

RESUMEN

EL EFECTO QUE PRODUCE LA PROMOCION DE LA ALIMENTACION SANA EN EL COMPORTAMIENTO ESCOLAR EN LOS ALUMNOS DE PRIMER AÑO, GRUPO "A" DEL JARDIN DE NIÑOS "PROFRA. MARÍA RUTH FERNÁNDEZ GONZÁLES" DURANTE EL CURSO ESCOLAR 2017-2018.

por

Anabel Rodríguez Rodríguez

Asesor principal: Mtra. Rosario Delgado García

RESUMEN DE TESIS DE PREGRADO

Universidad de Montemorelos

Facultad de Educación

Título: EL EFECTO QUE PRODUCE LA PROMOCIÓN DE LA ALIMENTACIÓN SANA EN EL COMPORTAMIENTO ESCOLAR EN LOS ALUMNOS DE TERCER AÑO, GRUPO “B” DEL JARDÍN DE NIÑOS “PROFA. MARÍA RUTH FERNÁNDEZ GONZALES” DURANTE EL CURSO ESCOLAR 2017-2018.

Investigador: Anabel Rodríguez Rodríguez

Asesor principal: Mtra. Rosario Delgado García

Fecha de culminación: abril de 2018

Problema

En esta investigación se planteó la siguiente pregunta: ¿Después de promover la alimentación sana en los niños de preescolar, se muestra una diferencia significativa en el comportamiento entre el pre-test y el post-test en los alumnos de la escuela “Profa. María Ruth Fernández Gonzales”, durante el curso escolar 2017-2018?

Metodología

Esta investigación responde a un diseño con enfoque cuantitativo con alcance descriptivo, experimental y longitudinal.

La población estudiada fueron los alumnos de primer año “A” del Jardín de niños “Profa. María Ruth Fernández Gonzales” durante el curso escolar 2017-2018. El total de participantes en el pre-test fue de 15 alumnos y el total de participantes en el post-test fue de 15, el 100 % de la población al inicio y al final de las prácticas docentes, respectivamente.

Resultados

Al correr la prueba estadística ($t(25.072) = -1.860, p = .073$), se encontró un nivel de significación p menor a .05, proveyendo suficiente evidencia para aceptar la hipótesis nula. Esto indica que existe una diferencia significativa entre el pre-test y el post-test de comportamiento escolar. La media aritmética del pre-test fue de 2.10 y la media aritmética del post-test fue de 1.52.

Conclusiones

Queda evidenciado en este estudio que un buen comportamiento escolar, se ve afectado positivamente por una alimentación sana. El diseño y ejecución de diversas actividades didácticas reafirmaron en los niños hábitos saludables. Las buenas prácticas para mejorar la salud crean un escenario fértil para un buen comportamiento escolar, ya que produce cambios favorables en el desempeño escolar del niño.

UNIVERSIDAD DE MONTEMORELOS

Facultad de Educación

Escuela Normal "Profra. Carmen A. de Rodríguez"



EL EFECTO QUE PRODUCE LA PROMOCION DE LA ALIMENTACION SANA EN
EL COMPORTAMIENTO ESCOLAR EN LOS ALUMNOS DE PRIMER AÑO, GRUPO
"A" DEL JARDIN DE NIÑOS PROFRA. MARÍA RUTH FERNÁNDEZ GONZÁLES"
DURANTE EL CURSO ESCOLAR 2017-2018.

Proyecto de investigación presentado para optar el grado de
Licenciatura en Educación Preescolar

Autora:
Anabel Rodríguez Rodríguez

Asesores:
Rosario Delgado García
Manuel Muñoz Palomeque

Montemorelos, Nuevo León, México

Mayo, 2018

TABLA DE CONTENIDO

LISTA DE TABLAS	viii
RECONOCIMIENTOS	ix
Capítulo	
I. DIMENSIÓN DEL PROBLEMA	1
Introducción	1
Antecedentes	1
Planteamiento del problema	2
Declaración del problema	2
Hipótesis	3
Definición de términos.....	3
Objetivo de la investigación	3
Justificación	4
Limitaciones	5
Delimitaciones.....	5
Supuestos	5
Marco filosófico	6
Alimentación sana	6
Comportamiento escolar	6
Organización del estudio	7
II. MARCO TEÓRICO	9
Introducción	9
Alimentación sana	9
Concepto.....	9
Salud	11
Importancia de la alimentación sana	12
Alimentación infantil.....	13
Hábitos de alimentación	13
Comportamiento.....	14
Concepto.	15
Disciplina escolar.....	15
¿Qué hacer para evitar la indisciplina?	16
Relación entre compañeros.....	17
Técnicas para corregir el mal comportamiento.....	19

III. METODOLOGÍA	21
Introducción	21
Tipo de investigación	21
Población	23
Tratamiento	23
Plática de alimentación sana	23
Huerto escolar	23
Planes de trabajo	24
Promoción a la comunidad escolar sobre la alimentación	24
Experimentos	24
Desayuno general	24
Instrumento de medición	24
Variables	25
Variable dependiente	25
Variable independiente	25
Instrumento	25
Comportamiento escolar	26
Confiabilidad	26
Operacionalización de las variables	26
Hipótesis nula	27
Hipótesis principal	27
Operacionalización de las hipótesis	27
Recolección de datos	27
Análisis de datos	28
IV. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	29
Introducción	29
Descripción de la población y muestra.....	29
Género	30
Edad	30
Comportamiento de las variables.....	31
Pre-test.....	31
Post-test.....	32
Prueba de hipótesis	32
Resumen del capítulo.....	33
V. RESUMEN, DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	34
Resumen	34
Discusión	35
Conclusiones	37
Recomendaciones	37
A los directivos	38
A las educadoras	38

Para futuras investigaciones	39
Apéndices	
A. INSTRUMENTO	41
B. CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO.....	43
C. DATOS DEMOGRÁFICOS	45
D. PRUEBA DE HIPÓTESIS	47
E. COMPORTAMIENTO DE LAS VARIABLES	49
LISTA DE REFERENCIAS	52

LISTA DE TABLAS

1. Operacionalización de las variables	26
2. Operacionalización de la hipótesis	28
3. Distribución de los participantes por edad	30

DEDICATORIA

A Dios

Por sus infinitas bendiciones, porque siempre ha estado conmigo como un amigo; nunca me dejó sola desde que coloqué un pie en la Universidad. Gracias a Él logré terminar con éxito mi carrera profesional.

A mis hijos

Por ser el tesoro máspreciado que poseo, por alentarme a que salga adelante, porque hacen un gran equipo con Dios para apoyarme en esos momentos, difíciles. Es dedicado a ellos porque gracias a ellos he llegado hasta donde me encuentro y sé que en estos momentos se sienten muy orgullosos de mí. Los amo.

Alfredo

Gracias por comenzar a tomar mi mano justo cuando lo necesitaba, te dedico este logro porque tú has sido mi apoyo para poderlo culminar. Deseo que Dios nos guíe cada día y que cuando llegue el momento en el que los papeles se inviertan, ahora yo pueda brindarte mi apoyo en este camino como tú lo has hecho hasta hoy. Que, de ahora en adelante, juntos podamos alcanzar muchos logros más.

Ángeles, Alhelí, Damaris

Amigas, si, lo logramos, juntas enfrentamos pruebas, problemas, desánimo y muchas cosas que vivimos juntas a mis 44, hoy doy gracias a Dios por su sincera amistad. Las llevo en mi corazón.

Rosario

Sincera amistad la muestra que nos unió mucho más por ser mujeres, gracias por su ejemplo a seguir como maestra, sus consejos y asesoría en este proyecto.

Mamá magnolia, Lorena, Carolina, Esteban.

Gracias por su apoyo emocional y cariño que me manifiestan, por sus oraciones, gracias.

Javier y Nereida

Gracias por su aporte para la culminación de mi carrera, gracias por su amor incondicional.

CAPÍTULO I

DIMENSIÓN DEL PROBLEMA

Introducción

El objetivo de esta investigación es conocer el efecto que produce la promoción de la alimentación sana en el comportamiento escolar de los estudiantes de primer año “A” del jardín de niños “Profra. María Ruth Fernández Gonzáles”, durante el curso escolar 2017-2018. En este capítulo se elaboran los antecedentes sobre las variables: alimentación sana y comportamiento escolar del niño.

Antecedentes

Estévez, Jiménez, y Musitu (2008, citado en Estévez López y Jiménez Gutiérrez, 2014) mencionan que la conducta agresiva que muestran algunos adolescentes hacia sus iguales en el contexto escolar, hace referencia a un conjunto de comportamientos dirigidos hacia otros compañeros, con el objeto de causar un daño intencionado a nivel físico, verbal o relacional.

Furlong, McGilloway, Bywater, Hutchings, Smith, y Donnelly, (2012, citado en Vite Sierra, Alfaro Belmont, Pérez Pérez, y Miranda García, 2015) mencionan que

los problemas de comportamiento de niños y adolescentes representan un problema común, grave y oneroso. Un análisis económico mostró que los costos combinados de atención de la salud, servicios sociales y educación representan un incremento de hasta diez veces más para los niños con trastorno de conducta en relación con los que no lo presentan”. (p.150)

Baudrillard, (1989) menciona que se ha producido un desplazamiento muy significativo, ya que la disciplina escolar aparece como la tarea primaria, cuando en realidad debiera ser el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Espinoza Banda, (2013)menciona en su documento realizado que

muchas de las veces el concepto de disciplina se centra solo en el control, en el silencio, en lo pasivo, sin dar cuenta de que ello también implica llevar una vida ordenada, responsable, organizada que depende de muchos factores para lograr llevarla. Es fundamental el apoyo de los padres de familia, pues forma parte crucial en la formación integral de los educandos. (p. 6)

Planteamiento del problema

En el jardín de niños “Profra. María Ruth Fernández Gonzáles” es frecuente que cuando los niños ingresan al plantel llevan en sus manos alimentos tales como: refrescos de cola, jugos embotellados, galletas con chocolates, fritos, entre otros; la mayoría de los productos que los niños llevan a la escuela son productos ricos en grasas y altos en calorías.

Por lo que no se observa que los padres de familia les preparen lonches con productos sanos para que sus hijos consuman en el momento del receso escolar.

También se observa que la mayoría de los alumnos no desayunan en su casa para ir a la escuela; esto se manifiesta en la conducta de los niños durante la jornada escolar, tanto en el rendimiento como en su motivación por aprender.

Declaración del problema

El problema principal a investigar en este estudio fue el siguiente:

¿Después de promover la alimentación sana en los niños de preescolar, se muestra una diferencia significativa en el comportamiento entre el pre-test y el post-

test en los alumnos de primer año “A” del jardín de niños “Profra. María Ruth Fernández Gonzáles”, durante el curso escolar 2017-2018?

Hipótesis

La hipótesis principal planteada en esta investigación fue la siguiente:

Después de promover la alimentación sana en los niños de preescolar, se muestra una diferencia significativa en el comportamiento entre el pre-test y el post-test en los alumnos de primer año “A” del jardín de niños “Profra. María Ruth Fernández Gonzáles” durante el curso escolar 2017-2018.

Definición de términos

De acuerdo con la literatura revisada, se definen algunos términos que han sido utilizados en esta investigación:

Comportamiento escolar: conducta que manifiestan los estudiantes mientras permanecen en el aula de clases.

Alimentación sana: consumo de verduras y frutas, uso de alimentos bajos en grasas, calorías, azúcares y sal.

Preescolar: instancia educativa en donde los niños se preparan para el proceso alfabetizador propiamente dicho.

Objetivos de la investigación

Para la presente investigación, se establecieron los siguientes objetivos:

1. Conocer el efecto de una alimentación sana en el comportamiento del estudiante de primer año “A” en el jardín de niños “Profra. María Ruth Fernández Gonzáles” durante el curso escolar 2017-2018.

2. Describir las variables: alimentación sana y comportamiento escolar.
3. Hacer concientización en los niños y en los padres de familia sobre la buena alimentación.

Justificación

En el jardín de niños “Profra. María Ruth Fernández Gonzáles” no se han realizado estudios sobre una alimentación sana ni del comportamiento escolar. Se justifica este trabajo porque en una investigación realizada por Egger y Angold (2006, citado en Pacho Robles, Romero Triñanes, y de Compostela, 2009) mostró la prevalencia de trastornos de conducta en niños de cinco a diez años; como resultado el 4.5% en niños y el 2.4% en niñas mostraron rasgos negativos y desafiantes estableciéndose como características de la infancia, donde generalmente se solicita intervención profesional.

Correa, Salinas, y Vio, (2012) dice que

el comportamiento de los niños está asociado a una insuficiente actividad física y a un elevado consumo de alimentos poco saludables, con una gran cantidad de grasas saturadas, azúcar y sal. Ante esto, se ha señalado la necesidad de educar en hábitos de alimentación saludable a los niños desde la educación formal. (p. 313)

Los niños en la escuela consumen una gran cantidad de azúcares; no es recomendable proporcionar este tipo de alimentos, ya que puede dañar su salud. Rívero Urgell et al., (2015) mencionan que el consumo en exceso de alimentos de bajo valor nutritivo, ricos en grasas saturadas, azúcares y sal, comporta un exceso en el aporte de estos componentes y de energía, en detrimento de otros nutrientes de mayor necesidad en las etapas de crecimiento.

Limitaciones

Algunas limitaciones de esta investigación fueron las siguientes:

1. El tiempo disponible del investigador para la realización del estudio.
2. La falta de apoyo por parte de los padres de familia durante la implementación de las actividades.

Delimitaciones

Algunas delimitaciones de esta investigación fueron las siguientes:

1. Los datos fueron recolectados durante los meses de enero a abril del año 2018.
2. El estudio se aplicó a alumnos del primer año "A" del jardín de niños "Profra. María Ruth Fernández Gonzáles" durante el curso escolar 2017-2018, en Montemorelos, Nuevo León
3. El instrumento fue contestado solo por los estudiantes que estuvieron presentes los días de la aplicación.

Supuestos

A continuación, se presentan algunos supuestos de esta investigación:

- Se consideró que los niños respondieron el instrumento con honestidad.
2. Los responsables de la aplicación de los instrumentos siguieron las instrucciones correspondientes.
 3. El instrumento midió la variable dependiente, de acuerdo con la teoría.
 4. Se consideró que los niños participaron en todas las actividades planeadas para la clase.

Marco filosófico

Alimentación sana

En el libro de Daniel, capítulo uno, se menciona que Daniel y sus compañeros decidieron no comer el alimento del rey; en su lugar decidieron alimentarse sanamente mediante vegetales y agua. Al respecto se menciona: “Y Daniel propuso en su corazón no contaminarse con la porción de la comida del rey, ni con el vino que él bebía; pidió, por tanto, al jefe de los eunucos que no se le obligase a contaminarse” (Daniel 1:8). Daniel 1:12 señala: “te ruego que hagas la prueba con tus siervos por diez días, y nos den legumbres a comer, y agua a beber”.

Según White, (1971) menciona que “los que estudian y practican los principios del sano vivir, recibirán grandes bendiciones tanto física como espiritualmente. El comprender la filosofía de la salud es una salvaguardia contra muchos de los males que van de continuo en aumento”. *Consejo para los maestros* (p. 130)

Comportamiento

White, (1989) Señala que

el cerebro es el órgano y el instrumento de la mente, y controla todo el cuerpo. Para que las demás partes del organismo estén sanas, el cerebro tiene que estar sano. Y para que el cerebro esté sano, la sangre debe ser pura. Si la sangre se mantiene pura mediante hábitos correctos relativos a la comida y la bebida, el cerebro recibirá una adecuada nutrición. *Mente, carácter y personalidad tomo 2* (p. 22)

En el libro de Génesis, en el capítulo uno, se menciona cómo eran los celos que tenía Caín para con su hermano Abel, es por esto que se comportó de una manera incorrecta; era tanta su rabia hacia Abel que decidió matarlo, creyendo que Dios no se daría cuenta de lo sucedido. Al respecto se menciona: “Y dijo Caín a su hermano

Abel: Salgamos al campo. Y aconteció que estando ellos en el campo, Caín se levantó contra su hermano Abel, y lo mató.” (Génesis 4:8) Génesis 4:10-11 señala: “él le dijo: ¿Qué has hecho? La voz de la sangre de tu hermano clama a mí desde la tierra. Ahora, pues, maldito seas tú de la tierra, que abrió su boca para recibir de tu mano la sangre de tu hermano.”

Organización del estudio

La presente investigación está conformada por cinco capítulos. A continuación, se especifica la distribución temática de cada uno de ellos.

El Capítulo I desarrolla los antecedentes del comportamiento escolar y alimentación sana, planteamiento del problema, declaración del problema, hipótesis, definición de términos, objetivos de la investigación, justificación del estudio, limitaciones, delimitaciones, supuestos, marco filosófico y organización del estudio.

En el Capítulo II se desarrolla cada una de las variables en estudio sobre la alimentación sana y el comportamiento escolar. Con respecto a la alimentación, se incluye tanto el concepto como la importancia de una buena alimentación y algunos hábitos de alimentación. En relación con la variable comportamiento escolar, se incluyen el concepto, las relaciones entre compañeros y algunas técnicas para corregir el mal comportamiento en los niños, disciplina escolar y qué hacer para evitar la indisciplina.

El Capítulo III describe clara y puntualmente la metodología de esta investigación, así como el tipo de investigación, la población estudiada, el tratamiento, el instrumento de medición utilizado, la validez, la confiabilidad, la operacionalización

de las variables, la hipótesis nula, la operacionalización de la hipótesis nula, la recolección y el análisis de datos.

En el Capítulo IV se presenta el análisis de los resultados, la descripción de la población y la muestra, el comportamiento de las variables, la prueba de hipótesis, así como los análisis adicionales y el resumen del capítulo.

El Capítulo V contiene un resumen de la investigación; además, presenta la discusión, las conclusiones y las recomendaciones surgidas de los resultados de la investigación.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

Introducción

El objetivo de esta investigación es conocer el efecto que produce la promoción de la alimentación sana en el comportamiento escolar de los estudiantes de primer año “A” del jardín de niños “Profra. María Ruth Fernández González”, durante el curso escolar 2017-2018.

En este capítulo se desarrolla cada una de las variables en estudio sobre la alimentación sana y el comportamiento escolar. Con respecto a la alimentación, se incluye el concepto, la importancia de una buena alimentación, algunos hábitos de alimentación. En relación con la variable comportamiento escolar, se incluyen el concepto, relaciones entre compañeros y técnicas para corregir el mal comportamiento en los niños, disciplina escolar y qué hacer para evitar la indisciplina.

Alimentación sana

Concepto

Jiménez Acosta, Rodríguez Suárez, y Domínguez Ayllon, (2016) aseguran que una alimentación sana es el resultado de hábitos alimentarios saludables, pero los hábi-

tos alimentarios de individuos y comunidades se moldean de acuerdo con las características sociales, económicas y culturales de la población en general, así como por los gustos y las preferencias de cada individuo.

Por otro lado, La Organización Mundial de la Salud (2015) menciona que una alimentación sana en el individuo le ayuda a protegerse de la malnutrición en todas sus formas, así como de las enfermedades no transmisibles, tales como: la diabetes, las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares y el cáncer.

Rosales Ricardo et al., (2017) señalan que una alimentación sana es aquella que aporta todos los nutrientes esenciales y la energía que cada persona necesita para mantenerse sana. Esta se logra combinando varios alimentos en forma equilibrada, lo cual satisface las necesidades nutritivas para un correcto crecimiento y desarrolla las capacidades físicas e intelectuales.

El mismo autor comenta que

el consumo de hortalizas y frutas, la cantidad y la calidad de las grasas ingeridas, así como la ingesta de sal son los elementos más importantes de un régimen alimentario favorable a la prevención, tanto de las enfermedades cardiovasculares como del cáncer. Mantener un peso normal y una actividad física adecuada durante toda la vida es la manera más eficaz de prevenir la diabetes y muchas otras enfermedades crónicas. (p.117)

Palencia M., Y. (2013) menciona que se considera suficiente la alimentación que proporciona las cantidades óptimas de la energía y los nutrientes esenciales para la vida, es decir, las proteínas, grasas, hidratos de carbono, vitaminas, minerales y agua; así como la cantidad de fibra dietética necesaria para una correcta función intestinal.

Salud

De acuerdo con, Álvarez Sintés (2008) La salud, y por ende la medicina, no pueden estar determinadas solo por el individuo; es necesario considerar la familia, la colectividad, la comunidad y el ambiente.

Por otra parte, León Barua y Berenson Seminario (1996), comentan que la persona que es saludable, se siente física, mental y socialmente bien. Sus estructuras corporales, procesos fisiológicos y comportamiento están dentro de los límites aceptados como normales para todos los seres humanos.

Devís Devís, (2000) menciona que

es una noción multidimensional porque hace referencia tanto a aspectos físicos como mentales y sociales. No es algo estático que se consigue una vez y ya se tiene para siempre, sino que la salud es dinámica porque discurre y se combina constantemente entre la enfermedad y el bienestar. También es una noción compleja porque las personas podemos experimentar altos niveles de enfermedad o discapacidad entre muchas otras posibilidades. Pero, además, depende de las condiciones históricas, sociales, culturales y medioambientales en que viven las personas. (p. 15)

La salud sigue siendo un tema de interés global, ya que muchos de los problemas que se han generado por la falta de ella se convierten en un tema de interés público, pues sin ella el ser humano no puede desarrollarse favorablemente. Al respecto la Organización Mundial de la Salud (1948, citado en Jori, 2013) comenta que la salud es una zona de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.

Gavidia Catalán y Talavera, (2012) señalan que la salud es el equilibrio del organismo con todos los agentes que intervienen en su vida.

Los mismos autores mencionan que la salud es una construcción mental que realizamos para acercarnos al mundo que nos rodea y es válida mientras nos sirve para encontrar una explicación a lo que percibimos.

Importancia de la alimentación sana

Hernández Rincón et al., (2015) mencionan que:

la importancia de iniciar el aprendizaje temprano de hábitos saludables se enfoca en aprovechar la característica única de plasticidad cerebral, que destaca el periodo de formación y desarrollo del cerebro en los primeros años de vida, para modelar las vías nerviosas del comportamiento que ayudarán a proteger la salud. (p. 2)

Los mismos autores señalan que “se encuentra pertinente motivar hábitos de vida saludable en la comunidad, ya que con esto se lograría atacar el sobrepeso y la obesidad detectados en las instituciones educativas”. (p. 7)

Black, M. M., y Creed-Kanashiro, H. M. (2012) mencionan que los hábitos establecidos tempranamente en la vida suelen persistir con el paso del tiempo, esto hace a los primeros años de vida un tiempo ideal para ayudar a las familias a establecer hábitos saludables de alimentación y evitar tanto la desnutrición como el sobrepeso.

Martínez, Nimo, Gutiérrez, Vielba, y Rubín, (2008) afirman que “necesitamos alimentarnos para crecer y que debemos hacerlo de una manera sana y equilibrada para estar fuertes y sanos, para no acumular grasa nociva en nuestro organismo y para tener energía para trabajar, estudiar, jugar, en definitiva, para vivir.” (p. 26)

Alimentación infantil

La Organización Mundial de la Salud, (2010) asegura que “la alimentación infantil es esencial para asegurar que los niños alcancen todo su potencial en relación con el crecimiento, salud y desarrollo”. (p. 13)

Según Miralpeix, (2003) es importante recordar que una buena alimentación es necesaria para un buen crecimiento y también que una buena alimentación es la primera medicina preventiva.

Así mismo, Londoño y Mejía (2008 citado en Álvares Henao, Serna García, Villada Ramírez, y López Marín, 2012) argumentan que la condición nutricional del niño está determinada por su alimentación y su estado de salud; la alimentación se asocia a la disponibilidad de recursos en el hogar del niño y a los patrones culturales que determinan las formas en que el mismo es alimentado.

Unido a los autores anteriores, Reyna Longoria, (s/f) menciona que “es importante que los hijos en edad escolar tengan un adecuado peso y talla para así asegurar su crecimiento físico, desarrollo intelectual y social. La alimentación es uno de los factores más importantes que lo determinan”. (p. 48)

El mismo autor señala como algo fundamental en la familia, que se debiera optar por una correcta alimentación para prevenir entre sus miembros la aparición de enfermedades tales como las cardiovasculares, la diabetes y obesidad, no solo en adultos, sino también en niños y jóvenes de todas las edades.

Por su parte, Dalmau Serra, (s/f) afirma que “la nutrición en cada una de las diferentes etapas de la edad pediátrica tiene como objetivo conseguir un crecimiento y desarrollo adecuados, evitar las deficiencias nutricionales y prevenir enfermedades que se manifiestan en el adulto”. (p. 1)

Hábitos de alimentación

Álvares Munárriz y Álvares de Luis, (2009) afirman que: “los hábitos de la alimentación se pueden describir como patrones rutinarios de consumo alimentario. Son tendencias para elegir y consumir unos determinados alimentos y a excluir otros.” (p. 2)

Según, Campo Briz (2011) los hábitos de alimentación “son adquiridos a lo largo de la vida e influyen en nuestra alimentación dependiendo de las condiciones sociales y económicas. Incluyendo el tipo de alimentos que se comen, cómo se preparan, a qué hora y en dónde comen”. (p. 10)

Rios, Hermelinda, Moscoso, y Karen, (2015) mencionan que

los hábitos son adquiridos a lo largo de la vida e influyen en nuestra alimentación. Una dieta equilibrada, variada y acompañada del ejercicio físico es la fórmula perfecta para estar sanos, incluyendo alimentos de todos los grupos y en cantidades suficientes para cubrir nuestras necesidades energéticas y nutritivas. (p. 4)

Nunes dos Santos, (2007) dice que “los hábitos alimentarios están relacionados con la identidad cultural y son influenciados por la formación cultural y social. Las tradiciones religiosas, la clase social, el ingreso, las restricciones y prohibiciones alimenticias son elementos característicos de cada cultura.” (p.107)

Reséndiz Barragán, Hernández Altamirano, Sierra Murguía, y Torres Tamayo, (2015) mencionan que “los hábitos de alimentación están asociados al estado emocional

de las personas, debido a que se come de manera desproporcionada cuando se está alegre, triste o enojado y cuando se experimenta soledad, frustración o estrés”. (p. 673)

Comportamiento

Concepto

Daranas, (2012) comenta que es la manera de proceder que tienen las personas o las organizaciones en relación con su entorno o con el mundo de estímulos. Es el conjunto de respuestas motoras frente a estímulos tanto internos como externos.

Viteri Cruz, (2014) menciona que es “el conjunto de actos exhibidos por el ser humano y determinados por la cultura, las actitudes, las emociones, los valores de la persona y los valores culturales, la ética, el ejercicio de la autoridad, la relación, la hipnosis, la persuasión, la coerción y/o la genética”. (p. 1)

Hurtado Duarte, (2013) señala que “el comportamiento es aquel en el cual el individuo actúa de manera común, sin ser inducido por nadie y que además cumple con un estado de equilibrio del individuo en relación con sus fines”. (p. 7)

Por otro lado, Salazar, Marmolejo, Angeles, y Malagón, (2007) afirman que el comportamiento de una persona durante un período corto o largo, incluye cualquier cantidad de acciones individuales.

Disciplina escolar

Quinn (1989, citado en Márquez Guanipa, Díaz Nava, y Cazzato Dávila, 2007) define la disciplina como conjunto de normas y límites para realizar el trabajo de una manera más eficiente en el aula, este debe ser abordado desde el enfoque multicausal.

Por otra parte, Córdova Garrido, (2013) menciona que es en el aula de clases, donde la disciplina se elige como una manera correctiva de conseguir determinados fines como la socialización del alumnado, autonomía, rendimiento, autocontrol, entre otros.

Así mismo, Sureda (2003, citado en Córdova Garrido, 2013) resalta que

la disciplina es una virtud que renueva a quien la practica y al medio ambiente donde se ejerce; incluso con una particular sutileza refiere: Así como la sabiduría es la madre de todas las virtudes, sin disciplina en el aprendizaje, las buenas intenciones no sirven de nada. Lo dicho hace importante la labor del profesor, ya que sugiere que, para enseñar, se necesita establecer lineamientos claros, como reglas o normas en el aula, que trascienda en el respeto a sí mismo y a los compañeros. (p. 9)

Por su parte Cohen (1977, citado en Córdova Garrido, 2013), declara que “la disciplina consiste en el control del alumno mediante una mezcla equilibrada de poder personal, emanada naturalmente del individuo y de destrezas específicas, así como de la autoridad que se deriva del estatus de maestro y de las normas vigentes en el colegio y en la clase”. (p.14)

Por otro lado, Márquez Guanipa et al., (2007) mencionan que en “el ámbito educativo la disciplina escolar se entiende como el conjunto de normas que regulan la convivencia en la escuela”. (p. 126)

De acuerdo con Nérici (1969, citado en Márquez Guanipa et al., 2007) la dirección del aula consiste en guiar mediante un conjunto de actividades enfocadas a la disciplina, a lo largo de la clase, para que haya un mejor aprovechamiento del tiempo y un trabajo integrado, hacia la obtención de un mayor y mejor aprendizaje posible.

¿Qué hacer para evitar la indisciplina?

Cubero, Abarca y Nieto (1996, citado en Cubero Venegas, 2004) indica que “hacer la lección atractiva, es clave para prevenir la indisciplina, y el mantener la atención del grupo el mayor tiempo posible, es uno de los mejores recursos para prevenir el mal comportamiento.” (p. 5)

El mismo autor expresa que

el uso de la voz, el tono y los diferentes matices, pueden expresar a los alumnos lo que se desea de ellos. Lo recomendable es que no se tenga que recurrir a gritos, ni que la voz denote sarcasmo, burla o chantaje. Por lo general disminuir el tono cuando los alumnos están perturbando, tiene mayor resultado que subirlo y gritar para hacerse escuchar. (p. 6.)

Así mismo, Márquez Guanipa et al., (2007) señalan que “el docente debe exponer con facilidad sus pensamientos a los estudiantes; implementar estrategias, la cuales se establecen mediante un consenso; facilitar acuerdos con los estudiantes; mostrar comprensión y promover formas de ayuda en las necesidades de los estudiantes”.

Por otro lado, Barrera Poblete y Valencia Flores, (2008) declaran que “un ambiente eficaz en el aula comienza por la organización de la sala de clases, donde los docentes deben tener estrategias para enseñar las conductas apropiadas y manejar las conductas problemas dentro del aula.” (p. 3)

Mayora, Rojas, y García, (2012) mencionan que

la disciplina en el aula se logra con normas claras y su cumplimiento por parte de todos los integrantes del aula, además de la actitud del maestro y la forma de enseñanza, si hay un clima democrático y participativo en la clase y se plantea a los alumnos actividades interesantes y motivadoras, facilita el ejercicio de autoridad y la buena organización del tiempo y los recursos del aula. (p. 44)

Relación entre compañeros

Benito Martín, (2005) menciona que uno de los factores más importantes de una organización son sus integrantes, que a través de las interacciones que mantienen, van construyendo un sistema de comunicación y creando una red de relaciones.

Ball (1989, citado en Benito Martín, 2005) subraya la importancia de las relaciones en el siguiente fragmento:

por encima de este esquema formal de roles y relaciones, hay también agrupaciones informales de carácter en gran medida emotivos, y toda clase de actitudes internas y prejuicios personales que afectan a la conducta de unas personas a otras, y a su capacidad de trabajar juntas como grupo cooperativo. (p.5)

Lera, (2003) señala cómo son las relaciones en la escuela, muchas de ellas se basan en el respeto mutuo, en el diálogo, la comprensión, el apoyo y el afecto. Así, cuando hay un problema en un grupo se intenta que sus miembros sean bien recibidos, se trata a todos por igual, se ayudan, son responsables, tolerantes. En el recreo vemos que muchos grupos juegan y se divierten juntos, se ayudan, se escuchan; es decir, hay buenas relaciones entre el alumnado. Pero no siempre es así, muchas veces se observan peleas y problemas entre sí.

Estévez López y Jiménez Gutiérrez, (2014) declaran que

las relaciones sociales y de amistad que tienen lugar en el aula surgen a partir de las agrupaciones formales impuestas por la institución y de las agrupaciones informales reguladas por las normas establecidas en el seno del grupo. Estas relaciones y agrupamientos se configuran en función de metas y normas propias de la cultura. (p. 3)

“Relaciones entre Pares”, (s/f) menciona que las relaciones entre compañeros durante la niñez son importantes para la adaptación psicosocial actual y futura. Las actividades grupales llevadas a cabo, juegan un papel en el desarrollo de los niños, realizando nuevas destrezas y a acceder a las normas sociales y procesos involucrados en las relaciones interpersonales. Este argumento es de particular interés en la actualidad ya que existe un número creciente de niños que están expuesto a la socialización antes de entrar a la escuela.

Técnicas para corregir el mal comportamiento

Según Tomás Gil, (2013) existen algunas técnicas para corregir el mal comportamiento, dentro de las cuales menciona las siguientes:

1. Refuerzo positivo: Dar algo positivo después de una buena conducta. Puede ser un premio, alabanza, actividad, poder decir algo, regalo, atención, etc. Debe ser un refuerzo que le guste al niño y lo lleve a una conducta positiva.

2. Moldeamiento: Acercar a los niños a la conducta deseada.

3. Modelado: Otra persona realiza la conducta que queremos enseñar y el niño observa cómo la hace el modelo y las consecuencias positivas o negativas que obtiene.

Por otro lado, Fernández, (s/f) propone otras técnicas, las cuales son:

1. Extinción: Reducción en la frecuencia de una conducta que sigue a la supresión del reforzamiento.

2. Incitación o instigación: Recursos (verbales, gestuales, físicos, ambientales) utilizados para iniciar una conducta con el propósito de reforzarla contingentemente.

3, Encadenamiento: Adquisición de nuevas conductas o incremento de respuestas presentes de forma elemental en el repertorio comportamental del sujeto.

4. Economía de fichas o sistema de puntos: Sistema de reforzamiento basado en fichas que se usan para recibir reforzadores de apoyo, según una tasa de intercambio explícitamente especificada para el desarrollo/mantenimiento de las conductas-objetivo.

5. Contrato de contingencias o contratos conductuales: Documento que detalla conductas y las consecuencias del cumplimiento o incumplimiento. Se pretende hacer más probables conductas (interpersonales) incrementando su reforzamiento natural en los contextos que las hacen idóneas.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

Introducción

El objetivo de esta investigación es conocer el efecto que produce la promoción de la alimentación sana y el comportamiento escolar en los estudiantes de primer año “A” del Jardín de niños “Profra. María Ruth Fernández Gonzáles”, durante el curso escolar 2017-2018.

El contenido de este capítulo describe clara y puntualmente la metodología de esta investigación, así como el tipo de investigación, la población estudiada, el tratamiento, el instrumento de medición utilizado, la validez, la confiabilidad. la operacionalización de las variables, la hipótesis nula, la operacionalización de la hipótesis nula, la recolección y el análisis de datos.

Tipo de investigación

Para comprender el significado del tipo de investigación es de utilidad conocer diferentes definiciones de tal concepto.

Hernández Sampieri et al. (2006) declara que una investigación puede tener un enfoque cuantitativo si la recolección de datos busca probar las hipótesis a través de la medición numérica y el análisis estadístico, con los que se establecen patrones de comportamiento y se prueban teorías. Bajo este enfoque, la investigación puede tener diferentes tipos de alcances.

La investigación descriptiva pretende especificar propiedades importantes de ciertas personas, grupos, comunidades u otro fenómeno que sea sometido a análisis (Dankhe, 1976).

La investigación experimental, según Hernández Sampieri et al. (2006), es aquella que analiza si una o más variables independientes afectan a una o más variables dependientes y por qué lo hacen.

La investigación longitudinal, definido por Visser (1985, citado en Arnau y Bono, 2008), examina los cambios que se producen para la misma muestra de sujetos, a lo largo del tiempo.

Al tomar en cuenta lo anterior, se concluye que la presente investigación responde a un diseño con enfoque cuantitativo con alcance descriptivo, experimental y longitudinal.

Es cuantitativa, porque se formularon preguntas de investigación, se revisó la literatura, se construyó un marco teórico, se formularon hipótesis y se hicieron mediciones numéricas.

Es descriptiva, ya que se pudieron medir las variables de estudio: utilización de estrategias de alimentación sana y comportamiento escolar.

Es experimental, porque midió el efecto que la variable independiente alimentación sana tiene sobre la variable dependiente comportamiento escolar.

Es longitudinal, porque en dos momentos determinados se utilizó un instrumento para conocer el grado de comportamiento en alumnos de primer año "A" del Jardín de niños "Profra. María Ruth Fernández Gonzáles".

Población

La población es el conjunto de todos los datos que concuerdan con una serie de especificaciones, según Hernández Sampieri et al. (2010).

En esta investigación, la población estudiada fueron los alumnos de primer año “A” del Jardín de niños “Profra. María Ruth Fernández Gonzáles” durante el curso escolar 2017-2018. El total de participantes en el pre-test fue de 15 alumnos y el total de participantes en el post-test fue de 15, por lo que representan el 100 % de la población al inicio y al final de las prácticas docentes.

El tratamiento

La variable independiente o tratamiento utilizado en la presente investigación fue alimentación sana.

El tratamiento consistió en promover la alimentación sana en los alumnos de primer año “A” del Jardín de niños “Profra. María Ruth Fernández Gonzáles”.

Plática de alimentación sana

Se les habló a las madres de familia acerca de una alimentación sana, cómo combinar los alimentos, cuáles pueden ser sustituidos y se les mostró una tabla nutricional de los alimentos.

Huerto escolar

El niño aprendió el proceso de crecimiento de algunos vegetales y plantas, de esta manera ellos pudieron identificar el tipo de planta que da fruta o verdura, para que puedan reconocer de donde provienen los alimentos.

Planes de trabajo

Se realizaron actividades diarias que incluyeron información para los niños sobre una alimentación sana empleando actividades lúdicas

Promoción a la comunidad escolar sobre la alimentación sana

Se colocaron carteles publicitarios en las paredes, muros de la escuela, en lugares cercanos a la institución, imágenes y textos que promovieron una alimentación sana donde se hicieron llamados a la comunidad para concientizar a las familias para mejorar hábitos alimenticios.

Experimentos

Se realizaron experimentos con los niños para mostrarles la importancia que tiene ingerir agua y alimentos sanos en nuestro organismo.

Desayuno general

Se organizó un desayuno con los niños fuera del aula, con el propósito de que compartieran con compañeros de otros grados, sus alimentos saludables y se enfatizó el uso de agua pura durante la jornada escolar.

Instrumento de medición

La instrumentación comprende la variable dependiente e independiente, la elaboración del instrumento, su confiabilidad y la operacionalización de las variables.

Variables

De acuerdo con Hernández Sampieri et al. (2010), las variables se pueden agrupar en variables dependientes e independientes, las que a continuación se describen.

Variable dependiente

La variable dependiente es el fenómeno que requiere de explicación o que debe ser explicado. Para este estudio, se consideró como variable dependiente el comportamiento escolar.

Variable independiente

La variable independiente utilizada en la presente investigación fue una alimentación sana.

Algunas otras variables complementarias que se consideraron para ampliar el estudio fueron las demográficas, que incluyeron las siguientes: género y edad de los niños.

Instrumento

Un instrumento de medición, según Hernández Sampieri et al. (2010), en principio es cualquier recurso utilizado por el investigador para estudiar los fenómenos y extraer de ellos información. El instrumento sintetiza en sí toda la labor previa de investigación. Resume los aportes del marco teórico al seleccionar datos que corresponden a los indicadores y, por lo tanto, a las variables o conceptos utilizados.

A continuación, se hace referencia al instrumento utilizado en la presente investigación ver Apéndice A.

Comportamiento Escolar

La escala para medir el grado de comportamiento escolar consta de 20 criterios. El instrumento final consta de tres secciones: (1) instrucciones generales, (2) datos demográficos y (3) 20 variables observadas con cinco opciones a elegir: (1) *nunca*; (2) *rara vez*; (3) *alguna vez*; (4) *a menudo* y (5) *siempre*.

Confiabilidad

La confiabilidad del instrumento para los 20 criterios de la variable comportamiento escolar, en el pre-test fue de .961 y para el post-test fue de .945, según el método alfa de Cronbach. Dichos valores son considerados como medidas de confiabilidad muy aceptables. En el Apéndice B se muestran las tablas de respaldo.

Operacionalización de la variable

En la Tabla 1 se presenta la operacionalización del comportamiento escolar de los encuestados. Se incluyen las definiciones conceptuales, instrumentales y operacionales para cada una de ellas.

Tabla 1

Operacionalización de las variables

Variables	Definición Conceptual	Definición Instrumental	Definición operacional
Comportamiento escolar	Conducta que manifiestan los estudiantes mientras permanecen en el aula de clases y que tiene comportamientos de agresividad, hiperactividad y otros comportamientos	La escala que se utilizó para obtener el promedio del grado de comportamiento escolar fue la siguiente: <input type="checkbox"/> nunca <input type="checkbox"/> rara vez <input type="checkbox"/> alguna vez <input type="checkbox"/> a menudo <input type="checkbox"/> siempre	Para conocer el grado de comportamiento escolar se determinó por medio de la media aritmética de los 20 criterios. Se utilizó la siguiente escala: 1. nunca 2. rara vez 3. alguna vez 4. a menudo 5. siempre

Hipótesis nula

Según Hernández Sampieri et al. (2010), las hipótesis nulas son proposiciones acerca de la relación entre variables y sirven para negar lo que afirma la hipótesis de investigación. A continuación, se enuncia la hipótesis de este estudio:

Hipótesis principal

La hipótesis principal de investigación de esta investigación fue la siguiente:

Después de promover la buena alimentación sana en los niños de preescolar, se muestra una diferencia significativa en el comportamiento entre en pre-test y el post- test en los estudiantes de primer año "A" del Jardín de niños "Profra. María Ruth Fernández Gonzales" durante el curso escolar 2017-2018.

Operacionalización de la hipótesis

En la Tabla 2 se presenta un ejemplo de la operacionalización de la hipótesis nula principal. Se incluye la hipótesis, las variables, nivel de medición y prueba estadística.

Recolección de los datos

Para administrar los instrumentos del pre-test y del post-test se llevó a cabo el siguiente procedimiento:

1. Se citó a los padres de los alumnos de primer año de preescolar, para darles una explicación de la encuesta y la finalidad de su aplicación. Se garantizó a los padres que las respuestas de la encuesta serían confidenciales. Se les pidió a los alumnos que se sentaran y trabajarán para que, a través de la observación, se pudiera ver el comportamiento que cada uno tiene en el salón de clases.

Tabla 2

Operacionalización de las hipótesis

Hipótesis	Variables	Nivel de Medición	Prueba estadística
La hipótesis principal de investigación planteada fue la siguiente: Después de promover la buena alimentación sana en los niños de preescolar, se muestra una diferencia significativa en el comportamiento entre en pre-test y el post- test en los estudiantes de primer año "A" del jardín de niños "Profa. María Ruth Fernández Gonzáles" durante el curso escolar 2017-2018.	A. Alimentación sana	A. Métrica	Para la prueba de la hipótesis se utilizó la prueba <i>t</i> de Student. Para conocer el tamaño del efecto se usó la <i>d</i> de Cohen. La hipótesis nula se rechazó para valores de significación $p < .05$.
	B. Comportamiento escolar.	B. Métrica	

Análisis de datos

Por ser una investigación cuantitativa, para el análisis de los datos recolectados se usó el paquete estadístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versión 15.0 para Windows. Las pruebas utilizadas en esta investigación fueron las siguientes: *t* de Student, la *d* de Cohen, análisis de varianza de un factor y la utilización de las medias aritméticas.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Introducción

El objetivo de esta investigación es conocer el efecto que produce la promoción de la alimentación sana en el comportamiento escolar de los estudiantes de primer año “A” del jardín de niños “Profra. María Ruth Fernández Gonzáles”, durante el curso escolar 2017-2018.

Este capítulo se presenta el análisis de los resultados, descripción de la población y la muestra, comportamiento de las variables, prueba de hipótesis y resumen del capítulo.

La investigación fue considerada de tipo cuantitativa, experimental, longitudinal y descriptiva.

Las variables utilizadas en esta investigación fue el comportamiento escolar y las variables demográficas: género y edad.

Descripción de la población y muestra

En la investigación se consideró a los estudiantes de primer año del jardín de niños “Profra. María Ruth Fernández Gonzáles”, durante el curso escolar 2017-2018. A continuación, se describen los resultados de las variables género y edad

consideradas en el pre-test y el post-test. En el Apéndice D se presentan las tablas de los datos estadísticos de las variables demográficas.

Género

De acuerdo con la cantidad de alumnos encuestados por su género en el pre-test, se distribuyeron de la siguiente manera: el 53.3% fueron mujeres ($n = 8$) y el 46.7 % fueron hombres ($n = 7$) y en el post-test fue el siguiente: el 53.3% fueron mujeres ($n = 8$) y el 46.7 % fueron hombres ($n = 7$).

Edad

En la Tabla 4 se muestra la distribución de los estudiantes de acuerdo con su edad. En el pretest se observa que la mayoría de los estudiantes tienen 3 años, lo que representa el 100% ($n = 15$). Por otra parte, en el post-test se observa que la mayoría de los estudiantes tienen 3 años, lo que representa el 53.3% ($n = 8$) y el 46.7% ($n = 7$), tiene 4 años respectivamente.

Tabla 4

Distribución de los participantes por edad

Edad	Pre-test		Post-test	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
3	15	100	8	53.3
4	0	0	7	46.7
Total	15	100.0	15	100.0

Comportamiento de la variable

A continuación, se da respuesta a las preguntas de investigación formuladas en esta investigación. En el Apéndice G se presentan las tablas que contienen la media y la desviación estándar de cada criterio.

Pre-test

Mediante el análisis de datos de los 20 criterios en el pretest, se obtuvo una media aritmética de 2.10 y una desviación estándar de .977 para la variable comportamiento escolar en los estudiantes de primer año de preescolar.

Los indicadores que obtuvieron mayor valor, representado por la media aritmética y la desviación estándar del comportamiento escolar con estudiantes de educación preescolar fueron los siguientes: (a) “se distrae fácilmente” ($\bar{X} = 3.20$, $DE = .774$), (b) “le cuesta concentrarse en una cosa” ($\bar{X} = 2.86$, $DE = 1.060$), (c) “interrumpe” ($\bar{X} = 2.53$, $DE = 1.407$).

Los indicadores de menor valor del comportamiento escolar en estudiantes de primer año de preescolar fueron los siguientes: (a) “rompe materiales” ($\bar{X} = 1.06$, $DE = .258$), (b) “no es cuidadoso con sus juguetes y otros objetos” ($\bar{X} = 1.46$, $DE = .743$), (c) “se pega con niños de su edad” ($\bar{X} = 1.53$, $DE = .990$).

Según la escala de medición utilizada, el resultado indica que los estudiantes de primer año del jardín de niños “Profra. María Ruth Fernández Gonzáles” mostraron un comportamiento escolar entre *regular* y *bueno*.

Post-test

Mediante el análisis de datos de los 20 criterios del post-test, se obtuvo una media aritmética de 1.52 y una desviación estándar de .685 en los estudiantes de primero de preescolar.

Los indicadores que obtuvieron mayor valor, representado por la media aritmética y la desviación estándar del clima escolar con estudiantes de primer año de preescolar fueron los siguientes: (a) “se distrae fácilmente” ($\bar{X} = 2.13$, $DE = 1.245$), (b) “le cuesta concentrarse en una cosa” ($\bar{X} = 2.06$, $DE = 1.162$), (c) “es demasiado activo o inquieto” ($\bar{X} = 1.93$, $DE = 1.279$).

Los indicadores de menor valor del comportamiento escolar en estudiantes de primer año de preescolar fueron los siguientes: (a) “rompe materiales” ($\bar{X} = 1.00$, $DE = .000$), (b) “no es cuidadoso con sus juguetes y otros objetos” ($\bar{X} = 1.00$, $DE = .000$), (c) “quiere llamar la atención constantemente” ($\bar{X} = 1.20$, $DE = .414$).

Según la escala de medición utilizada, el resultado indica que los estudiantes de primer año del jardín de niños “Profra. María Ruth Fernández Gonzales” mostraron un comportamiento escolar entre *bueno* y *excelente*.

Prueba de hipótesis

En esta sección se presentan las pruebas estadísticas de la hipótesis nula. Las tablas de resultado de la hipótesis se pueden ver en el Apéndice E. La hipótesis principal de investigación planteada fue la siguiente:

Después de promover la buena alimentación sana en los niños de preescolar, no se mostró una diferencia significativa en el comportamiento entre en el post-test y

el pre-test en los alumnos de primer año del jardín de niños “Profra. María Ruth Fernández González”, durante el curso escolar 2017-2018.

Al correr la prueba estadística ($t_{(25.072)} = -1.860, p = .073$), se encontró un nivel de significación p mayor a .05, proveyendo suficiente evidencia para aceptar la hipótesis nula. Esto indica que no existe una diferencia significativa entre el pre-test y el post-test en el comportamiento escolar y la promoción de la alimentación sana.

Resumen del capítulo

En este capítulo se presentan los resultados de la investigación. Se hizo uso de los datos recolectados y se dio un reporte del comportamiento de las variables demográficas. Se llevó a cabo la prueba de hipótesis y se dieron respuestas a las preguntas de investigación.

CAPÍTULO V

RESUMEN, DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Resumen

Este trabajo de investigación busca informar al lector sobre la relación que tiene la alimentación sana y el comportamiento escolar. Muy poco se ha escrito sobre el tema y es un gran desafío para los profesores conocer los aspectos que influyen en el comportamiento escolar de los niños.

El comportamiento escolar es fundamental en el aula de clases, al respecto Quinn (1989) menciona que el conjunto de normas y límites son necesarias para realizar el trabajo de una manera más eficiente en el aula. Un salón ordenado y bien organizado genera un ambiente escolar de los niños

Por su parte Márquez Guanipa et al., (2007), menciona que en “el ámbito educativo la disciplina escolar se entiende como el conjunto de normas que regulan la convivencia en la escuela”.

En el jardín de niños “Profra. María Ruth Fernández Gonzáles”, perteneciente al municipio de Montemorelos Nuevo León, se aplicaron diferentes actividades relacionadas con la alimentación sana durante los meses de febrero y marzo, del curso escolar 2017-2018. La investigación fue de tipo cuantitativa, experimental, longitudinal

y descriptiva. La población estuvo constituida, en el pre-test por 15 estudiantes, y en el post-test por 15 alumnos pertenecientes a la misma escuela mencionada.

Durante la semana 24 del curso escolar 2017- 2018, primera semana de febrero se les aplicó el pre-test donde contestaron 20 declaraciones sobre el comportamiento escolar en el salón de clases. Durante las siguientes semanas, se aplicó el tratamiento que consistió en la aplicación de las diferentes actividades y, finalmente, en la penúltima semana de marzo, se aplicó el post-test para ver las diferencias entre ambas pruebas. Las pruebas utilizadas en esta investigación fueron las siguientes, la *t* de Student, y las medias aritméticas.

Para medir la variable de comportamiento escolar se usó una Escala de Comportamiento Escolar, conformada por 20 criterios con un rango de respuestas dentro de una escala Likert que va del 1 (*excelente*) al 5 (*muy malo*).

Mediante el análisis de datos de los 20 criterios, se obtuvo una media aritmética, en el pre-test de 2.10 y una desviación estándar de .977 para la variable comportamiento escolar. Así mismo, el análisis de datos arrojó una media aritmética en el post-test de 1.52 y una desviación estándar de .685 para la variable comportamiento escolar. Al correr la prueba estadística, no se encontró una diferencia significativa entre el pre-test y el post-test de comportamiento escolar después de utilizar actividades relacionadas con alimentación sana.

Discusión

En este estudio se aceptó la hipótesis nula de investigación, la cual menciona que no existe un efecto en el comportamiento escolar de los estudiantes de primer año del jardín de niños “Profra. María Ruth Fernández Gonzáles” y la alimentación sana.

Jiménez Acosta, Rodríguez Suárez, y Domínguez Ayllon, (2016) asegura que una alimentación sana es el resultado de hábitos alimentarios saludables, pero los hábitos alimentarios de individuos y comunidades se moldean de acuerdo con las características sociales, económicas y culturales de la población en general, así como por los gustos y las preferencias de cada individuo.

Rosales Ricardo et al., (2017) señalan que una alimentación sana es aquella que aporta todos los nutrientes esenciales y la energía que cada persona necesita para mantenerse sana. Esta se logra combinando varios alimentos en forma equilibrada, lo cual satisface las necesidades nutritivas para un correcto crecimiento y desarrolla las capacidades físicas e intelectuales.

Los mismos autores señalan que “se encuentra pertinente motivar hábitos de vida saludable en la comunidad, ya que con esto se lograría atacar el sobrepeso y la obesidad detectados en las instituciones educativas” (p. 7).

Palencia M., Y. (2013) menciona que se considera suficiente la alimentación que proporciona las cantidades óptimas de la energía y los nutrientes esenciales para la vida, es decir, las proteínas, grasas, hidratos de carbono, vitaminas, minerales y agua; así como la cantidad de fibra dietética necesaria para una correcta función intestinal

Por otra parte, León Barua y Berenson Seminario (1996) comenta que la persona que es saludable, se siente física, mental y socialmente bien. Sus estructuras corporales, procesos fisiológicos y comportamiento están dentro de los límites aceptados como normales para todos los otros seres humanos.

Devís Devís, (2000) menciona que

es una noción multidimensional porque hace referencia tanto a aspectos físico como mentales y sociales. No es algo estático que se consigue una vez y ya se tiene para siempre, sino que la salud es dinámica porque discurre y se combina constantemente entre la enfermedad y el bienestar. También es una noción compleja porque las personas podemos experimentar altos niveles de enfermedad o discapacidad entre muchas otras posibilidades. Pero, además, depende de las condiciones históricas, sociales, culturales y medioambientales en que viven las personas. (P. 15)

Conclusiones

Queda evidenciado en este estudio que un buen comportamiento escolar, se ve afectado positivamente por una alimentación sana. El diseño y ejecución de diversas actividades didácticas reafirmaron en los niños hábitos saludables. Las buenas prácticas para mejorar la salud crean un escenario fértil para un buen comportamiento escolar, ya que produce cambios favorables en el desempeño escolar del niño.

En la práctica diaria, dentro del centro escolar, se favoreció la experimentación, la exposición de carteles informativos, las pláticas interactivas con los padres, un amplio repertorio de actividades didácticas y la implementación de un huerto escolar. Todas estas prácticas fueron de gran valor en la promoción de la salud de los estudiantes y mantuvo la motivación para un comportamiento apropiado en el salón de clases y en el plantel

Recomendaciones

El presente estudio sobre la alimentación sana y el comportamiento escolar, resalta la necesidad de seguir investigando sobre estos temas. Por lo que es de suma importancia tanto para los padres, como para los maestros. A continuación, se presentan algunas recomendaciones.

A los directivos

1. Diseñar un plan estratégico institucional para promover una alimentación sana en el centro escolar con la participación activa del personal docente, de los padres de familia y la comunidad en general.
2. Incluir programas de promoción y prevención de la salud y guías que permitan mejorar e incrementar el hábito de alimentación sana.
3. Promover la buena alimentación dentro de la institución y en los hogares de los padres de familia. Compartir con las padres sugerencias de desayunos completos e integrales, y pláticas permanentes dentro del centro escolar.
4. Proporcionar literatura y sesiones informativas con profesionales de la salud para mantener al personal y con los padres actualizados en el cuidado del cuerpo.
5. Establecer talleres de cocina saludable para las madres de familia con el propósito de que aprenden a elaborar platillos nutritivos para el bienestar de los miembros de su familia.

A las educadoras

1. Modelar buenos hábitos alimenticios delante de los niños y practicarlo como una convicción personal.
2. Incluir en la planeación rutinas diarias para promover hábitos saludables.
3. Llevar a cabo talleres que favorezcan el conocimiento y la práctica de una alimentación sana para mejorar la condición física de los niños y que trascienda a sus hogares.

4. Invitar a los padres de familia al salón de clases, para favorecer el nexo hogar-escuela y trabajar juntos en la elaboración de alimentos saludables y programas que promuevan una mejor salud.

Para futuras investigaciones

1. Aplicar las estrategias didácticas para favorecer una alimentación sana durante un mínimo de cinco meses.

2. Considerar otras variables en el estudio que no fueron incluidas en esta investigación.

3. Dar seguimiento al estudio por un lapso de tres años y aplicarlo inicialmente con los alumnos que ingresan al preescolar, en caso de que los estudiantes sean de primer año de preescolar para darnos cuenta como los hábitos alimenticios favorecen un mejor ambiente de aprendizaje en el salón de clases.

APÉNDICE A

CARTA DE ANUENCIA

Montemorelos, Nuevo León, México, a 2 de febrero de 2018

ASUNTO:
ANUENCIA

C. Mtro. Jaime Bejarano Loo
Director de la Normal Carmen A. de Rodríguez
PRESENTE

Por este conducto hago de su conocimiento que la **Srita. Anabel Rodríguez Rodríguez**, alumna del octavo semestre de la Licenciatura en Educación Preescolar, presentó ante la dirección de esta institución educativa, la solicitud de realizar su trabajo de investigación que lleva como título: **El efecto que produce la promoción de la alimentación sana en el comportamiento escolar en los alumnos de primer año del Jardín de niños "Profra. María Ruth Fernández Gonzáles" durante el curso escolar 2017-2018.**, bajo los siguientes acuerdos:

- La alumna estará bajo la supervisión de la profesora **Rosario Delgado García**, docente de la escuela Normal Carmen A. de Rodríguez.
- La intervención tendrá un tiempo de duración de aproximadamente un semestre escolar.
- La información obtenida será transcrita y utilizada para realizar una publicación a través de un artículo científico, en esta publicación yo seré identificada en los agradecimientos representando la institución a mi cargo, es por ello, que autorizo el uso de información personal básica que puede ser incluida como: nombre completo y cargo.
- No hay ningún riesgo físico asociado con esta investigación.
- Los resultados de este trabajo de investigación contribuirán al logro de la misión y visión de nuestra institución educativa.
- Como resultado de mi participación recibiré una copia completa del informe y además tendré la oportunidad de discutir el informe con el investigador.
- No hay compensación monetaria por la participación en este estudio.
- Se me ha comunicado que mi participación en el estudio es completamente voluntaria y que tengo el derecho de retirar mi consentimiento en cualquier momento, antes que el informe esté finalizado sin ningún tipo de penalización. Lo mismo se aplica por mi negativa inicial a la participación en este proyecto.
- Para cualquier pregunta acerca de mi consentimiento o acerca del estudio puedo comunicarme en cualquier momento con la investigadora o asesora a través de la dirección de la Normal, al teléfono 2630900 Ext. 6887 y 6888

He leído el consentimiento y he oído las explicaciones orales del investigador. Mis preguntas concernientes al estudio han sido respondidas satisfactoriamente y como prueba de consentimiento voluntario para participar en este estudio, firmo a continuación.


Investigadora


Asesora



NUEVO LEÓN
GOBIERNO DEL ESTADO
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
JARDÍN DE NIÑOS
PROF. MA RUTH FERNÁNDEZ GONZÁLES
C.C.T. 04019800 UNIDAD REGIONAL

Profra. Laura Elizabeth Ramos
DIRECTORA

APÉNDICE B

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

Confiabilidad del instrumento

Comportamiento escolar

PRE-TEST

TODAS LAS VARIABLES

Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	15	100.0
	Excluidos(a)	0	.0
	Total	15	100.0

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

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.961	20

POST-TEST

TODAS LAS VARIABLES

Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	15	100.0
	Excluidos(a)	0	.0
	Total	15	100.0

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

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.945	20

APÉNDICE C

DATOS DEMOGRÁFICOS

DATOS DEMOGRÁFICOS

PRE-TEST

GÉNERO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	FEMENINO	8	53.3	53.3	53.3
	MASCULINO	7	46.7	46.7	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

EDAD

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	3.00	15	100.0	100.0	100.0

POST-TEST

GÉNERO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	FEMENINO	8	53.3	53.3	53.3
	MASCULINO	7	46.7	46.7	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

EDAD

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	3.00	8	53.3	53.3	53.3
	4.00	7	46.7	46.7	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

APÉNDICE D

PRUEBAS DE HIPÓTESIS

PRUEBA DE HIPÓTESIS

Estadísticos de grupo

	PRE_POST	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
GENERAL	1.00	15	2.1000	.97797	.25251
	2.00	15	1.5267	.68501	.17687

Prueba de muestras independientes

		Prueba de Levene para la igualdad de varianzas		Prueba T para la igualdad de medias						
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Error típ. de la diferencia	95% Intervalo de confianza para la diferencia	
		Inferior	Superior	Inferior	Superior	Inferior	Superior	Inferior	Superior	Inferior
GENERAL	Se han asumido varianzas iguales	4.515	.043	1.860	28	.073	.57333	.30829	-.05818	1.20484
	No se han asumido varianzas iguales			1.860	25.072	.075	.57333	.30829	-.06151	1.20818

APÉNDICE E

COMPORTAMIENTO DE LAS VARIABLES

Comportamiento de las variables

Comportamiento escolar

PRE-TEST

TODAS LAS VARIABLES

Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	15	100.0
	Excluidos(a)	0	.0
	Total	15	100.0

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

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.961	20

Estadísticos descriptivos

	N	Media	Desv. típ.
COMP_PRETEST	15	2.1000	.97797
N válido (según lista)	15		

Estadísticos descriptivos

	N	Media	Desv. típ.
C17	15	3.2000	.77460
C19	15	2.8667	1.06010
C16	15	2.5333	1.40746
C8	15	2.4667	1.59762
C18	15	2.4000	1.40408
C2	15	2.4000	1.54919
C20	15	2.4000	1.59463
C4	15	2.4000	1.91982
C3	15	2.2667	1.53375
C13	15	2.1333	.35187
C1	15	2.0667	1.38701
C15	15	2.0000	1.25357
C6	15	1.93333	1.533747
C5	15	1.8667	1.40746
C9	15	1.7333	1.27988
C10	15	1.6667	1.23443
C7	15	1.6000	1.12122
C14	15	1.5333	.99043
C12	15	1.4667	.74322
C11	15	1.0667	.25820
N válido (según lista)	15		

POST-TEST

Resumen del procesamiento de los casos

	N	%
Casos Válidos	15	100.0
Excluidos(a)	0	.0
Total	15	100.0

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

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.945	20

Estadísticos descriptivos

	N	Media	Desv. típ.
COMP_POSTEST	15	1.5267	.68501
N válido (según lista)	15		

Estadísticos descriptivos

	N	Media	Desv. típ.
C17	15	2.1333	1.24595
C19	15	2.0667	1.16292
C20	15	1.9333	1.27988
C18	15	1.8667	1.35576
C8	15	1.6667	.81650
C13	15	1.6000	.50709
C16	15	1.6000	.63246
C3	15	1.6000	1.24212
C2	15	1.5333	1.12546
C4	15	1.5333	1.24595
C1	15	1.5333	1.12546
C14	15	1.5333	1.06010
C10	15	1.4667	1.12546
C6	15	1.40000	.910259
C9	15	1.3333	.61721
C7	15	1.2667	1.03280
C5	15	1.2667	1.03280
C15	15	1.2000	.41404
C12	15	1.0000	.00000
C11	15	1.0000	.00000
N válido (según lista)	15		

PRE-POST**Estadísticos de grupo**

PRE_POST	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
GENERAL 1.00	15	2.1000	.97797	.25251
2.00	15	1.5267	.68501	.17687

APÉNDICE F

INSTRUMENTO

Fecha: _____

Nombre: _____ Edad: _____ Grado: _____

Escala de valoración					
Nunca (1) Rara vez (2) Alguna vez (3) A menudo (4) Siempre(5)					
Criterios	Valoración				
	1	2	3	4	5
1. Se comporta mal en la mesa de trabajo.					
2. No quiere hacer las actividades en el salón					
3. No obedece las normas del salón					
4. No obedece hasta que no se le amenaza con un castigo					
5. Es desafiante cuando se le da una orden.					
6. Se enfada cuando no se sale con la suya					
7. Responde mal a la maestra o al personal docente					
8. Lloro con facilidad					
9. Grita					
10. Discute o les pega a sus compañeros					
11. Rompe materiales					
12. No es cuidadoso con sus juguetes y otros objetos					
13. Miente					
14. Se pega con niños de su edad					
15. Quiere llamar la atención constantemente					
16. Interrumpe					
17. Se distrae fácilmente					
18. No termina sus actividades					
19. Le cuesta concentrarse en una cosa					
20. Es demasiado activo o inquieto					

REFERENCIAS

- Álvarez Munárriz, de L., y Álvarez de Luis, A. (2009). Estilos de vida y alimentación. Recuperado el 30 de abril de 2018, a partir de <http://www.gazeta-antropologia.es/?p=1916>
- Álvarez Henao, M. V., Serna García, S. I., Villada Ramírez, M. E., y López Marín, B. E. (2012). Papilla de arroz instantánea para niños de 12 a 36 meses fortificada con micronutrientes: Una alternativa para la alimentación infantil. *Acofar: revista de la distribución farmacéutica cooperativista*, (521), 32–34.
- Álvarez Sintés, R. (2008). *Medicina General Integral* (Vol. 1). La Habana Cuba: Ciencias Médicas.
- Arnau, J., y Bono, R. (2008). Estudios longitudinales de medidas repetidas: Modelos de diseño y análisis. *Escritos de Psicología (Internet)*, 2(1), 32–41.
- Barrera Poblete, M., y Valencia Flores, P. (2008). Manual de apoyo para docentes: Estrategias de manejo conductual en el aula. Recuperado el 1 de mayo de 2018, a partir de http://ww2.educarchile.cl/UserFiles/P0037/File/Inspector/Paz%20ciudadana%205%20Manual_Manejo_de_Aula_Docentes_Final_17.11.08.pdf
- Baudrillard, J. (2008). La Educación y la Orientación Actual: Cuestión de Enfoques... y de Intereses. *Revista Mexicana de Orientación Educativa*, 5(13), 2-11.
- Benito Martín, B. (2005). Las relaciones interpersonales de los profesores en los centros educativos como fuente de satisfacción. Recuperado el 1 de mayo de 2018, a partir de http://webcasus.usal.es/orgyprof/Difusion/Santander_2005_Berna.pdf
- Black, M. M., y Creed-Kanashiro, H. M. (2012). ¿Cómo alimentar a los niños? La práctica de conductas alimentarias saludables desde la infancia. *Revista Peruana De Medicina Experimental Y Salud Pública*, 29(3), 373-378.
- Campo Briz, M. (2011). *Hábitos alimentarios de la población adolescente autóctono e inmigrante en España* (Tesis de Pregrado). Universidad de Cantabria, Cantabria España.
- Córdova Garrido, B. A. (2013). La disciplina escolar y su relación con el aprendizaje en el área de historia, geografía y economía de los alumnos del 4to año secciones “A” y “B” de educación secundaria de la institución educativa “San Miguel” de Piura, 13-29.
- Correa, F., Salinas, J., y Vio, F. (2012). Desafíos para una estrategia participativa de educación en alimentación y nutrición con uso de TICs, 301–307.

- Cubero Venegas, C. M. (2004). La disciplina en el aula: reflexiones en torno a los procesos de comunicación. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 4(2), 1-5.
- Dalmau Serra, J. (s/f). Manual de Nutrición de Kelloggs Capitulo 13. Recuperado el 30 de abril de 2018, a partir de https://www.kelloggs.es/content/dam/europe/kelloggs_es/images/nutrition/PDF/Manual_Nutricion_Kelloggs_Capitulo_13.pdf
- Daranas, E. (2012). Comportamiento social - EcuRed. Recuperado el 22 de abril de 2018, a partir de https://www.ecured.cu/Comportamiento_social
- Devís Devís, J. (2000). *¿Qué es la Actividad Física, la Salud y el Bienestar?* (Actividad Física y Salud). Barcelona: INDE.
- Espinoza Banda, J. M. (2013). *Estrategias para mejorar la disciplina en el aula en dos casos* (Tesis de Pregrado). Centro Regional de Educación Normal Profra. Amina Madera Lauterio, Cedral, San Luis Potosí.
- Estévez López, E., y Jiménez Gutiérrez, T. I. (2014). Conducta agresiva y ajuste personal y escolar en una muestra de estudiantes adolescentes españoles. *Universitas Psychologica*, 14(1), 111–124.
<https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy14-1.caap>
- Fernández, C. (s/f). Modificación de Conducta. Recuperado el 1 de mayo de 2018, a partir de <http://www.cop-asturias.com/blogpir/uploads/file/pdf/M-Conducta.pdf>
- Gavidia, V., y Talavera, M. (2012). La construcción del concepto de salud. *Didáctica de las Ciencias Experimentales y Sociales*, (26). 161-175
<https://doi.org/10.7203/dces.26.1935>
- Hernández Rincón, E., Severiche Bueno, D., Romero Mayorga, D., López Sánchez, M., Espitia-Franco, V., y Rodríguez Mancera, A. (2015). Promoting healthy eating in community children's day care centers in the municipality of Sopo (Cundinamarca, Colombia) under the Primary Health Care strategy. *Revista Salud Uninorte*, 31(3), 514–524.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Baptista Lucio, P. (2006). *Metodología de la Investigación* (4ª). México: Mc Graw-Gil Interamericana.
- Hurtado Duarte, P. A. (2013). *El maltrato infantil y su relación con las conductas desviadas de los niños de quinto año de educación básica del centro educativo "Canadá" de la ciudad de Ambato* (Tesis de Pregrado). Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, Hidalgo México.
- Jiménez Acosta, S. M., Rodríguez Suárez, A., y Domínguez Ayllon, Y. (2016). Estado del conocimiento del personal de salud sobre la alimentación del niño menor de dos años y la anemia

en el preescolar. *State of knowledge of health personnel on the feeding of the under-two- years age-old child and the preschooler's anemia.*, 26(1), 7–20.

Jori, G. (2013). El estudio de la salud y la enfermedad desde una perspectiva geográfica: temas, enfoques y métodos. Recuperado el 29 de abril de 2018, a partir de <http://www.ub.edu/geocrit/b3w-1029.htm>

León Barua, R., y Berenson Seminario, R. (1996). Medicina teórica.: Definición de la salud. *Revista Médica Herediana*, 7(3), 105–107.

Lera, M. J. (2003). Las relaciones personales en los centros educativos. *De Psicología evolutiva y de la educación*, 1–8.

Márquez Guanipa, J., Díaz Nava, J., y Cazzato Dávila, S. (2007). La disciplina escolar: aportes de las teorías psicológicas. *Revista de Artes y Humanidades UNICA*, 8(18). 126-148

Martínez, M. C., Nimo, J. M. I., Gutiérrez, E. G., Vielba, A. M. G., y Rubín, E. V. (2008). Por una alimentación sana y equilibrada. *Cuadernos de Pedagogía*, (377), 26–29.

Mayora, F., Rojas, N., y García, M. (2012). La disciplina escolar a partir de los registros diarios de clase en una escuela venezolana. *Revista de Investigación*, 36(75), 33–51.

Miralpeix, A. (2003). *La Alimentación infantil*. Barcelona: Debolsillo.

Nunes dos Santos, C. (2007). Somos lo que comemos. *Estudios y Perspectiva en Turismo*, 16, 234–242.

Organización Mundial de la Salud. (2010). La alimentación del lactante y del niño pequeño: capítulo modelo para libros de texto dirigidos a estudiantes de medicina y otras ciencias de la salud. Recuperado de http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44310/9789275330944_spa.pdf;jsessionid=358699EB69D941BB673579EC1101FEC9?sequence=1

Organización Mundial de la Salud. (2015). OMS | Alimentación sana. Recuperado el 19 de abril de 2018, a partir de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs394/es/>

Pacho Robles, Z., Romero Triñanes, E., y de Compostela, S. (2009). *Intervención sobre problemas de conducta de inicio temprano: evaluación de un programa de entrenamiento para padres*. (Tesis Doctoral). Universidad Santiago de Compostela, Santiago de Compostela España.

Palencia M., Y. (2013). Claves para una buena alimentación. *Alimentación y salud.*, 1-7.

- Relaciones entre Pares. (2018, abril 22). Recuperado el 22 de abril de 2018, a partir de <http://www.encyclopedia-infantes.com/relaciones-entre-pares>
- Reséndiz Barragán, A. M., Hernández Altamirano, S. V., Sierra Murguía, M. A., y Torres Tamayo, M. (2015). Hábitos de alimentación de pacientes con obesidad severa. *Nutrición Hospitalaria*, 31(2), 672-681.
- Reyna Longoria, M. A. (s/f). *Qué rico es comer* (1ª). Coahuila: Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación.
- Rios, C., Hermelinda, Y., Moscoso, L., y Karen, E. (2015). *Hábitos alimenticios y rendimiento académico en el área de ciencia y ambiente en estudiantes de cuarto grado de la institución educativa 31301 de Chilca-Huancayo* (Tesis de Pregrado). Universidad Nacional del Centro de Perú, Huancayo Perú.
- Rivero Urgell, M., y Fundación Española. (2015). *Libro blanco de la nutrición infantil en España*. Zaragoza, España: Prensas de la Universidad de Zaragoza.
- Rosales Ricardo, Y., Peralta, L., Yaulema, L., Pallo, J., Orozco, D., Caiza, V. y Ríos, P. (2017). Alimentación saludable en docentes. *A healthy diet in professors.*, 33(1), 115–128.
- Salazar Hernández, P., Ibañez Marmolejo, M., Valdez Angeles, G. Y. y Vilches Malagón, C. (2007). Análisis de modelos de comportamiento en la búsqueda de información. *Ciencias de la Información*, 36(1), 136–146.
- Tomás Gil, P. (2013). *Técnicas de modificación de conducta*. Presentado en Psicología de las relaciones familia y escuela, España.
- Vite Sierra, A., Alfaro Belmont, J. N., Pérez Pérez, A. D., y Miranda García, D. (2015). Intervención interactiva en los problemas de comportamiento infantil. *Acta Colombiana de Psicología*, 149–157. <https://doi.org/10.14718/ACP.2015.18.1.14>
- Viteri Cruz, N. C. (2013). *Los valores y su incidencia en el comportamiento de los niños y niñas de nivel inicial del centro de educación inicial “mama house” de la provincia de pichincha, cantón quito, parroquia tumbaco* (Tesis de Pregrado). Universidad Técnica de Ambato, Ambato Ecuador.
- White, E. (1971). Consejos para los Maestros Ellen G. White. Recuperado el 1 de mayo de 2018, a partir de <https://m.egwwritings.org/es/book/162.659#659>
- White, E. (1989). *Mente Carácter y Personalidad* tomo 2. Recuperado el 1 de mayo de 2018, a partir de [https://egwwritings-a.akamaihd.net/pdf/es_2MCP89\(2MCP\).pdf](https://egwwritings-a.akamaihd.net/pdf/es_2MCP89(2MCP).pdf)