RESUMEN

EL EFECTO QUE PRODUCE LA PROMOCIÓN DE LA ALIMENTACIÓN SANA EN EL COMPORTAMIENTO ESCOLAR EN LOS ALUMNOS DE TERCER AÑO, GRUPO “A” DEL JARDÍN DE NIÑOS PROFR. PEDRO J. HURTADO SALAZAR DURANTE EL CURSO ESCOLAR 2017-2018.

por

Itzel Suárez Gutiérrez

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 “A” DEL JARDÍN DE NIÑOS PROFR. PEDRO J. HURTADO SALAZAR DURANTE EL CURSO ESCOLAR 2017-2018.

Investigador: Itzel Suárez Gutiérrez

Asesor principal: Mtra. Rosario Delgado García

Fecha de culminación: Mayo de 2018

Problema

El problema principal a investigar en este estudio fue el siguiente: después de promover la buena 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 tercer año, grupo “A” del Jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar”, durante el curso escolar 2017-2018?

Metodología

Esta investigación es de tipo empírica, cuantitativa, experimental, longitudinal, y descriptiva. La población que se utilizó estuvo conformada por estudiantes de tercer

año “A” del Jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar”, perteneciente al municipio de Montemorelos, Nuevo León. La muestra fue de 21 estudiantes. Las pruebas utilizadas en esta investigación fueron las siguientes, la *t* de Student, la *d* de Cohen y las medias aritméticas.

Resultados

Al correr la prueba estadística ($t_{(39.981)} = -1.39$, $p = .172$), 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.

Conclusiones

Por los valores encontrados, se determinó que no existe una relación positiva y significativa en grado mediano, entre promover la buena alimentación sana en los niños de preescolar y el comportamiento escolar, de los estudiantes de tercer año “A” del Jardín de niños “Prof. Pedro J. Hurtado Salazar”. Ante estos resultados se podrían considerar otros factores que se relacionen con la alimentación de los niños.

UNIVERSIDAD DE MONTEMORELOS

Facultad de Educación

Escuela Normal “Profra. Carmen A. de Rodriguez”

EL EFECTO QUE PRODUCE LA PROMOCIÖN DE LA ALIMENTACIÓN SANA EN EL COMPORTAMIENTO ESCOLAR EN LOS ALUMNOS DE TERCER AÑO, GRUPO “A” DEL JARDÍN DE NIÑOS PROFR. PEDRO J. HURTADO SALAZAR DURANTE EL CURSO ESCOLAR 2017-2018.

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

Autora:
Itzel Suárez Gutiérrez

Asesores:
Rosario Delgado García
Manuel Muñoz Palomeque

Montemorelos, Nuevo León, México

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 3
Hipótesis 3
Definición de términos 3
Objetivos de la investigación 4
Justificación 4
Limitaciones 5
Delimitaciones 5
Supuestos 6
Marco filosófico 6
Alimentación sana 6
Comportamiento 7
Organización del estudio 8

II. MARCO TEÓRICO 10

Introducción 10
Alimentación sana 10
Concepto 10
Salud 12
Importancia de la alimentación sana 13
Alimentación infantil 14
Hábitos de alimentación 15
Comportamiento 16
Concepto 16
Disciplina escolar 16
¿Qué hacer para evitar la indisciplina? 17
Relación entre compañeros 18
Técnicas para corregir el mal comportamiento 20

III. METODOLOGÍA 21

Introducción 21
Tipo de investigación 21
Población 23
Tratamiento 23
Plática de la disciplina en el hogar y en la escuela 23
Plática de alimentación sana 24
Huerto escolar 24
Planes de trabajo 24
Promoción a la comunidad escolar sobre alimentación 24
Experimentos 24
Desayuno 25
Instrumento de medición 25
Variables 25
Variable dependiente 25
Variable independiente 25
Instrumento 26
Comportamiento escolar 26
Confiabilidad 26
Operacionalización de las variables 27
Hipótesis nulas 27
Hipótesis principal 28
Operacionalización de las hipótesis 28
Recolección de datos 29
Análisis de datos 29

IV. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS 30

Introducción 30
Descripción de la población y muestra 30
Género 31
Edad 31
Comportamiento de las variables 31
Pre-test 31
Post-test 32
Prueba de hipótesis 33
Resumen del capítulo 33

V. RESUMEN, DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 35

Resumen 35
Discusión 37
Conclusiones 38
Recomendaciones 39
A los directivos 39

A las educadoras 40
Para futuras investigaciones 40

Apéndices

A. CARTA DE ANUENCIA 43

B. INSTRUMENTO 45

C. CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO..... 47

D. DATOS DEMOGRÁFICOS 49

E. COMPORTAMIENTO DE LAS VARIABLES 52

F. PRUEBA DE HIPÓTESIS..... 54

LISTA DE REFERENCIAS 55

LISTA DE TABLAS

1. Operacionalización de las variables 27

2. Operacionalización de las hipótesis 28

RECONOCIMIENTOS

A Dios

Ya que gracias a Él he logrado concluir mi carrera, me guió y me dió las fuerzas necesarias durante todo el trayecto de mi formación.

A mis padres

Susy Gutiérrez y Braulio Suárez por apoyarme siempre, llenarme de amor infinito, amor que me dió la confianza de seguir adelante sin titubear, gracias a sus consejos y palabras de aliento que me han ayudado a crecer como persona y a luchar por lo que quiero, gracias por enseñarme valores que me han llevado alcanzar una gran meta. Los amo mucho.

A mis hermanos

A mi hermano Enoc, por ser una mano amiga, por estar siempre en las buenas y en las malas, por ser como eres arrebatado y odioso pero que amo infinitamente. A Jared mi chaparrito, gracias por tu apoyo, cariño y por estar en los momentos de estrés y ser mi distractor.

A mis tutores

A la Mtra. Rosario Delgado, al Doc. Manuel Muñoz y a la Mtra. Patricia Castillo por el tiempo, dedicación y paciencia en la elaboración de este documento.

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 de los estudiantes de tercer año "A" del jardín de niños "Profr. Pedro J. Hurtado Salazar", durante el curso escolar 2017-2018. En este capítulo se elaboran los antecedentes sobre las variables: alimentación sana y comportamiento escolar del niño.

Este capítulo abarca los antecedentes que sirven como base de la investigación, que incluyen antecedentes, el planteamiento del problema, la declaración del problema, la hipótesis, la definición de términos, los objetivos de la investigación, la justificación, las limitaciones, las delimitaciones, los supuestos y el marco filosófico.

Antecedentes

A continuación, se dan algunos definiciones conceptuales y antecedentes sobre la variable comportamiento escolar.

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, et al. (2012, citado en Vite Sierra, Alfaro Belmont, Pérez Pérez, y Miranda García, 2015) menciona 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 debe ser parte del 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 “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar” 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 los 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 tercer año “A” del jardín de niños "Profr. Pedro J. Hurtado Salazar” 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 tercer año “A” del jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar” 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 alimentos que proporcionan los nutrientes necesarios para mantenerte sano, sentirte bien y tener energía.

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 tercer año “A” del jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar” 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 “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar” 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. Rivero 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.

3. Algunos alumnos quedaron fuera del estudio porque no se presentaron los días asignados para la aplicación del pre-test y del pos-test.

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 tercer año “A” del jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar” 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:

1. 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 tercer año “A” del jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar”, 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 y algunos hábitos de alimentación. En relación con la variable comportamiento escolar, se incluye 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 et al., (2016) aseguran que una alimentación sana es el resultado de hábitos 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.

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 trasmisibles, 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 actividad física adecuada durante toda la vida es la manera más eficaz de prevenir la diabetes y muchas otras enfermedades crónicas. (p. 117)

Palencia, (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 Sintes (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 aspectos físicos como mentales y sociales. No es algo estático que se consigue una vez que 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 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 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)

Por otro lado, Black y Creed Kanashiro (2012) menciona 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 destruición como el sobrepeso.

Martínez et al., (2008) afirman que “necesitamos alimentos 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, para 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 Álvarez Henao et al., 2012) argumentan que la condición nutricional del niño esta 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 si asegurar su crecimiento físico, desarrollo intelectual y social. La alimentación es uno de los factores más importante que lo determina”. (p. 40)

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 la 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

Álvarez Múnarriz y Álvarez 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 Campos 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)

Ríos, 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

Según, Daranas (2012) 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, (2013) 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, Ángeles y Malagón (2007) afirman que el comportamiento de una persona durante un período corto o largo, incluye cualquier cantidad de acciones individuales.

Disciplina escolar

Según, 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 multi-causal.

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. 127)

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), indican 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 Guapina 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 Poblet 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.181)

Lera, (2003) señala cómo son las relaciones en la escuela, muchas de ellas se basan en el respeto mutuo, en el dialogo, la comprensión, el apoyo y el afecto. Así, cuando hay un problema en un grupo se intentan que sus miembros sean bien recibidos, se trata a todos por igual, se ayuda, 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”, (2018) 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, dado 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 tercer año “A” del jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar” 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 de tipo de investigación es de utilidad conocer diferentes definiciones de tal concepto.

Hernández Sampieri et al. (2010) 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. (2010), 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 tercer año “A” del jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar”.

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 tercer año “A” del jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar” durante el curso escolar 2017-2018. El total de participantes en el pre-test fue de 21 alumnos y el total de participantes en el post-test fue de 21, el 100 % de la población al inicio y al final de las prácticas docentes.

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 tercer año “A” del jardín de niños Prof. “Pedro J. Hurtado Salazar”.

Plática de disciplina en el hogar y la escuela

Se les habló a las madres de familia acerca de la disciplina en el hogar, cuáles son las causas de una mala disciplina y se dieron algunas técnicas para que el niño se pueda educar de una buena manera.

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 plan 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 promueven una alimentación sana donde se hicieron llamados a la comunidad para concientizar a las familias para mejora de sus hábitos alimenticios.

Experimentos

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

Desayuno

Se organizó un desayuno con los niños dentro del aula con el propósito de que compartieran con sus compañeros, 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), es, cualquier recurso de que se vale el investigador para acercarse a 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 a los instrumentos utilizados en la presente investigación (ver Apéndice B).

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 .971, según el método alfa de Cronbach. Dichos valores son considerados como medidas de confiabilidad muy aceptables (ver Apéndice C).

Operacionalización de las variables

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: □ Nunca □ Rara vez □ Alguna vez □ A menudo □ 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. Excelente 2. Bueno 3. Regular 4. Malo 5. Muy malo

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 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 tercer año “A” del jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar” 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, el nivel de medición y la prueba estadística.

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 tercer año “B” del jardín de niños “Profa. María Ruth Fernández Gonzales” durante el curso escolar 2017-2018.	A. Alimentación sana B. Comportamiento escolar.	A. Métrica B. Métrica	Para la prueba de la hipótesis se utilizó la prueba *t* de Student. Para conocer el tamaño del efecto se usó la *d* de Cohen. La hipótesis nula se rechazó para valores de significación $p < .05$.

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 tercer año de preescolar, para darles una explicación de la encuesta y la finalidad de su aplicación.

2. Se garantizó a los padres que las respuestas de la encuesta serían confidenciales.

3. Se les pidió a los alumnos que se sentaran y trabajaran para que, a través de la observación, se pudiera ver el comportamiento que cada uno tiene en el salón de clases.

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

Esta investigación tuvo como objetivo conocer el efecto que tiene la alimentación sana en el comportamiento escolar de los estudiantes de tercer año “A” del jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar”, durante el curso escolar 2017-2018.

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

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

La variable utilizada 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 tercer año “A” del jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar” 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 57.1% fueron mujeres (*n* =12) y el 42.9% hombres (*n* = 9) y en el post-test el: 57.1% fueron mujeres (*n* = 12) y el 42.9 % hombres (*n* = 9).

Edad

De acuerdo con la distribución de los estudiantes por su edad, se distribuyó de la siguiente manera. En el pre-test se observa que todos los estudiantes encuestados tienen 5 años, que representa el 100% (*n* = 21). Por otra parte, en el post-test se observa que la mayoría de los estudiantes tienen 5 años, lo que representa el 52.4% (*n* = 11*)* y el 47% (*n* = 10), tiene 6 años respectivamente, lo que representa el 100% (*n*=21) de porcentaje válido.

Comportamiento de las variables

A continuación, se describe la variable de comportamiento escolar (ver Apéndice E).

Pre-test

Mediante el análisis de los datos de los 20 criterios, se obtuvo una media aritmética de 1.79 y una desviación estándar de .728 para el pre-test en los estudiantes de tercero “A” del jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar”.

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) “Es demasiado activo o inquieto”

($\bar{X}$ =2.85, *DE* = 1.062), (b) “Se distrae fácilmente” ($\bar{X}$ = 2.47, *DE* =1.030), (c) “Discute o le pega a sus compañero” ($\bar{X}$ =2.14 , *DE* = .910), (d) “No obedece hasta que no se le amenaza con un castigo” ($\bar{X}$ = 2.04, *DE* = .864)

Los indicadores de menor valor del comportamiento escolar en estudiantes de tercer año de preescolar fueron los siguientes: (a) “Es desafiante cuando se le da una orden” ($\bar{X}$ = 1.38, *DE* = 1.071), (b) “No obedece hasta que no se le amenaza con un castigo” ($\bar{X}$ = 1.38, *DE* = .973), (c) “Miente” ($\bar{X}$ = 1.33, *DE* = .658), (d) “Responde mal a la maestra o al personal docente” ($\bar{X}$ = 1.33, *DE* = .795)

Según la escala de medición utilizada, el resultado indica que los estudiantes de tercer año “A” del jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar” mostraron un comportamiento escolar entre *regular* y *bueno.*

Post-test

Mediante el análisis de los datos de los 20 criterios, se obtuvo una media aritmética de 1.48 y una desviación estándar de .713 para el post-test en los estudiantes de tercero “A” del jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar”.

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) “Demasiado activo o inquieto”($\bar{X}$ = 2.00, *DE* = 1.048), (b) “Se distrae fácilmente” ($\bar{X}$ = 1.95, *DE* =.926), (c) “Se comporta mal en la mesa de trabajo” ($\bar{X}$ =1.61, *DE* = 1.023), (d) “Le cuesta concentrarse en una cosa.” ($\bar{X}$ = 1.61, *DE* = .804)

Los indicadores de menor valor del comportamiento escolar en estudiantes de tercer año de preescolar fueron los siguientes: (a) “Miente” ($\bar{X}$ = 1.19, *DE* = .511),

(b) “Es desafiante cuando se le da una orden” ($\bar{X}$ = 1.23, *DE* = .889), (c) “Responde mal a la maestra o al personal docente” *(*$\bar{X}$ = 1.23, *DE* = .700), (d) “No obedece hasta que no se le amenaza con un castigo” *(*$\bar{X}$ = 1.33, *DE* = .912)

Según la escala de medición utilizada, el resultado indica que los estudiantes de tercer año “A” del jardín de niño “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar” mostraron un comportamiento escolar entre *regular* y *bueno.*

Prueba de hipótesis

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 el pre-test y el post-test en los alumnos del jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar”, durante el curso escolar 2017-2018.

En esta hipótesis se utilizó la prueba estadística *t* de Student para buscar diferencia entre los grupos y la *d* de Cohen para conocer el tamaño del efecto.

Al correr la prueba estadística ($t_{(39.981)}$ = -1.39, *p* = .172), 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 (ver Apéndice F).

Resumen del capítulo

En este capítulo se presentaron los resultados de la investigación. Se hizo uso de los datos recolectados y se da un reporte del comportamiento de la variable. Se

llevó a cabo las pruebas de las diferentes 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 necesarios para realizar el trabajo de una manera más eficiente en el aula. Un salón ordenado y bien organizado genera un ambiente agradable para el aprendizaje.

Por su parte Burgos, (2007) menciona que si un niño no desayuna alimentos sanos, su rendimiento en la escuela será bajo debido a la hipoglucemia producida en su organismo; por lo tanto, necesitará alimentos durante el recreo, prefiriendo chatarras y dulces, alimentos que no exige una preparación previa.

Como consecuencias de una alimentación inadecuada o sobrealimentación, los niños pueden tener enfermedades crónicas desde muy temprana edad. Es por ello que con una dieta balanceada y con patrones saludables de alimentación se pueden prevenir las enfermedades crónicas mencionadas y promover el desarrollo cognitivo del niño.

Chablé Garcia, (2009) afirman que los niños alimentados de manera adecuada aprenden mejor. En la etapa escolar, el niño que no se alimenta bien, puede padecer con mayor frecuencia distintas enfermedades y tener dificultades de aprendizaje.

En el jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar”, 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 21 estudiantes, ubicados por la misma escuela en tercer año “A” y por 21 alumnos, en el post-test.

Durante la primera semana del mes de febrero, se les aplicó el pre-test donde contestaron 20 declaraciones sobre el comportamiento escolar en el salón de clases. Durante las siguientes seis 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 de comportamiento. En esta investigación se utilizaron, la *t* de Student, la *d* de Cohen y las medias aritméticas.

Al correr la prueba estadística ($t_{(39.981)} = -1.39$, $p = .172$), 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.

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 1.79 y una desviación estándar de .728 para la variable comportamiento escolar. Así mismo, el análisis de datos arrojó una media aritmética en el post-test de 1.48 y una desviación estándar de .713 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 realizar las diferentes actividades, teniendo un efecto por (d = 1.39).

Discusión

En este estudio se aceptó la hipótesis nula, la cual menciona que no existe un efecto significativo en el comportamiento escolar de los estudiantes de tercero “A” del Jardín de niños “Profr. Pedro J. Hurtado Salazar” y la alimentación sana.

De Jesús Mendez (2013) expone que, la buena alimentación es fundamental para un buen crecimiento y desarrollo de los niños en preescolar, por esta razón la alimentación debe convertirse en una política de estado para el desarrollo integral de los niños en los primeros años de vida.

Carbajal y Pinto (2006) opinan que los niños que asisten al centro educativo sin desayunar mostraron una disminución en la capacidad física máxima, al mismo tiempo que se minimiza la capacidad de concentración y de aprendizaje.

Jáuregui (2016) manifiesta que para lograr cambios en las costumbres alimenticias es necesaria la información, potenciar habilidades adecuadas y un entorno que permita el cambio. De esta manera la alimentación saludable se convertirá un programa de educación que alcance a toda la población estudiantil.

Por otro lado, Marrufo (2012) menciona que la alimentación del niño en la edad preescolar no sólo busca conseguir un desarrollo adecuado, sino evitar carencias nutricionales y prevenir enfermedades relacionadas con la dieta, permitiendo que el niño pueda alcanzar su máximo potencial de desarrollo físico y mental.

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.

Palencia, (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.

Finalmente, 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.

Conclusiones

Las conclusiones a las que se llegó con esta investigación son las siguientes:

1. Se ha evidenciado que la alimentación sana en los niños y el comportamiento escolar en la prueba realizada, no tiene relación significativa. Ante estos re-

sultados se podrían considerar otros factores que se relacionen con la alimentación de los niños.

2. En la experiencia del investigador se encontró que es apresurado determinar adecuadamente el estado de nutrición de cada uno de los alumnos, ya que para ello es necesario realizar otra serie de mediciones y estudios.

3. La percepción de alimentación saludable en los niños, se encontró relacionada con el consumo de frutas y verduras; sin embargo, a pesar de existir una conciencia y conocimiento del consumo de estos alimentos dentro de una alimentación sana, no se reflejó en los hábitos de consumo frecuente.

Recomendaciones

El presente estudio sobre la alimentación sana y el comportamiento escolar, resalta la necesidad de seguir investigando sobre estos temas; ya que es de gran relevancia tanto para los padres, como para los maestros, por lo que 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 una alimentación sana.

3. Promover la buena alimentación dentro de la institución y en los hogares de los padres de familia. Compartir con los padres sugerencias de desayunos completos e integrales, en pláticas permanentes dentro del centro escolar.

4. Proporcionar literatura y sesiones informativas con profesionales de la salud para mantener al personal y a los padres actualizados en el cuidado del cuerpo.

5. Establecer talleres de cocina saludable donde las madres de familia aprendan 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 hacer de ello 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, con la finalidad de identificar con más certeza, la forma en cómo los hábitos alimenticios favorecen un mejor ambiente de aprendizaje para los niños.

APÉNDICE A

CARTA DE ANUENCIA

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

ASUNTO
ANUENCIA

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

Por este conducto hago de su conocimiento que la Srita. Itzel Suárez Gutiérrez, 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: Existe relación entre la alimentación sana y la conducta escolar de los niños de tercer ano "A" del Jardín de niños "Profr. Pedro J. Hurtado Salazar", bajo los siguientes acuerdos:

- La alumna estará bajo la supervisión de la profesora Patricia Castillo Osuna, docente de la escuela Normal Carmen A. de Rodríguez.
- La intervención tendrá un tiempo de duración de aproximadamente un semestre escolar.
- La información obtenida seré 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 at 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, at teléfono 2630900 Ext. 6887 y 6888

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

Investigadora

Asesora

Profra. Sanjuana Cavazos Gonzalez
DIRECTORA

NUEVOLEÓN
GOBIERNO DEL ESTADO
SECREATRIA DE EOUCACION
JARDIN DE NIÑOS FEDERAL
PROFR. PEDRO J. HURTADO
C.CT. 19DJN270V. UNIDAD REGIONAL NO.5

APÉNDICE A

INSTRUMENTO

INSTRUMENTO

CUESTIONARIO DE COMPORTAMIENTO EN EL AULA

Nombre: _____

Edad: _____ Género: _____ Fecha: _____

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. Llora 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					

APÉNDICE B

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

Comportamiento escolar

PRE_TEST

Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	21	100.0
	Excluidos(a)	0	.0
	Total	21	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

Resumen del procesamiento de los casos

		N	%
Casos	Válidos	21	100.0
	Excluidos(a)	0	.0
	Total	21	100.0

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

Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.971	20

APÉNDICE C

DATOS DEMOGRÁFICOS

DATOS DEMOGRÁFICOS

PRE-TEST

GENERO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	FEMENINO	12	57.1	57.1	57.1
	MASCULINO	9	42.9	42.9	100.0
	Total	21	100.0	100.0	

EDAD

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5.00	21	100.0	100.0	100.0

POST-TES

GENERO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	FEMENINO	12	57.1	57.1	57.1
	MASCULINO	9	42.9	42.9	100.0
	Total	21	100.0	100.0	

EDAD

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5.00	11	52.4	52.4	52.4
	6.00	10	47.6	47.6	100.0
	Total	21	100.0	100.0	

APÉNDICE D

COMPORTAMIENTO DE LAS VARIABLES

COMPORTAMIENTO DE LAS VARIABLES

PRE-TES

Estadísticos descriptivos

	N	Media	Desv. típ.
COMP_PRE	21	1.7976	.72895
N válido (según lista)	21		

Comportamiento

Estadísticos descriptivos

	N	Media	Desv. típ.
C20 Es demasiado activo o inquieto	21	2.8571	1.06234
C17 Se distrae fácilmente	21	2.4762	1.03049
C10 Discute o les pega a sus compañeros	21	2.1429	.91026
C14 Se pega con los niños de su edad	21	2.0476	.86465
C9 Grita	21	2.0476	1.07127
C12 No es cuidadoso con sus juguetes y otros objetos	21	2.0000	.83666
C19 Le cuesta concentrarse en una cosa	21	1.9524	.97346
C18 No termina sus actividades	21	1.8571	.91026
C16 Interrumpe	21	1.8095	.92839
C1 Se comporta mal en la mesa de trabajo	21	1.7619	1.17918
C15 Quiere llamar la atención constantemente	21	1.7143	.95618
C8 Llora con facilidad	21	1.6667	1.01653
C3 No obedece las normas del salón	21	1.6190	.92066
C2 No quiere hacer las actividades del salón	21	1.6190	.92066
C11 Rompe materiales	21	1.5238	.92839
C6 Se enfada cuando no se sale con la suya	21	1.4286	1.12122
C5 Es desafiante cuando se le da una orden	21	1.3810	1.07127
C4 No obedece hasta que no se le amenaza con un castigo	21	1.3810	.97346
C13 Miente	21	1.3333	.65828
C7 Responde mal a la maestra o al personal docente	21	1.3333	.79582
N válido (según lista)	21		

POST-TES

Estadísticos descriptivos

	N	Media	Desv. típ.
COMP_POS	21	1.4881	.71343
N válido (según lista)	21		

Comportamiento

Estadísticos descriptivos

	N	Media	Desv. típ.
C20 Es demasiado activo o inquieto	21	2.0000	1.04881
C17 Se distrae fácilmente	21	1.9524	.92066
C1 Se comporta mal en la mesa de trabajo	21	1.6190	1.02353
C19 Le cuesta concentrarse en una cosa	21	1.6190	.80475
C18 No termina sus actividades	21	1.6190	.74001
C10 Discute o les pega a sus compañeros	21	1.5714	.81064
C9 Grita	21	1.5714	.87014
C12 No es cuidadoso con sus juguetes y otros objetos	21	1.5238	.74960
C2 No quiere hacer las actividades del salón	21	1.5238	.81358
C14 Se pega con los niños de su edad	21	1.4286	.81064
C16 Interrumpe	21	1.4286	.92582
C8 Llora con facilidad	21	1.4286	.59761
C15 Quiere llamar la atención constantemente	21	1.3810	.80475
C11 Rompe materiales	21	1.3810	.80475
C3 No obedece las normas del salón	21	1.3810	.80475
C6 Se enfada cuando no se sale con la suya	21	1.3333	.96609
C4 No obedece hasta que no se le amenaza con un castigo	21	1.3333	.91287
C7 Responde mal a la maestra o al personal docente	21	1.2381	.70034
C5 Es desafiante cuando se le da una orden	21	1.2381	.88909
C13 Miente	21	1.1905	.51177
N válido (según lista)	21		

APÉNDICE E

PRUEBAS DE HIPÓTESIS

PRUEBA DE HIPÓTESIS

ESTADISTICOS DE GRUPO

	PRE_POS	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
GENERAL	1.00	21	1.7976	.72895	.15907
	2.00	21	1.4881	.71343	.15568

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	
		Inf..	Sup.	Inf.	Sup.	Inf.	Sup.	Inf.	Sup.	Inf.
GENERAL	Se han asumido varianzas iguales	.310	.581	1.391	40	.172	.30952	.22258	-.14032	.75937
	No se han asumido varianzas iguales			1.391	39.981	.172	.30952	.22258	-.14033	.75937

REFERENCIAS

Álvares Munarriz, de L. y Álvares de Luis, A. (2009). Estilos de vida y alimentación. Recuperado de http://www.gazeta-antropologia.es/?p=1916

Álvares 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 Sintes, R. (2008) *Medicina General Integral* (Vol. 1). La habana Cuba: Ciencias Médicas.

Barrera Poblete, M. y Valencia Flores, P. (2008). Manual de apoyo para docentes: Estrategias de manejo conductual en el aula. Recuperado de http://ww2.educarchile.cl/UserFiles/P0037/File/Inspector/Paz%20ciudadana%205%20Manual_Manejo_de_Aula_Docentes_Final_17.11.08.pdf

Baudrillard, J. (1989). 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 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

Burgos, N. (2007). Alimentación y nutrición en edad escolar. *Revista Digital Universitaria,* 8, 1-7.

Campo Briz, M. (2011). *Hábitos alimentarios de la población adolescente autóctono e inmigrante en España* (Tesis de Pregrado). Universidad de Cantabria, Cantabria España.

Carbajal, A. y Pinto, J. A. (2006). El desayuno saludable 2. Madrid: Instituto de salud publica

Chablé, García N. (2009). *La desnutrición y su impacto en el rendimiento escolar en el nivel primaria 2009* (Tesis de Pregrado). Universidad pedagógica Nacional, CD. Del Carmen, Campeche

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 particiativa 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 de https://www.kelloggs.es/content/dam/europe/kelloggs_es/images/nutrition/PDF/Manual_Nutricion_Kelloggs_Capitulo_13.pdf

Dankhe, G. L. (1976) Investigación y comunicación. En C. Fernandez-Collado y G. L. Dankhe (Eds.), La comunicación humana: ciencia social (p. 385-454). México: McGraw-Hill.

Daranas, E. (2012). Comportamiento social - EcuRed. Recuperado de https://www.ecured.cu/Comportamiento_social

De Jesús Méndez, M.N. (2013) *Plan de educación alimentario nutricional para niños y niñas de 0 a 5 años del proyecto municipio de mira 2013* (Tesis de Diplomado) Universidad Técnica del Norte, Mira, Ecuador.

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. Recuperado de https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy14-1.caap

Fernández, C. (s/f). Modificación de Conducta. Recuperado de http://www.copasturias.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*.* Recuperado de 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. (2010). *Metodología de la Investigación* (5ª ed.). México: McGraw Hill.

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.

Jauregui, I. (2016). Conocimientos, actitudes y conductas: hábitos alimentarios en un grupo de estudiantes de nutrición. *Jornual of Negative y No Positive Results,* 268-274. https://doi: 10.19230/jonnpr.2016.1.7.1142

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 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.

Marrufo, M.M. (2012) *Actitudes de las madres hacia la alimentación infantil en preescolares del nido "Belén Kids", Los Olivos, 2011* (Tesis de Pregrado) Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.

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 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). Recuperado de http://www.enciclopedia-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.

Ríos, 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: Prensan 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., Ibáñez Marmolejo, M., Valdez Ángeles, 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 de https://m.egwwritings.org/es/book/162.659#659

White, E. (1989). Mente Carácter y Personalidad tomo 2. Recuperado de https://egwwritings-a.akamaihd.net/pdf/es_2MCP89(2MCP).pdf