RESUMEN

EXISTE RELACIÓN ENTRE LA ALIMENTACIÓN SANA Y LA CONDUCTA ESCOLAR CON LOS NIÑOS DE TERCER AÑO DE LA ESCUELA PROFESOR PEDRO J. HURTADO SALAZAR

por
Tania Berenice Mendoza Gámez

Asesor principal: Rosario Delgado García

RESUMEN DE TESIS DE PREGRADO

Universidad de Montemorelos

Facultad de Educación

Título:
EXISTE RELACIÓN EN LA ALIMENTACIÓN SANA Y LA CONDUTA ESCOLAR EN LOS NIÑOS DE TERCER AÑO DEL JARDIN DE NIÑOS PROFESOR PEDRO J. HURTADO SALAZAR.

Investigador: Tania Berenice Mendoza Gámez

Asesor principal: Rosario Delgado García
Fecha de culminación: abril de 2018

Problema

En esta investigación se planteó la siguiente pregunta: ¿existe relación en la alimentación sana y la conducta escolar en los niños de tercer año del Jardín de niños profesor pedro J. Hurtado Salazar?

Metodología

La investigación fue considerada de tipo empírica, cuantitativa, experimental, longitudinal y descriptiva. La población que se utilizó estuvo conformado por alumnos del Jardín de niños “Profesor Pedro J. Hurtado Salazar”, Nuevo León. La muestra fue de 24 niños. El proceso estadístico se basó en el análisis de coeficiente de correlación

r de Pearson, realizado en el paquete estadístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versión 15.0 para Windows.

Resultados

Al correr la prueba estadística ($t_{(45.806)} = -1.069$, $p = .290$), 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 pretest y el postest en el comportamiento escolar y la promoción de la alimentación sana.

Conclusiones

Después de haber aplicado el pretest, las actividades con los niños y las madres de familia y finalmente el postest, se determinó que no existe una relación lineal positiva y significativa en grado mediano entre la alimentación sana y la conducta de los alumnos de tercer grado del jardín de niños “Profesor Pedro J. Hurtado Salazar”.

UNIVERSIDAD DE MONTEMORELOS

Facultad de Educación
Escuela Normal “Profesor Carmen A. de Rodríguez

EXISTE RELACIÓN EN LA ALIMENTACIÓN SANA Y LA CONDUCA ESCOLAR EN LOS NIÑOS DE TERCER AÑO DEL JARDIN DE NIÑOS “PROFESOR PEDRO J. HURTADO SALAZAR”

Tesis
presentada en cumplimiento parcial
de los requisitos para el grado de
Lic. Educación Preescolar

Por:

Tania Berenice Mendoza Gámez

Abril 2018

TABLA DE CONTENIDO

LISTA DE TABLAS vi

RECONOCIMIENTOS vii

Capítulo

I. DIMENSIÓN DEL PROBLEMA 1

- Introducción 1
- Antecedentes 1
- Planteamiento del problema 2
- Declaración del problema 2
- Hipótesis 3
- Definición de términos 3
- Objetivos de la investigación 3
- Justificación 4
- Limitaciones 5
- Delimitaciones 5
- Supuestos 5
- Marco filosófico 6
- Comportamiento 6
- Organización de estudio 7

II. MARCO TEÓRICO 9

- Introducción 9
- Alimentación sana 9
  - Concepto 9
  - Salud 10
  - Importancia de la alimentación sana 11
  - Alimentación infantil 12
  - Hábitos de alimentación 13
- Comportamiento 14
  - Concepto 14
  - Disciplina escolar 15
  - ¿Qué hacer para evitar la indisciplina? 16
  - Relación entre compañeros 16
  - Técnicas para corregir el mal comportamiento 18

III. METODOLOGÍA 19

- Introducción 19

Tipo de investigación 19
Población 21
El tratamiento 21
Plática de alimentación sana..... 21
Huerto escolar 22
Planes de trabajo 22
Experimentos 22
Instrumento de medición 22
Variables 23
Variable dependiente 23
Variable independiente 23
Instrumento 23
Comportamiento escolar 24
Confiabilidad 24
Operacionalización de variables 24
Hipótesis nulas 25
Hipótesis principal 25
Operacionalización de las hipótesis 25
Recolección de datos 26
Análisis de datos 26

IV. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS 27

Introducción 27
Descripción de la población y muestra..... 27
Género..... 28
Edad 28
Comportamiento de las variables 28
Pretest..... 28
Postest..... 29
Prueba de hipótesis 30
Resumen del capítulo..... 30

V. RESUMEN, DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 31

Resumen 31
Discusión 33
Conclusiones..... 34
Recomendaciones..... 35
A los directores y autoridades educativas..... 35
A las educadoras 36
Para futuras generaciones..... 36

Apéndices

A. CARTA DE AUDIENCIA 37

B. INSTRUMETO…….. 40

C. CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO …….. 43

D. DATOS DEMOGRÁFICOS..... . 45

E. COMPORTAMIENTO DE LAS VARIABLES..... . 47

F. PRUEBA DE HIPÓTESIS 49

LISTA DE TABLAS

1. Operacionalización de las variables 24

2. Operacionalización de las hipótesis 25

RECONOCIMIENTOS

A quienes me han brindado su ayuda incondicional, a mis queridos padres Juan José Mendoza y Maricela Gámez, por sus consejos y palabras de ánimo “tu puedes hija ya es lo último”

A mis asesores y profesores, doctor Manuel Muñoz Palomeque y maestra Rosario Delgado García, por el tiempo en el que me ayudaron, y cada momento que estuvieron guiándome, dándome los mejores consejos y resolviendo mis dudas.

Al profesor Luis Arturo Ramón, por las palabras de motivación en momentos difíciles y su apoyo incondicional en este proyecto.

Pero sobre todos a Dios, por darme la oportunidad de culminar esta etapa de mi vida y darme la sabiduría necesaria para terminar con este proyecto.

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 tercer año “B” del jardín de niños “Profesor 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.

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 debe ser el parte del proceso 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 “Profesor 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 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 “B” del jardín de niños “Profesor 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 “B” del jardín de niños “Profesor 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 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 tercer año “B” en el jardín de niños “Profesor 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 “Profesor 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.

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 “B” del jardín de niños “Profesor 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 “B” del jardín de niños “Profesor 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, 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 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.

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) señala 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 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 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, & 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 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 tercer año grupo “B” del Jardín de niños “Profesor 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, las hipótesis nulas, la operacionalización de las hipótesis nulas, 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. (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 tercer año “B” del Jardín de niños “Profesor 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 “B” del Jardín de niños “Profesor Pedro J. Hurtado Salazar” durante el curso escolar 2017-2018. El total de participantes en el pre-test fue de 24 alumnos y el total de participantes en el post-test fue de 24, 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 tercer año “B” del Jardín de niños “Profesor Pedro J. Hurtado Salazar”.

Platica de disciplina en el hogar y la escuela

Se les habló a las madres de familia acerca de la disciplina en el hogar, cuales son las causas de una mala disciplina y se dieron algunas técnicas para que el niño se pueda educar de una mejor 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. Por último se hizo una degustación de alimentos nutritivos.

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 en la mejorar 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.

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 pretest fue de .798 y para el post-test fue de .905, 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 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 en agresividad hiperactividad y otros comportamientos	La escala que se utilizó para obtener el promedio del grado de motivación fue la siguiente: □ nunca □ rara vez □ alguna vez □ a menudo □ siempre	Para conocer el grado de motivación 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 nulas

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 enuncian la hipótesis de este estudio:

Hipótesis principal

La hipótesis principal de investigación planteada fue la siguiente:

Después de promover la buena alimentación sana en los niños de preescolar, no 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 “Profesor Pedro J. Hurtado Salazar” durante el curso escolar 2017-2018.

Operacionalización de las hipótesis

En la Tabla 2 se presenta la operacionalización de la hipótesis nula principal. Se incluyen las definiciones hipótesis, variables y nivel de medición y 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 pretest 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. Se garantizó a los padres que las respuestas de la encuesta serían confidenciales. 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 niños de tercer año de preescolar del jardín de niños “Profesor Pedro J. Hurtado Salazar” del municipio de Montemorelos Nuevo León.

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

Las variables utilizadas en esta investigación fueron las variables demográficas: comportamiento y utilizamos género, edad.

Este capítulo está estructurado de la siguiente manera: (a) descripción demográfica de los sujetos, (b) comportamiento de las variables, (c) prueba de hipótesis y (d) resumen del capítulo.

Descripción de la población y muestra

En la investigación se consideró a los alumnos de tercer año de prescolar. A continuación, se describen los resultados de la variables género y edad en el pretest y el postest. 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 54.2% fueron mujeres (*n* =13) y el 45.8 % fueron hombres (*n* = 11) y en el postest fue el siguiente: 54.2% fueron mujeres (*n* = 13) y el 45.8 % fueron hombres (*n* = 11).

Edad

De acuerdo a la distribución de los estudiantes por su edad, se distribuyó de la siguiente manera. En el pretest se observa que la mayoría de los estudiantes encues-tados tienen 5 años, que representa el 100% (*n* = 24) y en el postest se observa que la mayoría de los estudiantes 100% (*n* = 24*)*, lo que representa el 100% de porcentaje valido.

Comportamiento de las variables

A continuación se describe la variable de comportamiento escolar**.** En el apén-dice E están las tablas de respaldo.

Pretest

Mediante el análisis de los datos de los 20 criterios, se obtuvo una media arit-mética de 2.82 y una desviación estándar de .738 para el pretest en los estudiantes de tercero de preescolar del jardín de niños “Profesor Pedro J. Hurtado Salazar”.

Los indicadores que obtuvieron mayor valor, representado por la media aritmé-tica y la desviación estándar del comportamiento escolar con estudiantes de educación preescolar fueron los siguientes: (a) “Se distrae fácilmente”*(*$\bar{X}$ = 3.75, *DE* = 1.390), (b) “Le cuesta concentrarse en una cosa” ($\bar{X}$ = 3.66, *DE* =1.551), (c) “No quiere hacer las actividades en el salón” *(*$\bar{X}$ =3. , *DE* = 1.597), (d) “No obedece las normas del salón”

($\bar{X}$ = 3.00, *DE* = 1.750)

Los indicadores de menor valor del clima escolar en estudiantes de tercer año de preescolar fueron los siguientes: (a) “Rompe materiales” ($\bar{X}$ = 1.70, *DE* = 1.2676), (b) “Es desafiante cuando se le da una orden.” ($\bar{X}$ = 1.95, *DE* = 1.3981), (c) “Llora con facilidad” *($\bar{X}$* = 2.00, *DE* = 1.1420), (d) “Responde mal a la maestra o al personal docente” *($\bar{X}$* = 2.08, *DE* = 1.5012)

Según la escala de medición utilizada, el resultado indica que los estudiantes de tercer año de preescolar mostraron un nivel de comportamiento escolar entre *regular* y *bueno.*

Postest

Mediante el análisis de los datos de los 20 criterios, se obtuvo una media aritmética de 3.04 y una desviación estándar de .691 para el postest en los estudiantes de tercero 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) “Rompe materiales”*($\bar{X}$* = 4.04, *DE* = 1.488), (b) “Responde mal a la maestra o al personal docente” ($\bar{X}$ = 3.91, *DE* =1.501), (c) “Llora con facilidad” *($\bar{X}$* =3.66, *DE* = 1.372), (d) “Es desafiante cuando se le da una orden.” *($\bar{X}$* = 3.62, *DE* = 1.636)

Los indicadores de menor valor del comportamiento escolar en estudiantes de tercer año de preescolar fueron los siguientes: (a) “Se distrae fácilmente” ($\bar{X}$ = 2.08, *DE* = 1.282), (b) “No obedece las normas del salón” ($\bar{X}$ = 2.12, *DE* = 1.295), (c) “No

quiere hacer las actividades en el salón" ($\bar{X}$ = 2.20, *DE* = 1.473), (d) "Es demasiado activo o inquieto" ($\bar{X}$ = 2.54, *DE* = 1.718)

Según la escala de medición utilizada, el resultado indica que los estudiantes de tercer año de preescolar mostraron una percepción del 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 en pre-test y el pos- test en los alumnos de la escuela "Pedro J. Hurtado Salazar" durante el curso escolar 2017-2018.

Al correr la prueba estadística ($t_{(45.806)}$ = -1.069, p = .290), 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 pretest y el postest en el comportamiento escolar y la promoción de la alimentación sana. En el apéndice F se encuentran las tablas de respaldo.

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 las variables demográficas. Se llevaron 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 que el lector se informe sobre el tema y aliente a la sociedad a que se interese por preparar a las nuevas generaciones sobre la alimentación sana y el comportamiento escolar. Este tema no es muy común en el ámbito escolar, ya que algunos de los maestros no le dan importancia, pero en la actualidad las investigaciones han puesto al descubrimiento, que parte de la problemática sobre el comportamiento de los alumnos se debe a las consecuencias de una mala alimentación en la escuela y en la casa.

El comportamiento escolar es fundamental en el aula de clases, respecto a eso Quinn (1989) menciona que el conjunto de normas y límites son necesarias para realizar el trabajo de una manera más eficiente en el aula.

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”. (p. 126)

En el jardín de niños “Profesor Pedro J. Hurtado Salazar”, perteneciente al municipio de Montemorelos, Nuevo León, se aplicaron diferentes actividades en el transcurso de la jornada escolar, donde se habló de la buena alimentación y las

consecuencias de no llevar una alimentación sana. A partir de esto se tomaron las medidas necesarias para identificar el tipo de comportamiento de cada niño, observando los productos alimenticios traídos desde su casa y los consumía en el jardín.

Estas actividades didácticas se trabajaron durante el tercer y cuarto bimestres del ciclo escolar 2017-2018. La investigación realizada fue de tipo empírica, cuantitativa, experimental, longitudinal y descriptiva. La población estuvo constituida, tanto en el pretest como el postest, por 24 estudiantes, ubicados en la misma escuela, pertenecientes al grupo de tercero “B”.

Durante la primera semana del mes de febrero se les aplicó a los niños el pretest, donde contestaron 20 preguntas sobre el comportamiento escolar. Durante las siguientes seis semanas, se aplicaron diferentes actividades para mejorar el comportamiento de los niños en el aula de clases; todas ellas enfocadas en medir la variable y, finalmente en la penúltima semana de marzo, se les aplicó el postest para ver las diferencias entre ambas pruebas.

Para medir la variable de comportamiento escolar, se utilizaron 20 criterios con un rango de respuestas dentro de la escala Likert que va del 1 (*nunca*) al 5 (*siempre*). La escala mide el grado de comportamiento que el niño está teniendo dentro de salón de cases.

Al correr la prueba estadística ($t_{(45.806)} = -1.069$, $p = .290$), 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 pos-test en el comportamiento escolar y la promoción de la alimentación sana.

Discusión

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

Jiménez Acosta, Rodríguez Suárez, y Domínguez Ayllon, (2016) aseguran 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) señala 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.

A su vez , León Barua y Berenson Seminario (1996) afirman 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 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)

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 resultados 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 a mayor profundidad

3. En la percepción de la alimentación saludable en los niños, se encontró una relación con el consumo de frutas y verduras; sin embargo, a pesar de existir un

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 debe seguir investigando sobre estos temas, ya que es de suma importancia tanto para los padres como para los maestros, por lo que a continuación, se presentan algunas recomendaciones.

A los directores

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 de nuestro 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 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, con la finalidad de identificar con más certeza, la forma en como los hábitos alimenticios favorecen un mejor ambiente de aprendizaje para los niños.

APÉNDICE A

CARTA DE AUDENCIA

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** **Tania Mendoza Gámez** 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 año "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 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

San Juana C

Profesora: San Juana Cavazos González

NUEVO LEÓN
GOBIERNO DEL ESTADO
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
JARDÍN DE NIÑOS FEDERAL
PROFR. PEDRO J. HURTADO
C.C.T. 19DJN0270Y. UNIDAD REGIONAL No. 5

APENDICE B

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. 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 C

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO.

Confiabilidad de la prueba piloto

Alfa de Cronbach	N de elementos
.828	20

Alfa de Cronbach	N de elementos
.788	20

APÉNDICE D

DATOS DEMOGRÁFICOS

DATOS DEMOGRAFICOS

PRETEST

GÉNERO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	MUJERES	13	54.2	54.2	54.2
	HOMBRES	11	45.8	45.8	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

EDAD

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5.00	24	100.0	100.0	100.0

POSTEST

GÉNERO

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	MUJERES	14	58.3	58.3	58.3
	HOMBRES	10	41.7	41.7	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

EDAD

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5.00	23	95.8	95.8	95.8
	15.00	1	4.2	4.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

APÉNDICE E

COMPORTAMIENTO DE LAS VARIABLE

Pretest

	N	Media	Desv. típ.
COM_PRE	24	2.8208	.73823
COM_POS	24	2.8208	.73823
N válido (según lista)	24		

Postest

	N	Media	Desv. típ.	
COM_POS	24	3.0417	.69167	
COM_PRE	24	3.0417	.69167	
N válido (según lista)	24			

APENDICE F

PRUEBA DE HIPÓTESIS

PRUEBA DE HIPÓTESIS

Estadísticos de grupo

	PRE_POST	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
GENERAL	PRETEST	24	2.8208	.73823	.15069
	POSTEST	24	3.0417	.69167	.14119

Prueba de muestras independientes

		Prueba de Levene para la igualdad de varianzas		Prueba T para la igualdad de medias						
									95% Intervalo de confianza para la diferencia	
		F	Sig.	t	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Error típ. de la diferencia	Superior	Inferior
GENERAL	Se han asumido varianzas iguales	.250	.619	-1.069	46	.290	-.22083	.20650	-.63649	.19482
	No se han asumido varianzas iguales			-1.069	45.806	.290	-.22083	.20650	-.63654	.19487

REFERENCIAS

Álvares Munárriz, L. y Álvares 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 Dstribución Farmacéutica Cooperativista*, *521*, 32–34.

Álvarez Sintes, R. (2008). *Médicina General Integral*. Ciencias Médicas, *1*. Recuperado a partir de http://www.b51delta.xpg.com.br/ B51MGI1.pdf

Arnau, J. y Bono, R. (2008). Estudios longitudinales de medidas repetidas: M modelos de diseño y análisis. *Escritos de Psicología*, *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 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 enfoque… 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. Recuperado a partir de http://studylib.es/doc/5075573/estrategias-para-mejorar-la-disciplina-en-el-aula-en-dos-

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 a partir 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.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.

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: 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., 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