañón y aula de clases.		
Procedimiento:  Cuestionar a los niños acerca de la higiene que se debe tener respecto a los alimentos, sobre el correcto lavado de manos y de lo que se debe y no se debe hacer dentro del desayunador. Para explicar los temas se utilizarán videos referentes al tema.		
<b>Actividad 2</b>		
Tema: Armando el reglamento del desayunador		
Propósito: Fomentar el compañerismo y lograr que los alumnos se involucren en el establecimiento de reglas.		
Responsable: Instructor del taller		
Materiales: Pizarrón y marcadores		
Procedimiento:  Con una lluvia de ideas todos los niños participarán para elaborar el reglamento del desayunador, generando un acuerdo de las reglas que van a prevalecer en el desayunador.  Cada una de las ideas se plasmará en el pizarrón, para después analizarlas entre todos, elegir y explicar cuáles están acorde al desayunador.		
<b>Actividad 3</b>		
Tema: Competencia de reglamentos		

Propósito: Desarrollar en los alumnos conocimientos sobre las normas que se establecerán dentro del desayunador.

Responsable: Instructor del taller

Materiales: Cartulinas, colores, plumones, tijeras, resistol, diamantina, hojas blancas y/o de colores, regla, imágenes de revistas.

Procedimiento:

En equipos y con ayuda de material se plasmarán las reglas del desayunador; se llevará a cabo un concurso en el que las maestras serán el jurado y quienes elijan el reglamento mejor elaborado, tomando en cuenta tres aspectos: presentación, ortografía y creatividad; el reglamento ganador se pondrá en el desayunador.

#### Actividad 4

Tema: Yo me cuido, ¿y tú?

Propósito: Prevención de accidentes en el área del desayunador.

Responsable: Instructor del taller

Materiales: Videos de prevención de accidentes, etiquetas de señalamientos.

Procedimiento:

Mostrar a los alumnos videos sobre prevención de accidentes dentro de la cocina así mismo con una lluvia de ideas todos los niños participarán para determinar cuáles son los riesgos que existen dentro del desayunador.

Finalmente el instructor del taller mostrará señalamientos como, la ubicación del tanque de gas, el lavabo de manos, salida de emergencia, área de cocina, área de comedor etc., y ubicarlos dentro del espacio del desayunador, cuestionando y explicando a los alumnos a que se refiere cada uno de los señalamientos y la importancia de respetarlos.

Evaluación

- Participación
- Colaboración
- Reglamento

Taller a Encargadas del desayunador		
Tema: Capacitación “Cocinando en familia”	Sesión: 1	Tiempo: 2 hrs.
Actividad 1		
Propósito: Conjuntar experiencias y conocimientos con el propósito de compartir menús enseñando una forma de cocinar saludable.		
Responsable: Encargadas del área de orientación alimentaria.		
Materiales: Cocina, instrumentos de cocina, insumos cofias, cubre bocas, mandil, guantes, mesas y sillas.		
Procedimiento:  Formar equipos entre responsable de DIF, cocineras, madres de familia y maestras.  Se les proporcionaran distintos insumos para realizar los menús que las encargadas del área de orientación alimentaria indiquen.		
Actividad 2		
Tema: Cocinando rico y sano		
Propósito: Generar un ambiente de retroalimentación e cuanto a la elaboración de platillos.		
Responsable: Encargadas del área de orientación alimentaria.		
Materiales: Cocina, instrumentos de cocina, insumos cofias, cubre bocas, mandil, guantes, mesas y sillas.		
Procedimiento:  Cada especialista de equipo enseñará y explicara a las integrantes a identificar opciones de alimentos más saludables. En equipo elaboraran un menú que posteriormente compartirán con los otros equipos el procedimiento que se llevó a cabo para la elaboración de este.		
Actividad 3		

Tema: Degustación

Propósito: Que todos degusten y comprueben que se pueden armar distintas preparaciones saludables, con insumos cotidianos basados en el plato del bien comer y que además son ricas.

Responsable: Encargadas del área de orientación alimentaria.

Materiales: Cocina, instrumentos de cocina, insumos cotidianos, cubre bocas, mandil, guantes, mesas y sillas.

Procedimiento:

Se colocaran las mesas en el centro del comedor, para colocar los platillos que se elaboraron y en platos pasaran a servirse de todo lo que se preparó ese día.

#### Actividad 4

Tema: Reflexión de la actividad.

Propósito: Socializar la opinión de cocineras y madres de familia respecto a las sesiones.

Responsable: Encargadas del área de orientación alimentaria.

Materiales: Ninguno.

Procedimiento:

Que después de la degustación narren su experiencia, el procedimiento que llevaron a cabo para la elaboración de platillos, que fue de su agrado, que no y que cambiaran. Así mismo si las sesiones cambiaron su perspectiva que tienen respecto a la forma en que ellos se alimentan diariamente.

Evaluación:

Participación.

Colaboración.

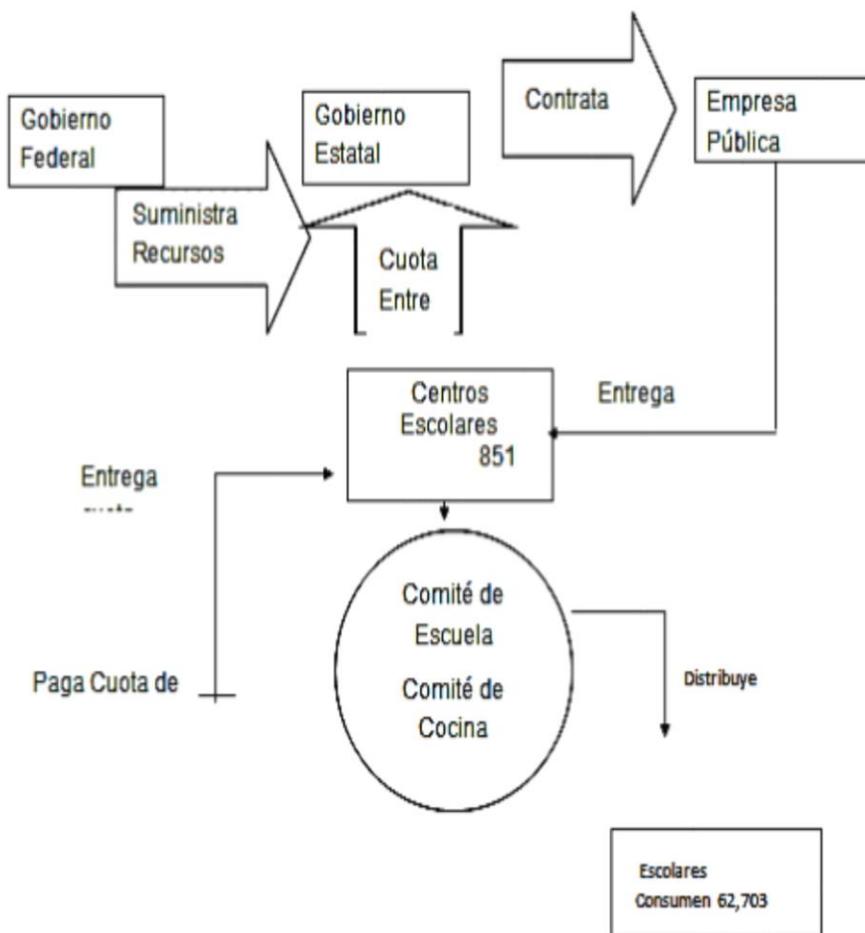
El platillo elaborado.

*Fuente: Elaboración Propia.*

PROGRAMA DE AYUNOS  
ESCOLARES MODALIDAD  
CALIENTE.

2018

El objetivo del programa desayunos escolares es contribuir al mejoramiento nutricional de la población infantil preescolar y escolar con desnutrición o en riesgo, a través de una ración alimenticia pertinente, para mejorar el aprovechamiento escolar y disminuir el ausentismo, involucrando a la familia de los escolares en el proceso para que sea sostenible.



Esquema 2 Proceso De Operación Y Distribución

Fuente: Sistema Nacional Para El Desarrollo Integral De La Familia, 2005

**Mediante un proceso de operación y distribución se realizan las funciones correspondientes para el funcionamiento del Programa De Desayunos Escolares de ambas modalidades.**

Fuente: Elaboración Propia.

## Anexo 4 Guión de Observación. Evaluación Inicial (Diagnóstica).

<b>Guión de observación</b>				
COMUNIDAD: San Mateo Huexoyucan, Panotla		ESCUELA: Primaria Miguel		
Hidalgo DESAYUNADOR: "Arco Iris"		NÚM. DE		
BENEFICIADOS: 41 FECHA: 07/ Noviembre/2016		HORA DE INICIO: 10: AM		HORA
DE TÉRMINO: 14:00 Pm				
Dimensiones	Manifestaciones	Se Cumple	No se Cumple	Observación
Administración	-Encargada del desayunador.			
	-Encargada de elaboración de alimentos.			
Organización	-Distribución e tareas del personal del desayunador.			
Recursos Económicos	-Cuota de recuperación (Padres de Familia).			
	-Cuota de recuperación (cocineras).			
Mobiliario	-Contar con suficiente Mobiliario para atender a los niños (Sillas, mesas, platos, cucharas, vasos etc.).			
Higiene	-Higiene Personal de cocineras (Manos Limpias y sin joyería, mandil limpio, cabello recogido).			
	-Higiene en el desayunador y mobiliario (Piso, mesas, estufa, vasos, platos, cucharas, cacerolas, etc.).			
Medidas de Seguridad	-Químicos alejados de la comida (Cloro, jabón, limpiador de piso, etc.).			
	-Espacios separados para la preparación de la comida y para el consumo de esta misma.			
Menú	-Se basan en los guisos del menú DIF.			
	-El menú es del agrado de los niños.			

## **Anexo 5 Guión de Entrevista a Directora de la Escuela. Evaluación Inicial (Diagnóstica).**

### **a) Datos de Identificación:**

Nombre del Directora:

Nombre de la Institución:

Tiempo que lleva como Directora:

\*Presentación.

Entrevistador -¡Hola! Buen día, nosotras somos estudiantes de la Licenciatura en Intervención Educativa (nuestros nombres Ana y Vanessa) y cursamos el séptimo semestre de la Licenciatura. ¿Nos podría responder algunas preguntas?

b) Integración de Desayuno Escolar a la institución.

1. Nos podría decir ¿Desde cuándo se manejan los desayunos modalidad caliente en su escuela?
2. ¿Cómo fue que la institución se hizo beneficiaria del programa Desayunos Escolares?
3. ¿La escuela ya contaba con un espacio de desayunador para ser beneficiarios del programa?
4. ¿Los padres de familia estuvieron de acuerdo con la implementación del programa en la escuela, o tuvo dificultades con ellos?
5. ¿Cuál fue la reacción de los niños al contar con un desayunador?
6. ¿Qué problemas se le han presentado en torno al desayunador escolar? (financiero, consumo, padres de familia, accidentes, insumos, etc.)

c) Administración de Insumos.

7. ¿El Sistema Municipal DIF supervisa el desayunador?
8. ¿Cada cuánto se realiza esta supervisión?
9. ¿Qué es lo que supervisa el Sistema Municipal DIF?
10. Y díganos directora, en su escuela ¿Quién es el encargado de recibir los insumos?
11. ¿Cómo fue que se eligió al encargado?
12. ¿Usted se encuentra presente a la hora en que se reciben las Despensas DIF?

d) Opinión

13. En general ¿Usted qué es lo que conoce del programa de desayunos escolares modalidad caliente?
14. ¿Considera que dicho objetivo se lleva a cabo en la institución?
- 15.- Bueno, después de llevar este tiempo recibiendo el apoyo de DIF ¿Cuál es su opinión acerca del programa Desayunos Escolares?
- 16.- Por último, en su opinión Sra. Directora ¿Considera que el programa es de ayuda en su institución?

## **Anexo 6 Guiòn de Entrevista a Encargada del Desayunador. Evaluaciòn Inicial (Diagnòstica).**

### **a) Datos de identificaciòn:**

Nombre:

Nombre del desayunador:

### **b) Integraciòn del personal**

- 1.- ¿Cuánto tiempo lleva como encarga del desayunador?
- 2.- ¿Cuántas personas se ocupan del desayunador?
- 3.- ¿Cómo y quienes la eligieron como responsable del desayunador?

### **c) Menú**

- 4.- ¿Qué insumos contiene la despensa que les proporciona DIF?
- 5.- A usted ¿le es de utilidad todos los insumos que vienen en las despensas?
- 6.- ¿Le son suficientes los insumos recibidos en la despensa?
- 7.- De los insumos que vienen dentro de la despensa ¿cuáles ocupa más?
- 8.- ¿Se basa en el manual de preparaciones del DIF para la elaboraciòn del desayuno?
- 9.- Por lo que ve día a día en el desayunador ¿qué insumos prefieren consumir los niños y cuáles no?
- 10.- ¿Los niños suelen pedir doble raciòn?
- 11.- ¿Cuántos niños entran al día?

### **c) Relaciòn entre SEDIF, SMDIF y Desayunador Arco Iris**

- 12.- ¿Asiste a las capacitaciones de demostraciòn de alimentos y orientaciòn alimentaria?
- 13.- ¿Cada cuánto asiste?
- 14.- ¿Cada cuánto la supervisa SEDIF?
- 15.- ¿Cada cuánto la supervisa SMDIF?
- 16.- ¿SEDIF O SMDIF le dieron el reglamento de operatividad del Programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente?
- 17.- ¿La cuota que maneja del desayunador es la establecida por dicho programa?

### **d) opiniòn**

- 18.- A pesar de la experiencia que ya tienen trabajando con el desayunador escolar, ¿usted considera que se le complica esta labor?
- 19.- ¿consideran que el trabajo que desempeña en el desayunador lo podría hacer cualquier persona?
- 20.- ¿Le gustaría que otra persona la apoyara en el desayunador?
- 21.- ¿Cuál es su opiniòn acerca del programa desayunos escolares?
- 22.- En su opiniòn ¿considera que el programa es de ayuda en la instituciòn?

## Anexo 7 Cuestionario a Padres de Familia. Evaluación Inicial (Diagnóstica).

### CUESTIONARIO

EL SIGUIENTE CUESTIONARIO PRETENDE RECOLECTAR INFORMACIÓN ACERCA DE LOS HABITOS ALIMENTICIOS.

INSTRUCCIONES: MARCA CON UNA X TU RESPUESTA.

Nombre:

Grado:

1.- ¿Cuántos Años Tienes?

6 Años ( )      7 Años ( )      8 Años ( )      9 Años ( )      10 Años ( )      11 Años ( )

2.- ¿A qué hora te levantas?

6 am ( )      7 Am ( )      8 Am ( )

3.- ¿Acostumbras desayunar en tu casa?

Si ( )      No ( )      A veces ( )

4.- Marca con una X que acostumbras a desayunar en tu casa:

 <p>Leche y galletas ( )</p>	 <p>Cereal ( )</p>	 <p>Café ( )</p>	 <p>Pan ( )</p>
 <p>Té ( )</p>	 <p>Fruta ( )</p>	 <p>Huevo ( )</p>	 <p>Tortillas ( )</p>
 <p>Yogurt ( )</p>	 <p>Licuados ( )</p>	 <p>Atoles ( )</p>	<p>Otros ( ) ¿Cuáles?</p>

5.- ¿Te ponen lunch?

Si ( ) No ( ) A veces ( )

6.- Marca con una X que acostumbras a llevar en tu lunch:

 <p>Sandwich ( )</p>	 <p>Torta ( )</p>	 <p>Fruta ( )</p>	 <p>Yogurt ( )</p>	 <p>Productos de Tienda ( )</p>
 <p>Leche ( )</p>	 <p>Galletas ( )</p>	 <p>Gelatinas ( )</p>	 <p>Cereal ( )</p>	<p>Otros ( ) ¿Cuáles?</p>

7.- ¿Cuánto dinero te dan para gastar al día?

Menos de \$5 ( ) \$5 a 10 ( ) \$10 a 15 ( ) Más de \$15 ( )

8.- ¿En qué gastas tu dinero?

Ir a la cooperativa ( ) Ir al desayunador ( ) Otro ( ) ¿Qué?

9.- ¿Qué compras en la cooperativa?

Dulces ( ) Refrescos ( ) Chicharrones ( ) Comida ( ) Juguetes ( )

10.- ¿Cuántos días a la semana asistes al desayunador?

1 Día ( ) 2 Días ( ) 3 Días ( ) 4 Días ( ) 5 Días ( )

11.- ¿Llegas a pedir doble desayuno?

Si ( ) No ( ) A veces ( )

12.- Marca con una X los alimentos que acostumbras comer cuando llegas a tu casa

 Sopa de pasta ( )	 Chile con carne ( )	 Tortillas ( )	 Agua simple ( )
 Frijoles ( )	 Arroz ( )	 Verduras ( )	 Refresco ( )
 Caldo de pollo ( )	 Lentejas ( )	Otros ( ) ¿Cuáles?	 Agua de frutas ( )

13.- Marca con una X los alimentos que acostumbras comer antes de ir a dormir.

Sopa de pasta ( )	 Lentejas ( )	 Tortillas ( )	 Pan/ galletas ( )
 Frijoles ( )	 Arroz ( )	 Huevito ( )	Nada ( )
 Café ( )	 Atole ( )	 Leche ( )	Otros ( ) ¿Cuáles?

## Anexo 8 Cuestionario a Alumnos. Evaluación Inicial (Diagnóstica).

### CUESTIONARIO

EL SIGUIENTE CUESTIONARIO PRETENDE RECOLECTAR INFORMACIÓN ACERCA DE LOS HABITOS ALIMENTICIOS EN SU HOGAR.

INSTRUCCIONES: MARCA CON UNA X TU RESPUESTA.

Nombre:

Grado de su hijo:

Localidad:

1.- ¿Cuántos hijos tiene?

1 ( )    2 ( )    3 ( )    4 ( )    5 ( )    Más de 5 ( )

2.- ¿Cuántos niños tiene en la Esc. Primaria Miguel Hidalgo?

1 ( )    2 ( )    3 ( )    4 ( )    5 ( )    Más de 5 ( )

3.- ¿Acostumbra darle de desayunar a su hijo antes de irse a la escuela?

Si ( )    No ( )    A veces ( )

4.- Marca con una X en que consiste el desayuno que le da a su hijo (a) antes de irse a la escuela:

 <p>Leche y galletas ( )</p>	 <p>Cereal ( )</p>	 <p>Café ( )</p>	 <p>Pan ( )</p>
 <p>Té ( )</p>	 <p>Fruta ( )</p>	 <p>Huevo ( )</p>	 <p>Tortillas ( )</p>
 <p>Yogurt ( )</p>	 <p>Licuados ( )</p>	 <p>Atoles ( )</p>	<p>Otros ( ) ¿Cuáles?</p>

5.- ¿Le ponen lunch a su hijo?

Si ( ) No ( ) A veces ( )

6.- Marca con una X que acostumbra a poner en el lunch de su hijo (a):

 Sandwich ( )	 Torta ( )	 Fruta ( )	 Yogurt ( )	 Productos de Tienda ( )
 Leche ( )	 Galletas ( )	 Gelatinas ( )	 Cereal ( )	Otros ( ) ¿Cuáles?

7.- ¿Cuánto dinero le da a su hijo (a) para gastar al día?

Menos de \$5 ( ) \$5 a 10 ( ) \$10 a 15 ( ) Más de \$15 ( )

8.- ¿El dinero que le da a su hijo es para que asista al desayuno?

Si ( ) No ( ) A veces ( )

9.- Su hijo asiste al desayuno para:

Desayuno ( ) Comida ( ) Ambas ( )

10.- ¿Cuántos días a la semana su hijo/a asistes al desayuno?

1 Día ( ) 2 Días ( ) 3 Días ( ) 4 Días ( ) 5 Días ( )

11.- ¿Está de acuerdo con el precio del desayuno?

Si ( ) ¿Por qué? No ( ) ¿Por qué?

12.- ¿Sabe en qué consiste el desayuno que les brinda el Programa Desayunos Escolares Modalidad Caliente?

Si ( ) No ( ) Muy Poco ( )

13.- Marca con una X los alimentos que acostumbra darle de comer a su hijo (a) cuando llega a casa:

 Sopa de pasta ( )	 Chile con carne ( )	 Tortillas ( )	 Agua simple ( )
 Frijoles ( )	 Arroz ( )	 Verduras ( )	 Refresco ( )
 Caldo de pollo ( )	 Lentejas ( )	Otros ( ) ¿Cuáles?	 Agua de frutas ( )

14.- Marque con una X que productos acostumbra consumir en su hogar

 Carnes ( )	 Soya ( )	 Avena ( )	 Agua simple ( )
 Frijoles ( )	 Arroz ( )	 Verduras ( )	 Refresco ( )
 Amaranto ( )	 Lentejas ( )	Frutas ( ) Otros ( ) ¿Cuáles?	 Agua de frutas ( )

**Anexo 9 Evaluación de Catálogo de Contenidos de Alimentación para el Instructor. Evaluación Final.**

Aspecto a Evaluar	Si cumplió	No cumplió	Sugerencias
El catálogo contiene temas y conceptos sobre alimentación.			
El catálogo contiene temas y conceptos sobre hábitos de higiene.			
La información es sintetizada y relevante.			
Se mantiene un orden en la información.			
Se consulta la información fácilmente.			
El contenido de los temas es adecuado y completo.			
Tiene un formato adecuado.			

## **Anexo 10 Evaluación del Taller a Padres de Familia. Evaluación Procesual.**

### Cuestionario.

Instrucciones. Contesta lo que se te pide o marca con una X según sea el caso.

1. ¿Conocías los temas que te impartieron en el taller?  
**Si ( ) No ( ) Poco ( )**
2. ¿Fue fácil realizar las actividades?  
**Si ( ) No ( ) Poco ( )**
3. ¿Las dinámicas fueron de tu agrado?  
**Si ( ) No ( ) Poco ( )**
4. La información recibida ¿te servirá para mejorar tu alimentación?  
**Si ( ) No ( ) ¿Por qué?**
5. ¿Consideras de importancia este tema?  
**Si ( ) No ( ) ¿Por qué?**
6. ¿Te gustaría profundizar información de algún tema en particular?  
**Si ( ) No ( ) ¿Cuál?**
7. ¿Cuál es tu opinión de la información otorgada por el responsable del taller?
8. ¿Qué cambiarías del taller?
9. ¿Qué acciones decidiste corregir para cambiar tus hábitos alimenticios?
10. ¿Qué experiencia te deja este taller?

## **Anexo 11 Evaluación del Taller a Alumnos. Evaluación Procesual.**

### Cuestionario.

Instrucciones. Contesta lo que se te pide o marca con una X según sea el caso.

1. ¿Conocías los temas que te impartieron en el taller?  
**Si ( ) No ( ) Poco ( )**
2. ¿Fue fácil realizar las actividades?  
**Si ( ) No ( ) Poco ( )**
3. ¿Las dinámicas fueron de tu agrado?  
**Si ( ) No ( ) Poco ( )**
4. La información recibida ¿te servirá para mejorar tu alimentación?  
**Si ( ) No ( ) ¿Por qué?**
5. ¿Consideras de importancia este tema?  
**Si ( ) No ( ) ¿Por qué?**
6. ¿Te gustaría profundizar información de algún tema en particular?  
**Si ( ) No ( ) ¿Cuál?**
7. ¿Cuál es tu opinión de la información otorgada por el responsable del taller?
8. ¿Qué cambiarías del taller?
9. ¿Qué acciones decidiste corregir para cambiar tus hábitos alimenticios?
10. ¿Qué experiencia te deja este taller?

## Anexo 12 Evaluación del Taller a Responsables del Desayunador. Evaluación Procesual.

### Cuestionario.

Instrucciones. Contesta lo que se te pide o marca con una X según sea el caso.

1. Platos elaborados:

\* \_\_\_\_\_  
\* \_\_\_\_\_  
\* \_\_\_\_\_

2. ¿Conocías las preparaciones realizadas?

**Si ( ) No ( ) Algunas ( )**

3. ¿Fue fácil realizar las preparaciones?

**Si ( ) No ( )**

4. ¿Consideras que los platos preparados te sean de utilidad para tu desayunador?

**Si ( ) No ( ) ¿Por qué?**

5. ¿La información recibida te servirá para mejorar tu desempeño en tu desayunador?

**Si ( ) No ( )**

6. ¿Qué fue lo que más te gustó de la demostración de alimentos?

\* \_\_\_\_\_

7. De los insumos que recibes en la despensa ¿Cuál es el que menos utilizas?

\* \_\_\_\_\_ **¿Por qué?** \* \_\_\_\_\_

8. ¿Qué aprendiste sobre el tema de higiene de alimentos?

\* \_\_\_\_\_

9. ¿Consideras de importancia este tema?

\* \_\_\_\_\_

10. ¿Cuál es tu opinión de la información otorgada por los responsables SEDIF?

\* \_\_\_\_\_

**Anexo 13 Evaluación Final para el Ambiente de Aprendizaje del Desayunador Arco Iris.**

Lista de Cotejo

Área de Comedor	Realizado	No Realizado	Sugerencias
El área se encuentra limpia.			
Cuentan con personal suficiente para la preparación de alimentos.			
La higiene del personal es adecuada.			
El desayunador cuenta con imágenes relacionadas con la alimentación y que llamen la atención de los niños.			
Se ponen en práctica las normas del reglamento del desayunador.			
Respetan los señalamientos dentro del desayunador.			
Se lleva a cabo un ambiente de aprendizaje dentro del desayunador.			
Los niños consumen todos sus alimentos.			
Los alumnos asisten al comedor más de una vez al día			
Los alumnos llevan a cabo los hábitos de higiene para entrar al desayunador.			
Los alumnos muestran gusto por el desayunador.			

### Anexo 14 Evaluación Final de Díptico a Padres de Familia.

Aspecto a Evaluar	Si cumplió	No cumplió	Sugerencias
El díptico contiene el título del tema principal.			
Contiene información relacionada con el tema.			
Tiene imágenes relacionadas con el tema.			
La información es breve y clara.			
La letra utilizada es fácil de leer.			
El díptico facilito la información del programa Desayunos Calientes.			

## Anexo 15 Evaluación Final a Padres y Alumnos.

Rodea con un círculo:

- la **S** si siempre actúas así
- la **CS** si casi siempre actúas así
- la **AV** si a veces actúas así
- la **CN** si casi nunca actúas así
- la **N** si nunca actúas así

1. Como con moderación e incluyo alimentos variados en cada comida.	S	CS	AV	CN	N
2. Consumo mucha azúcar.	S	CS	AV	CN	N
3. Como frutas de todo tipo y color.	S	CS	AV	CN	N
4. Consumo mis comidas con mucha sal.	S	CS	AV	CN	N
5. Consumo queso, yogures y leche.	S	CS	AV	CN	N
6. Me gustan consumir bebidas gaseosas.	S	CS	AV	CN	N
7. Tomo mucha agua potable durante el día.	S	CS	AV	CN	N
8. Le quito la grasa a la carne antes de comerla.	S	CS	AV	CN	N
9. Me gusta llevar lunch a la escuela.	S	CS	AV	CN	N
10. Hago uso del desayunador escolar.	S	CS	AV	CN	N
11. Me gusta merendar con platillos salados o papas fritas.	S	CS	AV	CN	N
12. Consumo pan, cereales integrales y pastas.	S	CS	AV	CN	N

Las afirmaciones 1, 3, 5, 7, 8, 9, 10 y 12 puntúan con:

<b>S</b>	<b>CS</b>	<b>AV</b>	<b>CN</b>	<b>N</b>
<b>4</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>0</b>
<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>

Las afirmaciones 2, 4, 6 y 11 puntúan con:

Sumar los puntos obtenidos para la evaluación.

Entre 36 y 48 puntos: MUY BUENO

Entre 28 y 35 puntos: REGULAR

Entre 36 y 48 puntos: ALTO



ALTO. Debes mejorar tus hábitos de alimentación y nutrición, para crecer y desarrollarte sano y fuerte.

REGULAR. Esfuérzate un poco más, casi lo logras, tus hábitos de alimentación y nutrición están por brindarte energía para jugar y estudiar.

MUY BUENO con tus hábitos de alimentación y nutrición, mantén tu actitud y podrás desarrollarte de manera saludable.