

UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS
FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS DE LA
EDUCACIÓN
CARRERA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
LICENCIATURA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
PARA EL DESARROLLO HUMANO



Reducción del consumo de comida chatarra en la
Comunidad Educativa Virgen de Copacabana D-8 de la
Ciudad de El Alto

Proyecto de grado presentado para la obtención del Grado de Licenciatura

POSTULANTE: Jorge Eduardo Quispe Kantuta

TUTOR: M.Sc. Willy Mendoza Villanueva

ACHACACHI-BOLIVIA

Julio 2019

DEDICATORIA.

Dedicado a todas las personas que me brindaron su apoyo en la Unidad Educativa Virgen de Copacabana de la Zona de Senkata del Distrito 8 de la Ciudad de “El Alto”.

AGRADECIMIENTO.

A toda mi familia por su apoyo permanente y motivación para alcanzar mis objetivos profesionales

ÍNDICE

RESUMEN	1
INTRODUCCIÓN.....	2

CAPITULO I

MARCO CONTEXTUAL

1.1 CARACTERÍSTICAS DEL MUNICIPIO	4
1.1.1 ASPECTOS HISTÓRICOS DE LA ZONA.....	4
1.1.2 UBICACIÓN GEOGRÁFICA.....	4
1.1.3 ETIMOLOGÍA DEL NOMBRE.....	5
1.1.4 DESARROLLO HUMANO.	5
1.2 ASPECTO EDUCATIVO.....	5
1.3 ASPECTO SOCIOCULTURAL	7
1.4 COSTUMBRES.	7
1.4.1 RELIGIÓN Y ESPIRITUALIDAD.....	7
1.5 MEDIOS DE COMUNICACIÓN	7
1.6 ASPECTO POLÍTICO ADMINISTRATIVO.....	8
1.7 ASPECTO ECONÓMICO.	8

CAPITULO II

MARCO INSTITUCIONAL

2.1 ASPECTO INSTITUCIONAL.	10
2.1.1 HISTORIA DE LA UNIDAD EDUCATIVA.	10
2.1.2 VISIÓN.....	11
2.1.3 MISIÓN.	11
2.1.4 OBJETIVOS.	11
2.1.5 ORGANIGRAMA DE LA UNIDAD EDUCATIVA VIRGEN DE COPACABANA.	11

CAPITULO III

DIAGNÓSTICO

3.1 METODOLOGÍA DEL DIAGNÓSTICO.	12
3.1.1 OBJETIVOS.....	12
3.1.2 OBJETIVO GENERAL.....	12

3.1.3 OBJETIVO ESPECÍFICO	12
3.1.4 TIPO DE DIAGNÓSTICO.	12
3.1.5 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN.....	13
3.1.6 ACTORES INVOLUCRADOS.....	13
3.2. ANÁLISIS SITUACIONAL DEL PROBLEMA	14
3.3 DIAGNÓSTICO DE NECESIDADES.	21
3.3.1 IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA.	21
3.3.2 ANÁLISIS DEL PROBLEMA (TRIANGULACIÓN DEL PROBLEMA).	21
3.3.3 PRIORIZACIÓN DEL PROBLEMA.	23

CAPÍTULO IV

POLÍTICAS PÚBLICAS Y FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

4.1 POLÍTICA PÚBLICAS.....	25
4.1.1 CONSTITUCIÓN POLÍTICA DEL ESTADO (CPE).....	25
4.1.2 AGENDA PATRIÓTICA 2025.	25
4.1.3 LEY DE EDUCACIÓN AVELINO SIÑANI Y ELISARDO PÉREZ N°070 CAPÍTULO II BASES, FINES Y OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN.....	26
4.1.4 LEY 775 DE PROMOCIÓN DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE	26
4.2 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	27
4.2.1 COMIDA CHATARRA.	27
4.2.2 DEFINICIÓN DE LA COMIDA CHATARRA.....	27
4.2.3 EDUCACIÓN PARA EL DESARROLLO.....	28
4.2.4 HÁBITOS ALIMENTICIOS.....	28
4.2.5 LOS MALOS HÁBITOS ALIMENTARIOS	29
4.2.6 CONSUMO DE ALIMENTOS CHATARRA EN LOS CENTROS ESCOLARES.	30
4.2.7 DAÑO DE LA COMIDA CHATARRA EN LA SALUD	32
4.2.8 MALA ALIMENTACIÓN.....	40
4.2.9 LA DIMENSIÓN ALIMENTARIA.	41
4.2.10 COMEDOR ESCOLAR Y SU IMPORTANCIA NUTRICIONAL SOBRE EL RENDIMIENTO ESCOLAR.....	44

4.2.11 ALIMENTACIÓN SALUDABLE.....	44
4.2.12 LA AGRICULTURA FAMILIAR Y SU APORTE EN LA NUTRICIÓN.	45
4.3.13 CUALIDADES NUTRICIONALES DIVIDIDAS POR EL COLOR DE LOS ALIMENTOS.	46
4.3.14 CLASIFICACIÓN DE GRUPOS DE ALIMENTOS.	48
4.3.15 SITUACIÓN ACTUAL EN LAS ESCUELAS.	48

CAPÍTULO V

DISEÑO Y ESTRUCTURA DE PROYECTO

5.1 DATOS REFERENCIALES	50
5.1.1 MUNICIPIO	50
5.1.2 LOCALIZACIÓN.....	50
5.1.3 POBLACIÓN BENEFICIARIA.....	50
5.1.4 DURACIÓN.....	50
5.2 CONDICIONES DEL PROYECTO.....	51
5.2.1 VIABILIDAD DEL PROYECTO.....	51
5.2.2 FACTIBILIDAD DE PROYECTO	52
5.2.3 ACUERDOS ESTABLECIDOS PARA LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO.....	53
5.3 METODOLOGÍA DE CONSTRUCCIÓN DEL PROYECTO.....	53
5.3.1 DESCRIPCIÓN DEL ÁRBOL DE PROBLEMA.	53
5.3.2 DESCRIPCIÓN DEL ÁRBOL DE OBJETIVOS.....	56
ÁRBOL DE OBJETIVOS	57
5.3.3 MATRIZ DEL MARCO LÓGICO	58
5.4 ESTRUCTURA DEL PROYECTO	62
5.4.1 FINALIDAD DEL PROYECTO.....	62
5.4.2 OBJETIVOS DEL PROYECTO.....	62
5.4.3 OBJETIVO GENERAL.....	62
5.4.4 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	62
5.5 METODOLOGÍA DE INTERVENCIÓN.	62
5.5.1 ESTRUCTURA ORGANIZATIVA DEL PROYECTO.....	63
5.5.2 ESTRUCTURA DE RECURSOS HUMANOS.....	63

5.6 PLAN OPERATIVO DEL PROYECTO.....	63
5.6.1 CONSIDERACIONES ADMINISTRATIVAS DEL PROYECTO.....	64
5.6 EVALUACIÓN DEL PROYECTO.....	68
5.6.1 INDICADORES DEL PROYECTO.....	68
5.7 PLAN OPERATIVO DE SEGUIMIENTO Y MONITOREO.....	69
5.7.1 INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.....	70

CAPITULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 CONCLUSIONES	71
6.2 RECOMENDACIONES.....	71
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	73
ANEXOS	76

ÍNDICE DE CUADROS

	Pág.
1. Cuadro N°1 Organigrama.....	11
2. Cuadro N°2 Técnicas e Instrumentos de recolección de datos.....	13
3. Cuadro N°3 Estudiantes y padres de familia.....	13
4. Cuadro N°4 Consumo de alimentos a nivel mundial y regional.....	12
5. Cuadro N°5 Análisis del problema.....	22
6. Cuadro N°6 Priorización del problema.....	23
7. Cuadro N°7 Seguridad y alimentación nutricional.....	41
8. Cuadro N°8 Diferencias entre alimentación y nutrición.....	42
9. Cuadro N°9 Árbol de problemas.....	55
10. Cuadro N°10 Árbol de objetivos.....	57
11. Cuadro N°11 Matriz del Marco Lógico.....	59
12. Cuadro N°12 Organigrama de proyecto.....	63
13. Cuadro N° 13 Matriz de plan operativo.....	63
14. Cuadro N°14 Presupuesto y recursos humanos.....	64
15. Cuadro N°15 Recursos materiales.....	65
16. Cuadro N°16 Cronograma de actividades.....	66
17. Cuadro N° 17 Plan de acción	69

RESUMEN

El presente proyecto busca solucionar una de las mayores problemáticas que está manifestándose cada vez más en niños, jóvenes de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana. El consumo de comida no nutritiva o llamada también comida chatarra.

El término de comida chatarra se usa para describir los alimentos con poca cantidad de nutrientes que el cuerpo necesita y con un alto contenido de grasa, azúcar y sal, elementos que el cuerpo puede tener en exceso con mucha facilidad. Las papas fritas golosinas y las bebidas con gas suelen considerarse como comida chatarra.

En este sentido el proyecto realizó un diagnóstico en la Unidad Educativa Virgen de Copacabana del distrito 8 de El Alto y los resultados sobresalientes son preocupantes como ser que el 100 % de los encuestados consume estas comidas, más del 75 % los consume por gusto, esto quiere decir que hay una preferencia por su sabor. La regularidad es lo que más llama la atención pues se consume entre 5 y 6 días a la semana entre padres y estudiantes. Lo que más se consume son pollos broaster, salchipapa y silpanchos. Y se concluye que hay muy pocos hábitos de consumo de comidas sanas pues el 90 % de los estudiantes no tiene estos hábitos sanos de alimentación y muy poco se conoce acerca de las consecuencias de la comida chatarra.

En este sentido el proyecto tiene el objetivo de reducir el consumo de comida chatarra en los estudiantes de la Unidad Educativa para mejorar el estado nutricional de los mismos. Para lograr estos objetivos se planteó la conseguir lo siguientes resultados a) promover hábitos alimenticios adecuados y sanos en estudiantes y padres de familia b) concientizar a los estudiantes y padres de familia sobre las consecuencias que provoca el consumo de comida chatarra.

Estos objetivos fueron consensuados con la comunidad educativa con los cuales se firmaron acuerdos para llevar adelante estos objetivos.

INTRODUCCIÓN

La formación de hábitos alimentarios saludables debe comenzar desde los primeros años de edad ya que los hábitos instalados tempranamente tienden a perdurar a lo largo de toda la vida. El rol de los padres de niños y niñas en el desarrollo de hábitos saludables es fundamental ya que no solo enseñar con el ejemplo sino con la práctica, incorporando cada día en su dieta alimentos acorde a su edad.

La problemática de la comida chatarra es una realidad que está presente en todos los contextos del mundo, Bolivia y más específicamente en la ciudad de El Alto, con consecuencias para la salud de la población. Este flagelo hace necesaria la planificación y ejecución de planes y proyectos que pongan en marcha planes nutricionales que atiendan las características propias de la población, según el nuevo Patrón de Crecimiento Infantil de la (OMS) 2006, todos niños y niñas nacidos en cualquier parte del mundo, que reciban una atención óptima desde el comienzo de sus vidas, tiene el potencial de desarrollarse en la misma gama de tallas y pesos, este planteamiento hace que la desnutrición, el sobrepeso y la obesidad así como otras condiciones relacionadas con el crecimiento, puedan detectarse y abordarse en una fase temprana motivo suficiente por el cual los gobiernos están en la obligación de diseñar programas de alimentación que permitan la inclusión de los más necesitados a fin de garantizar la igualdad de oportunidades.

De este modo la política nacional promueve el consumo de comida sana en lo referente a normativas pero estos no son suficientes, si no se ejecuta acciones de hecho en las distintas unidades educativas. Es en este sentido que la presente propuesta busca disminuir estos niveles de consumo de comida chatarra y educar a la población en consumir comidas sanas. En el proyecto una pieza fundamental es la participación de los padres de familia pues los estudiantes se encuentran mayormente influenciada por el ambiente familiar, así que será de gran importancia considerar al niño y a la niña desde todos los ámbitos en que se desenvuelven.

El presente trabajo consta de seis capítulos: en el Capítulo I, se realiza una descripción de marco contextual que rodea a la Unidad Educativa. En el Capítulo II se hace referencia al marco institucional que hace descripción de la Unidad Educativa. El Capítulo III se describe el proceso del diagnóstico y los resultados obtenidos. El capítulo IV se menciona las políticas públicas y la fundamentación teórica. El Capítulo V presenta el diseño y estructura de la propuesta de intervención. El capítulo VI presenta las conclusiones y recomendaciones. Para concluir se presenta la bibliografía y anexos.

CAPÍTULO I

MARCO CONTEXTUAL

1.1 CARACTERÍSTICAS DEL MUNICIPIO

1.1.1 ASPECTOS HISTÓRICOS DE LA ZONA.

La ciudad de El Alto fue en principio un distrito de la ciudad de La Paz pero su crecimiento hizo que el 6 de marzo de 1985 fuera declarada ciudad mediante ley 1014, de ahí fue creciendo en y aumentando el distrito ocho es uno de los más jóvenes, Inicialmente fue parte del distrito 2 de El Alto. Según entrevista realizada a algunos vecinos antiguos de la zona "Virgen de Copacabana" fue loteada a partir del año 1990, por el señor Ing. Antonio Waldo Aliaga Monrroy. En el año 1996 existieron los primeros asentamientos con 60 familias aproximadamente, donde se organizaron sindicalmente con una junta de vecinos teniendo como primer presidente al señor Clemente Mamani y otras personas que integraban la mesa directiva. (Fuente elaboración propia de padres de familia)

1.1.2 UBICACIÓN GEOGRÁFICA

La Unidad Educativa Virgen de Copacabana está situada en el departamento de La Paz, provincia Murillo, en el municipio de El Alto distrito 8, Zona Virgen de Copacabana, en la calle Cuatí entre las calles F y D, con una altitud de 3.800 metros aproximadamente sobre el nivel del mar, el clima es frígido por que se encuentra en el sector altiplánico y rodeado por las cordilleras del Illimani, Mururata, Huayna Potosi. La Unidad educativa limita al este con Achocalla, al oeste con la zona 25 de julio, al norte con la zona Panorámica y al sur con la zona San Miguel y la zona Andino.

Así también en la ubicación geográfica, en base a sus infraestructuras y espacios públicos, tienen gran importancia en una planificación para su desarrollo social que a la vez se refleja una calidad de vida de la población. (Fuente elaboración propia de padres de familia).

1.1.3 ETIMOLOGÍA DEL NOMBRE.

Según el señor Víctor Góngora Aruquipa vecino antiguo de la Zona "Virgen de Copacabana, el nombre de la Unidad Educativa fue puesto por el primer dueño de la zona (loteador) Ing. Antonio Waldo Aliaga Monrroy. Con la fé y devoción que tenía a la Virgen Morena de Copacabana. (Fuente elaboración propia de padres de familia)

1.1.4 DESARROLLO HUMANO.

Según el estudio del Centro de Promoción de la Mujer Gregoria Apaza CPMGA, con datos del municipio nos dan los siguientes datos. La cantidad de pobladores que tiene el distrito 8 es de 50.829 habitantes, la mayoría de estos habitantes habla el castellano con un 56 % y 36% aymara. La población económicamente activa es 62,3 % en los hombres y 37,7 en las mujeres en cuanto a población desocupada 75,4 % de hombres y 24,6 de mujeres (CPMGA, 2011:28)

Los niveles de pobreza son muy altos en este distrito 8 los datos de la alcaldía muestran que 53, 4% de sus habitantes viven en la pobreza indigente, 34,7 % en la pobreza moderada y menos del 1 % tiene las necesidades básicas satisfecha (CPMGA, 2011:28). Esto da cuenta de los niveles de pobreza que existe en este distrito y por ende en esta zona. En cuanto a educación cuenta con 54 infraestructuras educacionales

1.2 ASPECTO EDUCATIVO.

La Unidad Educativa Virgen de Copacabana fue creada el primero de febrero de 1999 iniciando sus actividades al servicio de la educación con los niveles de 1ro 2do, 3ro, 4to, 5to, del nivel primario comunitaria vocacional con un centenar de niños y niñas, bajo la dirección del profesor Víctor Apaza Chulquinea y como Junta Escolar el Señor Víctor Góngora. Al iniciar sus actividades la Unidad carecía de ITEMS para los profesores, los padres de familia pagaban un monto de veinte bolivianos por alumno para cubrir los

servicios educativos. Las clases se desarrollaban en cuartos alquilados en la misma zona. (Entrevista Director Unidad Educativa)

En la actualidad la Unidad Educativa “Virgen de Copacabana” funciona en dos turnos, en la mañana con 200 estudiantes de inicial a sexto 6to de primaria y en la tarde de 1ro de secundaria a 6to de secundaria con 200 estudiantes con 44 docentes. La misma cuenta con la resolución ministerial 025/2000.

La Unidad Educativa, vive los efectos del proceso de cambio en la educación, en cuanto al modelo educativo socio comunitario productivo, la nueva estructura del sistema curricular en base a los niveles, los planes y programas de estudio que obedecen a esta nueva lógica. Todo aquello, de una y otra forma, afecta el modelo de ver, percibir, asumir y resolver la realidad y el mismo proceso educativo al interior de cada unidad educativa.

Existen muchas necesidades Educativas en el colegio, sin embargo uno de los siguientes es responder al tema de la alimentación.

Junto al cambio social y político de nuestro país es importante reconocer que existen otros cambios de orden global, según la OMS la alimentación y la pobreza, son las dos problemáticas mundiales a resolver en las metas del milenio. Tal es el caso de la salud alimentaria, misma que se encuentra en crisis en el mundo entero, ya que se presentan distintas problemáticas relacionadas como: desnutrición, consumo de comidas chatarras, trastornos de orden alimenticio (bulimia, anorexia, etc.).

En la actualidad el mundo se enfrenta a una doble carga de mal nutrición que incluye la desnutrición y la alimentación excesiva. La mala nutrición también se caracteriza por la carencia de diversos nutrientes esenciales en la dieta, en particular hierro, ácido fólico, vitamina A y yodo; la mal nutrición, presenta riesgos considerables para la salud humana.

1.3 ASPECTO SOCIOCULTURAL

En el distrito 8 de la zona de Senkata de la ciudad de El Alto cuenta con 7 centros culturales y también con un Centro de Recursos Pedagógicos, dependiente del municipio (CRP), con 15 iglesias y dos bibliotecas municipales.

La mayoría de la población es bilingüe; sin embargo los idiomas interactivos son el aymara y el castellano.

Las personas mayores de edad mantienen, por su ascendencia rural, el idioma aymara como primera lengua; y la mayoría de la población joven nacida en El Alto, hablan el castellano como primera lengua y muy poco el aymara como su segunda lengua.

1.4 COSTUMBRES.

Los pobladores de esta zona, aún mantienen valores culturales ancestrales propios de los pueblos andinos en las relaciones familiares y en la comunidad; por ejemplo, en la forma de organización, participación, designación de los líderes vecinales y escolares. Entre las costumbres tenemos “el Ayni”, “la Wilancha”, “La Ch”alla”, “la Irpaca”, “las milluchadas” y otras más particulares.

1.4.1 RELIGIÓN Y ESPIRITUALIDAD.

Predomina mayormente la religión católica, también existen otros movimientos religiosos, evangélicos con menos participación.

También existe la presencia de la espiritualidad andina no solo a nivel ritual celebrativo, sino en los usos y costumbres familiares heredadas. (CPMGA, 2011: 58)

1.5 MEDIOS DE COMUNICACIÓN

Se tiene los servicios públicos de telefonía celular de las empresas VIVA TIGO Y ENTEL, el gobierno Autónomo Municipal de El Alto mediante la Dirección

Municipal de Educación y la empresa viva apoyan con la implementación de INTERNET a algunas Unidades Educativas del Distrito 8, y por consiguiente, a la Red 801 tecnología que beneficia a la comunidad educativa en su conjunto.

Salud y servicios en general, la población alteña de Senkata cuenta con centros de salud por distritos y zonas, pero existen diferencias en los mismos por el crecimiento incesante de la población; por esta razón se ve como insuficiente el servicio prestado por la RED Y EL Centro de salud obligatorio (S.E.S.O.) mismo que es gratuito de consumo médico en los centros de salud, pero no siempre se da prioridad al mismo. Así mismo, se percibe presencia de la medicina natural y ancestral en las diferentes zonas, con aceptación de la población.

Existe energía eléctrica en la mayoría de los domicilios. Existen también deficiencias en las instalaciones de agua potable que no llega a todos faltando las conexiones de red de alcantarillado fluvial y sanitario en las zonas, que están en proceso de implementación.

1.6 ASPECTO POLÍTICO ADMINISTRATIVO.

La zona Virgen de Copacabana está organizada sindicalmente, por autoridades que están conformadas de la siguiente manera: presidente de junta de vecinos, vicepresidente, secretario de educación, secretario de hacienda, secretario de deportes y secretario de prensa y otras carteras son designados de acuerdo a las necesidades de la zona, estas autoridades son elegidos de manera democrática por todos los vecinos de la zona.

1.7 ASPECTO ECONÓMICO.

La actividad económica principal es el comercio informal (tiendas de abarrotes y ferias vecinales), pero también afloran los transportistas, talleres de reparación de autos; grandes, medianas y pequeñas empresas (talleres de costura, elaboración de productos alimenticios, etc.) (CPMGA, 2011)

Cabe señalar que en el sector se encuentra la planta de distribución de recursos hidrocarburíferos. (Planta Senkata) misma que distribuye estos recursos a todo el sector occidental de Bolivia.

CAPÍTULO II

MARCO INSTITUCIONAL

2.1 ASPECTO INSTITUCIONAL.

2.1.1 HISTORIA DE LA UNIDAD EDUCATIVA.

La unidad educativa Virgen de Copacabana dentro su propia historia fue creada en el año 1999 en un primero de febrero con sus propias actividades al servicio de la educación así mismo empezó con los niveles de primero, segundo, tercero, cuarto, y quinto, del nivel primario comunitaria vocacional con un total aproximado de un centenar de niños y niñas, bajo la dirección del profesor. Víctor Apaza Chulquinea y como consejo educativo el Señor Víctor Góngora.

En la actualidad la Unidad Educativa “Virgen de Copacabana “ funciona en dos turnos , en la mañana con doscientos estudiantes de inicial a sexto de primaria y en el turno tarde de primero de secundaria a sexto de secundaria con 200 estudiantes y con 44 docentes, esta Unidad Educativa cuenta con una resolución ministerial del sistema de educación regular.

Esta Unidad Educativa, lleva los efectos del proceso de cambio en la educación, en cuanto al modelo educativo socio comunitario productivo, la nueva estructura del sistema curricular en base a los planes y programas de estudio que obedecen a esta nueva lógica. Todo aquello, de una y otra forma, afecta el modelo de ver, percibir, asumir y resolver la realidad y el mismo proceso educativo al interior de cada unidad educativa.

Junto al cambio social y político de nuestro país es importante reconocer que existen otros cambios de orden global, según la OMS la alimentación y la pobreza son las dos problemáticas mundiales a resolver en las metas del milenio. Tal es el caso de la salud alimentaria, misma que se encuentra en crisis en el mundo entero, ya que se presentan distintas problemáticas relacionadas

a ella: desnutrición, consumo de comida chatarra, trastornos de orden alimenticio.

2.1.2 VISIÓN.

Ser una Institución de aprendizajes significativos, detectar y desarrollar las inteligencias múltiples pedagógicas holísticos y pensamientos renovadores de los estudiantes en la unidad educativa

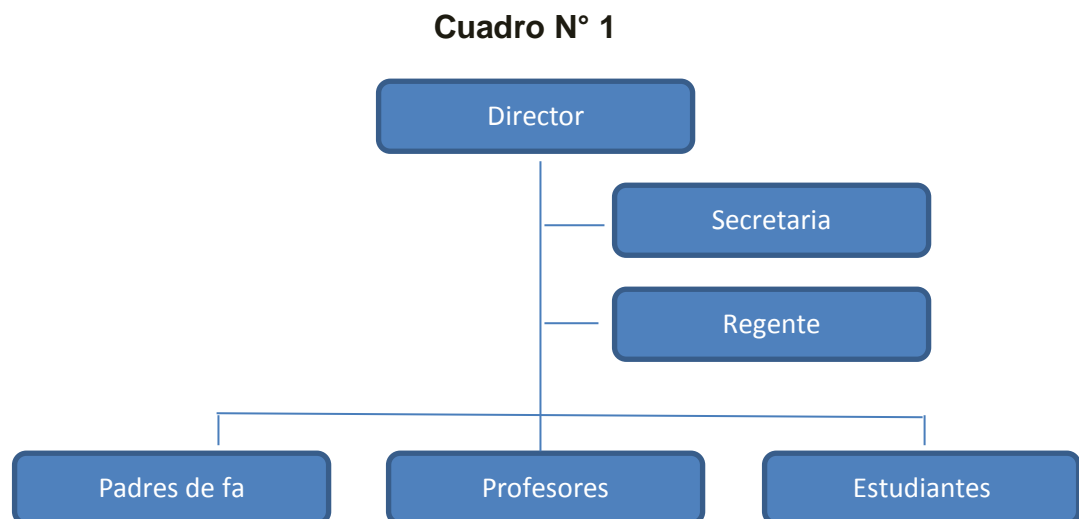
2.1.3 MISIÓN.

La unidad educativa Virgen de Copacabana tiene como misión formar integralmente a niños y niñas jóvenes con mentalidad creadora solidaria, productiva y crítica fortalecida en el pensamiento del desarrollo.

2.1.4 OBJETIVOS.

Desarrollar estudiantes con bastantes conocimientos y valores éticos para la sociedad que lo rodea.

2.1.5 ORGANIGRAMA DE LA UNIDAD EDUCATIVA VIRGEN DE COPACABANA.



(Fuente: POA Unidad Educativa)

CAPÍTULO III DIAGNÓSTICO

3.1 METODOLOGÍA DEL DIAGNÓSTICO.

3.1.1 OBJETIVOS.

3.1.2 OBJETIVO GENERAL.

Determinar los grados de consumo de la comida chatarra y sus consecuencias en la salud en los estudiantes de la U.E. Virgen de Copacabana del distrito 8 de la Zona de Senkata

3.1.3 OBJETIVO ESPECÍFICO

- Describir los tipos de comida que son consumidas por los estudiantes de este establecimiento
- Establecer los hábitos de consumo de comida que tienen los estudiantes y padres de familia
- Determinar las consecuencias que conllevan el consumo de comida chatarra
- Identificar las causas que motivan al consumo de comida chatarra

3.1.4 TIPO DE DIAGNÓSTICO.

El tipo de estudio del presente diagnóstico es descriptivo.

“El diagnóstico educativo es en última instancia, una manera de comprender una determinada realidad o situación social educativa, una lectura e interpretación de sus conexiones y relaciones desde una perspectiva histórica y de las situaciones que puede ir adaptándose” (I.N.F.E, 2003: 12).

Cuadro N° 2

3.1.5 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN.

MÉTODO	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
ENCUESTAS.	Cuestionario.	Cuestionario sobre consumo de alimentos.
ENTREVISTAS.	Entrevista.	Semi estructurada.
FODA.	FODA.	Matriz FODA.

3.1.6 ACTORES INVOLUCRADOS.

En el caso de los estudiantes se ha tomado una muestra no probabilística que responde a criterios de selección:

- Estar en el nivel secundario
- Estar en el nivel primario
- Ser de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana
- Tener edades comprendidas entre 8 a 12 años de edad

Cuadro N° 3 Estudiantes y padres de familia.

SUJETOS	CANTIDAD
Nivel primario.	60
Nivel secundario.	20
Padres de familia.	60
Director.	1
TOTAL MUESTRA	141

(Fuente elaboración propia.)

- **Muestra de sujetos**

Se tiene una muestra de 60 padres de familia y 80 estudiantes que pertenecen a la Unidad Educativa; también se realizó la entrevista al director de este centro educativo haciendo un total del 141 sujetos a los que se aplicó los instrumentos diseñados.

3.2. ANÁLISIS SITUACIONAL DEL PROBLEMA

3.2.1 NIVEL INTERNACIONAL.

El impacto de la desnutrición crónica según .Boni (2003;13)

- “A nivel mundial, (165 millones, o el 26% en 2011) cada niño de 4 a 5 años sufre desnutrición crónica.
- La desnutrición crónica, provoca una baja estatura de acuerdo a la edad esto se asocia con un anormal desarrollo del cerebro, lo que es probable que tenga consecuencias negativas en la vida de un niño a largo plazo
- Estudios recientes de Brasil, Guatemala, India, Filipinas y Sudáfrica confirmaron la asociación entre desnutrición crónica y un menor rendimiento y asistencia a la escuela. Los estudios también concluyeron que la desnutrición vaticinaba un fracaso escolar. ”. (Fernández, 2003: 38)
- Una menor asistencia escolar y un empeoramiento en los resultados educativos se traducen en que estos niños ganarán menos cuando sean adultos. Un estudio de 2007 estimó una pérdida media del 22% en los ingresos anuales durante la etapa adulta.
- Un niño con desnutrición entra en la edad adulta con una mayor propensión a tener sobrepeso y a desarrollar enfermedades crónicas.
- Tres cuartas partes de los niños con desnutrición crónica en el mundo se encuentran en África subsahariana y el sur de Asia. En África subsahariana, el

40% de niños menores de 5 años sufre desnutrición crónica; en el sur de Asia, la tasa es del 39%.

- “En 2011, los cinco países con el mayor número de niños menores de 5 años con desnutrición crónica fueron: India (61,7 millones), Nigeria (11 millones), Pakistán (9,6 millones), China (8 millones) e Indonesia (7,5 millones).según Colque (2002; 28)

La desnutrición crónica afecta a los niños más marginados:

- A nivel mundial, un tercio de los niños menores de 5 años en zonas rurales sufre desnutrición crónica, en comparación con una cuarta parte de los que viven en zonas urbanas.
- “Del mismo modo, los menores de 5 años que viven en las comunidades más pobres tienen el doble de probabilidades de sufrir desnutrición crónica que los que viven en las comunidades más ricas” (Fernández, 2003: 77)

Cuadro N° 4 Consumo de alimentos a nivel mundial y regional.

Región	1964-1966	1974-1976	1984-1986	1997-1999	2015	2030
Mundo	2358	2435	2655	2803	2940	3050
Países en desarrollo	2054	2152	2450	2681	2850	2980
Cercano Oriente y África	2290	2591	2953	3006	3090	3170
África subsahariana ^a						
América Latina y el Caribe	2393	2546	2689	2824	2980	3140
Asia Oriental	1957	2105	2559	2921	3060	3190
Asia Meridional	2017	1986	2205	2403	2700	2900
Países industrializados	2947	3065	3206	3380	3440	3500
Países en transición	3222	3385	3379	2906	3060	3180

Fuente: ([http://www.fumunu.org/educacion/sana/que es la nutricion.html](http://www.fumunu.org/educacion/sana/que_es_la_nutricion.html))

En el cuadro se observa a nivel mundial de acuerdo a los grandes cambios y crecimientos que se dio en apariencia, el mundo ha hecho grandes avances en cuanto al consumo de alimentos por persona. El aumento del consumo medio mundial habría sido mayor si no fuera por el declive de las economías en transición en los años noventa, si bien en general se concuerda en que las

disminuciones observadas en las economías en transición probablemente se corregirán pronto. Este crecimiento ha ido acompañado de cambios estructurales significativos y de la entrada en la dieta de una mayor cantidad de productos pecuarios, aceites vegetales, etc.

“La obesidad se ha convertido en uno de los mayores problemas de salud pública a nivel mundial, su prevalencia continua en rápido incremento en la mayoría de los países. Según datos de la Organización Mundial de la Salud, más de una de cada diez personas en el mundo sufre sobrepeso y, de ellas, 200 millones de hombres y 300 millones de mujeres son obesos.

El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de tejido graso que puede ser perjudicial para la salud, para identificar ambas condiciones se utiliza el índice de masa corporal (IMC), que es un indicador simple de relación entre el peso y la talla, de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud un IMC en adultos igual o superior a 25 determina sobrepeso, y uno igual o superior a 30 determina obesidad. El incremento de esta patología a nivel mundial, sus consecuencias y el costo que demanda la atención de sus complicaciones es una carga muy grande para los servicios de salud de todos los países y sobretodo una amenaza para calidad de vida de la población, se constituye en el quinto factor principal de riesgo de defunción en el mundo y está asociada principalmente la diabetes y cardiopatía isquémica, su control requiere acción inmediata y esfuerzo conjunto, expresados en una declaración de alto nivel realizada por todos los países en Naciones Unidas, el sobrepeso y la obesidad infantil han adquirido notoriedad en los últimos años, alrededor de 43 millones de niños y niñas menores de cinco años están afectadas por esta condición, la mayor parte de ellos vive en países en desarrollo. Los niños y niñas obesos tienen riesgo de obesidad en la edad adulta y como consecuencia de ello la discapacidad y muerte prematura a corto plazo, la obesidad puede afectar a casi todos los órganos causando alteraciones serias que incluyen hipertensión, dislipidemia, resistencia a la insulina, hígado y complicaciones pulmonares y psicológicas. La región

latinoamericana no escapa a esta tendencia mundial, se han informado prevalencias crecientes de obesidad y de enfermedades crónicas relacionadas con la alimentación, un porcentaje de sobrepeso y obesidad ocurre en la edad pediátrica, factores y determinantes asociados se han estudiado con detalle en países como Chile y Brasil, lo que ha permitido desarrollar programas preventivos

Como también aparte de la obesidad existen otros factores que influyen en el tema de aprendizaje como el bajo rendimiento escolar, la baja autoestima y junto a ello enfermedades como la anemia, artrosis, problemas digestivos y entre otros” (Colque, 2002: 15)

3.2.2 NIVEL NACIONAL.

“La nutrición nociva en cualquiera de sus formas, presenta riesgos considerables para la salud humana. En la actualidad, el mundo se enfrenta a una doble carga de mal nutrición que incluye la desnutrición y la alimentación excesiva, particularmente en los países en desarrollo. El hambre y una nutrición inapropiada contribuyen a la muerte prematura de las madres lactantes y niños pequeños, y al desarrollo físico y cerebral deficiente en los jóvenes. al mismo tiempo , las tasas mundiales creciente de sobrepeso y obesidad están relacionadas con el aumento en las enfermedades crónicas como el cáncer , las enfermedades cardiovasculares todas ellas afección es que ponen en peligro la vida y son muy difíciles de tratar en lugares con limitados recursos y con un sistema de salud que ya están sobrecargados.

A nivel nacional podemos decir que el estudio que se realizó en Bolivia fue liderado por el Programa Nacional de Alimentación y Nutrición, la dirección de Servicios de Salud del Ministerio de Salud y Deportes y el resultado del mismo fue obtenido con el concurso de varias entidades públicas, de la sociedad civil y agencias de cooperación involucradas en la temática alimentaria nutricional esto fue realizado entre los meses de septiembre a diciembre del año 2004.

Este estudio afirma que una buena nutrición contribuye a mejorar la eficiencia y los resultados de acciones para el desarrollo: mayor capacidad de aprendizaje, menores gastos para el cuidado de la salud, mayor productividad entre otros, es decir la nutrición como base para el desarrollo, está relacionada principalmente con la educación, salud, demografía, agricultura, pobreza y género.

La investigación también afirma que la desnutrición afecta la defensa inmunológica del cuerpo y como resultado, aumenta la incidencia, la severidad y la duración de enfermedades comunes en la niñez: diarreas, infecciones respiratorias agudas y sarampión, paradójicamente, la desnutrición sufrida en el vientre materno puede llevar a una predisposición a la hipertensión, las enfermedades coronarias y la diabetes en la vida adulta.

Una buena nutrición reduce la mortalidad materna, neonatal e infantil, en países en desarrollo, aproximadamente el 55 por ciento de la mortalidad en niños menores de 5 años está asociada a la desnutrición: Los niños severamente desnutridos tienen 8 veces más probabilidad de morir con relación a los niños bien nutridos.

Del estatus del hierro en poblaciones afectadas por anemia puede aumentar los niveles de productividad nacional hasta en un 20% y reducir la mortalidad materna en 20%.

Por estas razones, los programas de salud deben promover las inmunizaciones, la lactancia materna, la adecuada alimentación complementaria, el consumo de micronutrientes, la planificación familiar y salud reproductiva y la educación nutricional, orientada a prevenir la desnutrición pero también a revertir las tendencias hacia la obesidad, diabetes y enfermedades coronarias.” (Fernández, 2003:13)

Obesidad infantil como se mencionó líneas arriba la obesidad se ha convertido en uno de los problemas de salud a nivel mundial, y Bolivia no está al margen

de esta problemática, en Bolivia existe escasa literatura sobre este problema en la edad pediátrica, sin embargo, hay evidencia de que estamos en plena transición nutricional, datos publicados señalan un porcentaje mayor a 6% de sobrepeso y obesidad en niños y niñas menores de cinco años, medido por la relación peso para la talla usando los patrones OMS/NCHS (1979) (Aguilar, Zamora, Barrientos; 2012).

En Bolivia el problema nutricional de mayor prevalencia es la talla baja, que es un factor de riesgo para desarrollo de sobrepeso y obesidad posterior. La política nutricional del país destinada a la niñez, a partir del año 2006 ha sido enfocada en la reducción de talla y peso bajos, sobretodo en el niño menor de dos años, rango de edad en el que cualquier problema afecta de manera irreversible el desarrollo y crecimiento futuros.

Los resultados de un estudio realizados por un grupo de profesionales bolivianos (Aguilar, Zamora, Barrientos; 2012) muestran la presencia de sobrepeso y obesidad en edades muy tempranas en el país. La tendencia en los últimos 20 años se ha mantenido en un rango que va entre 7.6 % y 8.12% a nivel nacional, en comparación a otros indicadores que han sufrido un descenso mayor, por ejemplo en el último milenio cuando se ha notado una reducción de 5% en la talla baja (talla para edad), aunque menos importante en peso bajo (peso para edad) y el porcentaje de niños y niñas enflaquecidos no es elevado ni se ha incrementado (su trascendencia radica en que predispone a una mayor mortalidad). En este panorama el sobrepeso y obesidad se constituiría en el segundo problema nutricional (global) en menores de cinco años.

En cuanto a los departamentos el estudio establece, son elevados hasta 8.1% el sobrepeso en Santa Cruz, así como la obesidad de 2,6% con relación al resto. Aunque Tarija presenta una prevalencia de sobrepeso mayor aún con 9,5% y obesidad de 2.1%. Correlacionado con presencia mayor de niños con sobrepeso y obesidad en el valle y los llanos comparados con el altiplano.

El perfil de niños con obesidad y sobrepeso que se observa da pautas para la inclusión de acciones preventivas enfocadas a mejorar la alimentación complementaria a través de estrategias educativas, aunque para ello existen escasos estudios que indiquen la composición de la alimentación complementaria y las prácticas familiares de alimentación, que identifiquen falencias y barreras para una alimentación adecuada.

3.2.3 NIVEL LOCAL.

“En cuanto a la ciudad de El Alto un estudio publicado en el periódico Pagina Siete, muestra que la última Encuesta Nacional de Salud, realizada por el Ministerio de Salud y Deportes, señala que en 2008 El Alto estaba entre las tres ciudades del país con más personas obesas, sólo superada por Santa Cruz y Cochabamba, en ese orden.

De acuerdo con la nutricionista María Luisa Rizo-Patrón, la obesidad sería el resultado de la "dieta andina" de los habitantes del altiplano, consistente en gran parte de alimentos con alto contenido de carbohidratos, como la papa, el chuño, el trigo, fideos, pan y arroz además de grasas de animales.

"A estos factores se suma el sedentarismo, la falta de ejercicio y el excesivo consumo de alcohol", señaló la especialista. La denominada "dieta andina", según explicó, responde a una vida de grandes esfuerzos físicos, como la que llevan los habitantes del área rural, quienes, además de trabajar la tierra, deben caminar grandes distancias.

"En las ciudades, el consumo de carbohidratos se hace excesivo y genera la aparición de grasa abdominal y altos índices de glucosa (azúcar) en la sangre".

En un recorrido que realizó Página Siete (26 de septiembre 2013) por varios sectores de El Alto, comprobó que por cinco bolivianos se puede comer una salchipapa acompañada de arroz o tallarín, o ambos, según pida el cliente. Con 10 bolivianos se puede comprar un plato de pescado frito, de chicharrón de pollo, de ají de fideo, de lechón al horno o de patitas de cerdo, ya sea en la

feria o en la Ceja de El Alto. María Vilches, quien no sin dificultad logra acomodarse dentro de un improvisado toldo de nailon, pide un choripán en la feria. Luego, exige más escabeche y llajua. luce agitada y asegura que vive en el distrito 8 de la urbe, pero que vino en movilidad. Desde el lugar en que la dejó el minibús hasta el puesto de venta de chorizos hay unos 20 metros, pero parece que hubiera corrido una maratón (Página Siete; 2013).

La última Encuesta Nacional de Salud, realizada por el Ministerio de Salud y Deportes, señala que en 2008 El Alto estaba entre las tres ciudades del país con más personas obesas, sólo superada por Santa Cruz y Cochabamba, en ese orden.

3.3 DIAGNÓSTICO DE NECESIDADES.

Para el diagnóstico del proyecto se realizó primeramente un plan de diagnóstico, se ejecutaron los instrumentos y se realizó una sistematización y análisis de la información.

El diseño muestral para las encuestas tuvo las siguientes características.

El Universo estuvo compuesto por estudiantes de primaria, estudiantes de secundaria, padres de familia de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana.

Tamaño de la muestra.- Por la cantidad de sujetos utilizo un muestreo mixto ya que comprendieron la selección de distintos sujetos de la comunidad educativa, 60 padres de familia, 80 estudiantes, Esto se complementó con la entrevista realizada al Director de la Unidad Educativa y la aplicación del FODA.

3.3.1 IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA.

Alto consumo de comida chatarra en niños, niñas y jóvenes de la Unidad Educativa Virgen De Copacabana del distrito 8 de la Zona de Senkata.

3.3.2 ANÁLISIS DEL PROBLEMA (TRIANGULACIÓN DEL PROBLEMA).

A continuación se mencionan los datos y resultados más sobresalientes de los instrumentos aplicados para caracterizar y explicar el problema.

Una de las conclusiones a las que se llega luego de revisar los ítems de la encuesta, entrevista de este estudio, es que el 100% de las personas encuestadas consume comida chatarra es decir ninguna de ellas manifiesta no consumirlas.

El consumo de estas comidas son similares entre padres e hijos esto quiere decir que son hábitos que se reproducen y comparten al interior de las familias, no existe una conciencia de los padres acerca de las consecuencias de estos alimentos y los hijos los consideran buenos o como parte natural de su dieta.

Un dato preocupante y conducente a considerarlo como una adicción es que su consumo es continuo durante la semana en especial en la dieta de los estudiantes que los consumen entre 5 y 6 días a la semana y su consumo es por “gusto” o sea existe una preferencia por el sabor que agrada a los consumidores. En este sentido la rapidez o el costo quedan en segundo lugar. Y los horarios para su consumo son en la mañana y en la noche.

Por último los malos hábitos para nutrirse y el desconocimiento de las consecuencias que tiene para la salud, a largo plazo, hacen que la población consuma estas comidas de manera continua y descontrolada.

Estas conclusiones hacen que sea necesario una sensibilización acerca de una correcta nutrición y vida sana.

Cuadro N° 5: Análisis del Problema.

CUESTIONARIO A ESTUDIANTES Y PADRES DE FAMILIA.	ENTREVISTA DIRECTOR UNIDAD EDUCATIVA.	FODA.
El 100 % de los estudiantes consumen comida chatarra.	Estudiantes de la unidad educativa consumen sin	Cumplimiento de las normas.

<p>Estudiantes con malos hábitos alimentarios.</p> <p>El consumo de estas comidas son similares entre padres e hijos esto quiere decir que son hábitos que se reproducen y comparten al interior de las familias</p> <p>No existe control por parte de los padres de familia.</p> <p>consumo es continuo durante la semana en especial en la dieta de los estudiantes que los consumen entre 5 y 6 días a la semana</p>	<p>control comida chatarra.</p> <p>Muchas veces se les recomienda sobre los buenos hábitos de salud.</p> <p>En reuniones de curso se les recomienda padres de familia sobre la buena alimentación nutritiva.</p> <p>Muchas veces los padres de familia son los consumidores de estas comidas por factores de trabajo.</p>	<p>Apoyo de las instituciones del entorno en los aspectos pedagógicos y socio comunitarios.</p> <p>Actitudes y malos hábitos alimenticios</p> <p>Consumo de alimentos chatarras en la unidad educativa</p> <p>Falta de apoyo y control de los padres de familia a sus hijos.</p> <p>Existencia de vendedoras de comidas chatarras dulces golosinas y otros.</p>
---	---	---

Fuente: Elaboración propia

3.3.3 PRIORIZACIÓN DEL PROBLEMA.

Cuadro N° 6

Priorización del problema.

IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA.	ANÁLISIS DEL PROBLEMA.
<p>Bajo rendimiento en el aprendizaje.</p>	<p>Se puede observar según el diagnóstico, que hay poco interés en el aprendizaje por parte de los estudiantes de la unidad educativa</p>

	Virgen de Copacabana.
Desnutrición.	Según el centro de salud se observó que existe una mala nutrición por parte de los padres de familia y los estudiantes por falta de comunicación así los mismos sobre una alimentación adecuada.
Diabetes.	Esta enfermedad es muy perjudicial para las personas ya que al contraer la diabetes también estarían contrayendo otras enfermedades
Obesidad.	En la obesidad se observa a simple vista cuando un niño empieza a tener un sobre peso más de lo normal por cual producidas por estas comidas chatarras
Aumento de comerciantes de comida chatarra.	Cada vez los comerciantes de comida chatarra van aumentando en todos los lugares sin ningún control.

Fuente: Elaboración propia

CAPÍTULO IV POLÍTICAS PÚBLICAS Y FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

4.1 POLÍTICA PUBLICAS.

4.1.1 CONSTITUCIÓN POLÍTICA DEL ESTADO (CPE).

El Estado tiene la obligación de garantizar la seguridad alimentaria a través de una alimentación sana, adecuada y suficiente para toda la población”.

Con la nutrición y una buena alimentación ayudará al crecimiento, y a tener una buena salud de las personas. Es importante que las personas en especial los estudiantes conozcan las propiedades de cada uno de los alimentos para tener un desarrollo adecuado en su crecimiento y en su salud corporal.

4.1.2 AGENDA PATRIÓTICA 2025.

El presente proyecto está dentro de la agenda patriótica 2025 que a la vez esto nos lleva con el suma kamaña o el vivir bien, la cual nos hace referencia a una buena alimentación saludable y a contemplar los buenos hábitos en base a la agricultura boliviana.

Al respecto la agenda menciona en su acápite Salud, educación y deporte lo siguiente:

“Este pilar aborda dimensiones fundamentales ´para la vida como la salud, educación y el deporte siendo parte esencial para la formación de un ser humano integral. El rol del estado plurinacional es de promover una salud integral y universal con una educación descolonizadora, despatriarcalizada, liberadora, intra e intercultural, comunitaria, critica y transformadora así como un acceso universal a la diversidad de las prácticas deportivas para formar hombres y mujeres saludables.

Por lo cual es muy importante una actividad física para todas las personas por lo menos tres días a la semana en cualquier deporte que se requiera.

El Estado Plurinacional con este conjunto de actividades se espera sentar las bases con hombres y mujeres integrales que asumen el reto y tienen las capacidades y condiciones para consolidar el proceso de cambio “(Aima 2016-2020; 96)

Según la agenda 2025 nos dice en el pilar tres, todos los seres humanos tenemos derecho a vivir en un ambiente saludable en una comunidad limpia y sana y a la vez que tenemos que cuidar nuestros recursos naturales.

4.1.3 LEY DE EDUCACIÓN AVELINO SIÑANI Y ELISARDO PÉREZ N°070 CAPÍTULO II BASES, FINES Y OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN.

La educación sustenta en la sociedad a través de la participación de las bolivianas y bolivianos en el sistema de educación plurinacional respetando sus diversas expresiones sociales y culturales en sus diferentes formas de organizaciones.

En la educación de la vida para el vivir bien desarrolla una formación integral que promueve la realización de la identidad efectiva, espiritualidad y subjetividad de las personas y comunidades de vivir en armonía con la madre tierra y entre comunidades entre seres humanos. (Avelino Siñani y Elisardo Pérez 2010: 56)

Según la ley 070 nos menciona que debemos respetar las expresiones y opiniones de todas las personas y así mismo respetar nuestras culturas y tradiciones, como también vivir en armonía con la madre tierra.

4.1.4 LEY 775 DE PROMOCIÓN DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Cuyo objeto es establecer lineamientos y mecanismos para promover hábitos alimentarios saludables en la población boliviana, a fin de prevenir las enfermedades crónicas relacionadas con la dieta.

La norma tiene la finalidad de contribuir al ejercicio del derecho humano a la salud y a la alimentación sana, adecuada y suficiente para Vivir Bien.

La presente Ley comprende: a) Promoción de hábitos alimentarios saludables y fomento de la actividad física. b) Regulación de la publicidad de alimentos y bebidas no alcohólicas. c) Regulación de etiquetado de alimentos y bebidas no alcohólicas.

4.2 FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.

4.2.1 COMIDA CHATARRA.

“La comida chatarra es una alimentación donde el alimento se prepara y se sirve para consumir rápidamente la cual esta denominada como comida chatarra que contiene altos niveles de grasa sal condimentos o azúcares y numerosos aditivos alimentarios” (Colque, 2002)

También se puede decir que los alimentos están al alcance de cualquier persona que son expuestos libremente en la comercialización, estos están en un bajo precio muy accesible para todas las personas en muchos casos no conocen las el contenido de estas comidas chatarras por una falta de información.

4.2.2 DEFINICIÓN DE LA COMIDA CHATARRA.

Según Colque (2002: 15) “La comida chatarra llamada como basura contiene típicamente altos niveles de grasas, sal o azúcares y numerosos aditivos alimentarios como el glutamato mono sódico y la tartesina al mismo tiempo con carencias de proteínas, y fibras entre otros. Hay estudios que revelaron que el comer muchas golosinas y papas fritas ocasionan la obesidad en todas las personas Así mismo nos contraen Baja autoestima, esto suele provocar a la vez una autoestima negativa así mismo esto provoca problemas de salud como las enfermedades de diabetes y enfermedades cardiovasculares.”

En esta definición de la comida chatarra podemos observar las causas y consecuencias que estas comidas nos contraen en un largo plazo como ser la obesidad la diabetes la anemia y entre otros ya que esto puede ser muy

perjudicial para la salud en general, en muchos casos en una burla para otras personas respecto a la obesidad.

“También, es fácil informarse a través de la televisión, como alimentar a los niños y niñas con productos saludables y evitar los alimentos chatarra. Existe información que explica los riesgos que provoca el consumo diario o frecuente de estos alimentos; se indican listas de alimentos que deben evitarse, tales como las hamburguesas, los hot dogs, las papas fritas y los aros de cebolla, por su alto contenido de grasa y sodio, las donas y la pastelería en general por su elevada proporción de carbohidratos, azúcar y grasa; los refrescos, abundantes en azúcar; las golosinas y snacks, “ (Colque, 2002: 19)

Es necesario que todas las personas estén informadas de los componentes y altos niveles de azúcar y grasa que llevan estas comidas chatarras. También hay muchas personas que sin estar informados de estas comidas asen un consumo excesivo. Ya que en muchas veces estas comidas nos conllevan a enfermedades crónicas como la más frecuente la diabetes y la obesidad estas por los altos niveles de grasa y azucares y condimentos.

4.2.3 EDUCACIÓN PARA EL DESARROLLO.

Es el proceso de mejora de las condiciones de vida de los habitantes del pueblo de una manera sostenible y armoniosa donde las poblaciones en su conjunto deben participar activamente en el proceso de mejoramiento de la calidad de vida bajo el enfoque de las gestiones colectivas o comunitarias económicas, aprovechando de manera sostenible los recursos que poseen en el espacio que ocupan (Gutierrez, 2012:169).

4.2.4 HÁBITOS ALIMENTICIOS.

Es uno de los pilares fundamentales para la salud y el bien estar, no es en vano el tipo de alimentación, puede determinar la aparición de enfermedades como la obesidad la diabetes, las enfermedades cardiovasculares y distintos tipos de

cancer, de echo hay estimaciones que cuantifican en más del 30 % los canceres que tienen una conexión directa con los alimentos de nuestra dieta .

Dentro de los buenos hábitos alimenticios se dice que se debe consumir todos los alimentos que se encuentran agrupados en una dieta alimentaria de este modo que deberia incluir 5 raciones diarias de frutas ,verduras y hortalizas en la cual estas deberia de consumirse de manera cruda. Los cereales integrales y sus derivados deven formar parte de una dieta muy primordial esto se traduce en 4- 6 raciones diarias de alimentos” (Fernandez, 2003:13)

Una persona debe tener los buenos hábitos alimenticios, ya que si no llevamos una alimentación correctamente podemos contraer varias enfermedades que a la vez esto nos ase un gran daño a la salud, por no consumir alimentos saludables y más que todo aquellos alimentos que llevan altas proteínas.

4.2.5 LOS MALOS HÁBITOS ALIMENTARIOS .

Uno de los malos hábitos alimenticios son aquellos que no proporcionan la energia y los nutrientes nesarios para nuestro organismo, el cual esto ase que no podamos desempeñar nuestras actividades cotidianas.

Tambien se incluyen aquí las pautas alimentarias que determinan un aporte exesivo de uno o varios nutrientes y tambien de calorías que pueden determinar en la aparicion de enferemedades metabolicas como obeidad y diabetes de tipo 2, ademas de aumentar el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares y cáncer. En definitiva uno de los malos hábitos alimentarios tendran como consecuencia un estado de salud muy deficiente y la aparición de enfermedades y dolencias” (Claure, 2002:11)

En el aporte propio en base a los malos hábitos se puede decir que no cumplir los horarios de comida origina hambre, por concecuencia se tiene la nesecidad de alimentarse de cualquier cosa sin importar la calidad de lo que consume, generalmente se cae en el error de tomar alimentos procesados y comidas

rapidas, como la comida chatarra, dejando de lado el consumo de frutas naturales, verduras y hortalizas frescas.

4.2.6 CONSUMO DE ALIMENTOS CHATARRA EN LOS CENTROS ESCOLARES.

“En las escuelas, los profesores enseñan sobre los alimentos saludables y los buenos hábitos de alimentación y sobre todo una alimentación balanceada la cual son fundamentales para el óptimo desarrollo de los niños y jóvenes, sin embargo, las autoridades educativas, permiten la venta y promoción de alimentos chatarra en las tiendas escolares o kioscos. Los padres y maestros pueden reconocer, sin mucha dificultad, que los dulces, galletas, cereales azucarados, donas, gaseosas y las bebidas con sabores artificiales agregado de azúcares, se agrupan en la categoría de alimentos chatarra; pero, amenudo, pasan por alto otras comidas de este tipo, que son muy populares entre la niñez y que acostumbran a comer diariamente. Un gran número de estas preparaciones son altas en sodio y muy elevadas sus calorías, debido a su contenido de azúcar y grasa, y popularmente conocidas como “comida rápida”, entre estos se pueden nombrar: las papas fritas, la pizza, el pollo frito. Los productos chatarra más vendidos en las tiendas escolares son las golosinas dulces y saladas, cuyo único aporte nutritivo es el azúcar (u otros carbohidratos) y grasa, con un escaso o nulo contenido de proteínas, fibra, vitaminas y minerales, en resumen, son fuente de calorías vacías.

Este tipo de alimentos, con frecuencia, se consumen para satisfacer un antojo, sin embargo, ingerirlos en exceso es un mal hábito que se ha extendido principalmente entre niños, niñas y jóvenes, quienes pueden padecer obesidad, diabetes e incluso anemia (debido a que las golosinas rara vez aportan hierro). Al comer alimentos con calorías vacías, es posible sobrepasar, cada día, el requerimiento total de energía, además de no comer alimentos que contienen nutrientes.

Los cambios de vida en la sociedad repercuten en la familia, en la actualidad, padre y madre trabajan y en el mercado se ofrecen muchos alimentos elaborados a bajo costo. Esta situación ha influido en la alimentación de los hijos e hijas y, poco a poco las comidas caseras se han sustituido por productos altos en azúcar, grasa y sodio, que se compran listos para consumir. Aunque estos alimentos logran saciar el hambre, aumentan la posibilidad de padecer obesidad y no asegurar los requerimientos nutricionales diarios. Muchos padres y muchas madres están conscientes de la necesidad de garantizar una alimentación saludable a sus hijos. Las maestras y los maestros deben reforzar los buenos hábitos alimentarios, sin embargo, en las escuelas son pocas las opciones saludables, como frutas frescas, panes integrales, refrescos o batidos de frutas naturales con o sin agregado de leche descremada, enrollados de tortilla o mini-sándwiches de huevo o atún y vegetales que les permita aprender de manera práctica a seleccionar sus alimentos. “ (Colque, 2002)

En el caso de la niñez, el problema más importante es el sobrepeso, con la probabilidad de no ver su peso adecuado, pero en algunos padres de familia no dan tanta importancia sobre su mala nutrición de sus hijos ya que son ellos mismos culpables de que muchas veces consuman estas comidas chatarras o hagan las compras de esta comida para sus hijos.

La mayoría de las calorías en la comida chatarra vienen del azúcar, la sal y las grasas, la comida chatarra es usualmente baja en costo y lista para comer, las propagandas en la televisión se ven como un incentivo para el consumo así mismo no dicen que la comida chatarra puede ser mala para ti. Los nutrientes son cosas en la comida, como vitaminas y proteínas que ayudan a tu cuerpo a crecer y a permanecer saludables, niños, jóvenes y adultos necesitan muchos tipos de nutrientes en la vida cotidiana.

La comida chatarra puede ser encontrada en muchos lugares, aún en las escuelas donde los estudiantes de todos los grados la comen en la merienda y

en el almuerzo. Algunas escuelas piden a sus estudiantes que vendan dulces para recolectar dinero para deportes o paseos” (Darden, 2005)

Hoy en día en los centros educativos se puede ver que los estudiantes son los principales consumidores de estas comidas chatarras ya que sin ningún tipo de control asen sus propias compras para su consumo ya que a la vez estas deberían de estar prohibidas ya sea dentro o fuera de los establecimientos educativos.

4.2.7 DAÑO DE LA COMIDA CHATARRA EN LA SALUD

“Los daños ocurridos de la comida chatarra en los individuos se va dando por falta de información ya que muchas veces estas son consumidas por tener un bajo precio y a la vez por estar cerca de las personas dando lugar a las enfermedades que estas comidas causan por su exceso de grasa como también los azúcares” (Colque, 2002: 22).

Las enfermedades que causan la comida chatarra son:

- Arterioesclerosis
- diabetes
- obesidad
- influencias cardiacas.
- causas y mecanismos.
- hipercolestoreminia
- falta de aire
- mucha bilis.
- displicencia.
- síndrome de ovario.
- apnea de sueño.
- accidente de cerebro vascular.
- caries.
- celulitis.
- Dolor de esófago.

(Dr:Gutierrez, 2002)

4.2.7.1 ARTERIOESCLEROSIS.

“La arterioesclerosis, comprende la obstrucción de las arterias debido a la acumulación de grasa mala, colesterol y demás sustancias en las paredes de éstas. Tales depósitos son denominados “placas”. A través del tiempo, dichas

placas pueden estrechar la cavidad de las arterias u obstruir completamente causando grandes problemas a nivel de organismo en todo el cuerpo. Esta afección es bastante común, ya que a nivel mundial la mala alimentación es un problema que se extiende cada vez más, siendo incluso la primera causa de muerte en muchas personas.

Las causas que influyen en el endurecimiento de las arterias provienen del envejecimiento. A medida que una persona va madurando, la acumulación de esas placas logra hacer que las arterias se vuelvan más rígidas y estrechas, dificultando así el flujo de sangre a través de la misma. La formación de coágulos también forma parte de esta afección, ya que estos evitan el flujo sanguíneo de manera libre. Incluso si la persona tiene un flujo sanguíneo fuerte, pueden desprenderse pedazos de placa que se desplazan hasta los vasos sanguíneos más pequeños y bloquearlos. Dichos bloqueos, son capaces de privar a los tejidos de sangre y oxígeno lo que puede producir grandes daños en el organismo, incluso a una muerte, (disminución de tejidos y oxígeno que produce daño irreversible y muerte del mismo” (Gutiérrez, 2002: 22).

Siendo así esta enfermedad en un cuadro crónico se puede ver las dificultades que causan la enfermedad de la atrosia, ya que esto nos dice que es debido a la acumulación de grasa mala la cual si el cuerpo humano llegara a contener altos niveles de grasa esta podría obstruir los tejidos del organismo.

4.2.7.2 DIABETES.

“Del latín diabetes, que deriva de un vocablo griego que significa atravesar, la diabetes es una enfermedad metabólica que ocasiona diversos trastornos, como la eliminación de orina en exceso, la sed intensa y el adelgazamiento. Existen dos tipos de diabetes que no tienen ningún tipo de relación patológica pero que comparten las manifestaciones clínicas mencionadas: la diabetes mellitus (el tipo de diabetes más usual) y la diabetes insípida, la diabetes mellitus se produce por un trastorno en la insulina (una hormona formada por más de cincuenta aminoácidos), ya sea una deficiencia en la cantidad o en la

utilización. Este trastorno genera un exceso de glucosa en la sangre del sujeto afectado.

El tratamiento contra la diabetes mellitus consiste en mantener el nivel de glucosa dentro de los parámetros normales. Para esto los pacientes deben inyectarse insulina, seguir una dieta baja en azúcar y carbohidratos y realizar ejercicio físico de manera periódica.

La Diabetes es una enfermedad producida por la presencia de altos niveles de azúcares en la sangre. Básicamente la diabetes se reproduce en el organismo a causa de la falta de una hormona segregada por el páncreas llamada Insulina, también por la resistencia que pueda prestar el cuerpo a dicha hormona. La glucosa, es un compuesto que contienen las comidas y sirve de combustible para el organismo, a su vez la insulina contrarresta los excesos de glucosa en la sangre, administrando sus nutrientes y proteínas a las células de los músculos, la grasa y el hígado, manteniendo así un equilibrio óptimo en la sangre y todo el cuerpo. ¿A qué conclusión llegamos con este pequeño análisis? a falta de insulina que controle y administre la glucosa en el organismo, menor será el consumo de energía productiva del cuerpo, ocasionando así, toda una serie de defectos que conducen a enfermedades secundarias debidas a la baja energía que tiene el organismo. Las personas con diabetes presentan hiperglucemia, debido a que su cuerpo no puede mover el azúcar en grasa, el hígado y las células musculares para ser almacenada para obtener energía.

Hay tres tipos principales de diabetes.

- La diabetes tipo 1 puede ocurrir a cualquier edad, pero se diagnostica con mayor frecuencia en niños, adolescentes o adultos jóvenes. En esta enfermedad, el cuerpo produce poca o ninguna insulina. Inyecciones diarias de insulina son necesarias. La causa exacta se desconoce.
- La diabetes tipo 2 constituye la mayor parte de los casos de diabetes. Ocurre con mayor frecuencia en la edad adulta, pero los adolescentes y

adultos jóvenes están siendo diagnosticados con ella debido a altos índices de obesidad. Muchas personas con diabetes tipo 2 no saben que lo tienen.

- La diabetes gestacional es la hiperglucemia que se desarrolla en cualquier momento durante el embarazo en una mujer que no tiene buen desarrollo hormonal y control de su metabolismo.

Por otro lado también los niveles altos de azúcar en la sangre puede causar varios síntomas, incluyendo: Visión borrosa, Exceso de sed, Fatiga, Necesidad frecuente de orinar, Hambre, Pérdida de peso”. (Gutiérrez, 2002: 22).

Es necesario tomar en cuenta que la diabetes también es una enfermedad muy crónica y muy peligrosa para la salud. Ya que esto es provocado por el alto nivel de consumo de azúcares. También nos dice que existen tres tipos de diabetes, ya que estos a la vez se deben contraer estas enfermedades ya mencionadas como; Visión borrosa, Exceso de sed, Fatiga, Necesidad frecuente de orinar y hambre.

4.2.7.3 OBESIDAD.

Para la Organización Mundial para la Salud (OMS), la obesidad se presenta cuando el índice de masa corporal del adulto supera los 30 kg. /m². Puede afectar tanto a hombres como a mujeres de cualquier raza, nacionalidades o estrato social. Es importante tener en cuenta que en la antigüedad se creía que el sobrepeso era sinónimo de buena alimentación y, por lo tanto, condiciones saludables de vida. Hoy en día se sabe que se trata de un factor que incide en el desarrollo de múltiples enfermedades, tanto físicas como mentales.

Los niños obesos son tildados de afeminados, mientras que las niñas, de masculinas. Ambos géneros son sometidos a un sinnúmero de chistes maliciosos y de apodos, que la sociedad misma renueva periódicamente .Alguien cree, realmente, que una persona obesa disfruta de ser llamada “gorda” (Gutiérrez, 2002: 43).

Se puede ver la obesidad en muchos lugares y sobre todo en las unidades educativas suelen ponerse todo tipo de apodosos a las personas que ya tienen obesidad. Estas a la vez van en crecimiento ya que las personas consumen sin ningún control estas comidas chatarras y más que todo sin conocer a las consecuencias que se arriesgan. Y por otra parte también las dificultades en el aprendizaje en los niños y niñas y una baja autoestima ya que esto debido a varias burlas por parte de sus semejantes.

¿Qué es obesidad?.

“La obesidad es una enfermedad crónica tratable que aparece cuando existe un exceso de tejido adiposo (grasa) en el cuerpo. Los expertos advierten de que sus efectos más negativos se producen porque actúa como un agente que acentúa y agrava a corto plazo y de forma muy evidente patologías graves como la diabetes, la hipertensión, las complicaciones cardiovasculares (especialmente la cardiopatía isquémica), e incluso algunos tipos de cáncer, como los gastrointestinales. Con excepción de las personas que son muy musculosas, aquellas cuyo peso supera en un 20% o más el punto medio de la escala de peso según el índice de masa corporal (IMC), son consideradas obesas.

Causas Hay muchas causas implicadas en la aparición del problema. Además de una mala alimentación o la falta de ejercicio físico, también existen factores genéticos y orgánicos que inducen aparición. También pueden influir los factores socioeconómicos.

Tipos La obesidad se clasifica en dos tipos: central o androide y periférica. La primera es la más grave y puede conllevar importantes complicaciones patológicas. La obesidad central localiza la grasa en el tronco y predispone a sufrir complicaciones metabólicas (especialmente la diabetes tipo 2 y los dislipemias). La obesidad periférica acumula el depósito de grasa en la cintura para abajo y produce problemas de sobrecarga en las articulaciones.

Prevención

Llevar una dieta sana y equilibrada, junto con la práctica regular de ejercicio físico son claves para la prevención de la obesidad. Los expertos aconsejan realizar un mínimo de cinco ingestas de alimentos al día en raciones reducidas, así como seguir un patrón alimentario cercano a la dieta mediterránea, es decir, bajo en grasas y rico en frutas y verduras.

La recomendación es realizar un deporte y practicarlo de forma habitual al menos tres veces por semana durante 45 minutos. La intensidad debe adecuarse a las necesidades y al estado físico de la persona.

Tratamientos La mejor forma de tratar la enfermedad es previniéndola y para ello, debe detectarse precozmente en los pacientes, que a partir de los 20-25 años comienza a cambiar el peso. Los médicos consideran que una persona obesa debe ser considerada como un enfermo crónico que requiere un tratamiento a largo plazo, con normas alimentarias, modificación de los hábitos de conducta, ejercicio físico y terapia farmacológica.

Los nuevos enfoques terapéuticos están basados en promover una pérdida de peso con programas de control de las enfermedades y problemas asociados, que dan lugar a problemas vasculares, cardíacos y metabólicos.” (Gutiérrez, 2002: 43).

4.2.7.4 FALTA DE AIRE.

“También se llama disnea y es la sensación de que no puede respirar suficiente aire o como si tuviera el pecho apretado. Esto por las causas de grasa obtenidas en el cuerpo humano ya que esto puede ser por falta de funcionamiento del corazón”. Autor: Redacción_Olmeda Revisión médica: Dra. Noelia Navarro Salud y VIDA. (2000: 86)

La insuficiencia cardíaca y falta de aire puede ser una enfermedad obtenida por el exceso de consumo de comida chatarras, a la vez estas más que todo por el exceso de grasa de las comidas el cual esto puede ir afectando al

corazón con un mal funcionamiento y así mismo la falta de aire por el mal funcionamiento del corazón.

4.2.7.5 ANEMIA.

“La Anemia es una enfermedad de la sangre provocada por una alteración en sus componentes, disminución de la masa eritrocitaria o glóbulos rojos que lleva a una baja concentración de la hemoglobina. La edad, también influye como uno de los principales factores.

Si bien la anemia va a estar determinada por esta irregular composición no existe una universalidad acerca de la cantidad de glóbulos rojos que el ser humano debe observar en su organismo para no caer en una situación de anemia debido a que esto está en estrecha vinculación con el hábitat en el cual vive el individuo..

A diferencia de lo que ocurre con otras enfermedades, la anemia es muy fácil de detectar para el profesional médico a través de un exhaustivo análisis de sangre que se le realizará al paciente que presuntamente la padece, en tanto, aquí lo más importante será clasificarla para así poder avanzar en lo que la produce y de este modo intentar combatirla a partir del mejor tratamiento, pero siempre desde su causa. Está la anemia provocada por la pérdida de sangre y la generada por trastornos en la producción de glóbulos rojos.

Entre los síntomas más frecuentes que se presentan se cuentan: debilidad, palpitaciones, falta de aire, taquicardia, mareos, depresión, cambios en el humor, dolor de espalda y sudoración excesiva. “(Fernández, 2005: 74).

Según el doctor Fernández señala que la anemia puede ser una enfermedad no solo por la obtención de sueño sino por los otros factores que lo llevan como ser la sudoración el mal humor y el dolor de espalda ya que sin darse cuenta muchas personas conllevan esta enfermedad. Para muchas personas puede ser algo in notable pero sin embargo esta es una enfermedad con distintas características y debe ser prevenida a tiempo.

4.2.7.6 CARIES.

“La caries dental es la destrucción de los tejidos de los dientes causada por la presencia de ácidos producidos por las bacterias de la placa depositada en las superficies dentales. Este deterioro de los dientes está muy influenciado por el estilo de vida, es decir influye lo que comemos, la forma cómo cuidamos nuestros dientes (nuestros hábitos de higiene), la presencia de flúor en la sal y la pasta de dientes que utilizamos. La herencia también juega un papel importante en la susceptibilidad de sus dientes a las caries” (Fernández, 2005: 78)

Las caries pueden ser graves y pueden destruir los dientes y matar los delicados nervios de su interior, lo cual puede provocar un absceso (una infección en el extremo de la raíz). Una vez formado un absceso, el único tratamiento posible es la ortodoncia (también llamada tratamiento del conducto radicular), una cirugía o la extracción del diente. Y en muchos casos hasta la pérdida de muelas y dientes si estas no son curadas a tiempo.

4.2.7.7 DOLOR DE ESTÓMAGO.

“El dolor abdominal o dolor de estómago es una de las molestias más frecuentes actualmente. Puede aparecer de forma repentina (dolor abdominal agudo) o mantenerse durante un periodo más largo y repetirse en el tiempo (dolor abdominal crónico). Hay distintas causas del dolor abdominal como una digestión pesada o problemas más graves como síndrome de intestino irritable, gastritis, úlcera gástrica, o incluso, una apendicitis, entre muchas otras.

En el nombre se emplean términos como "dolor abdominal" o "molestias abdominales" , para referirse al dolor de estómago o dolor intestinal. El dolor abdominal puede ser vago, espasmódico o presentarse en forma de cólico. Además, se puede presentar asociado a distintos síntomas digestivos y extra abdominales” (Becerra, 2005: 67)

4.2.8 MALA ALIMENTACIÓN.

“Mal nutrición se refiere a aquella alimentación totalmente inadecuada para la salud de un ser vivo como consecuencia de la falta de equilibrio o variedad que presenta estos pueden ser como las comidas chatarras entonces, la malnutrición puede estar provocada por un exceso en los alimentos que se ingieren, especialmente si los mismos son ricos en grasas y detonar en una enfermedad típica en este sentido como es la diabetes y la obesidad. Estúltima situación puede darse porque la persona vive en condiciones de extrema, una persona necesita consumir una serie de alimentos, si esto no sucede su salud se resentirá y también su crecimiento puede verse truncado en algún sentido. Por esta vital importancia la alimentacion debe ser correcta y adecuada y de esta manera el individuo no presentará problemas a futuro de esto fácilmente se desprende que la malnutrición es una situación muy peligrosa y con consecuencias futuras casi irreversibles para quienes la padecen o padecieron, especialmente cuando se da en adolescentes y niños, porque son justamente las etapas en las cuales los seres humanos nos desarrollamos, crecemos y por supuesto necesitamos de una adecuada alimentación para poder dar lo mejor de nosotros en el proceso de aprendizaje. Está ampliamente demostrado que un niño que padece hambre en su vida cotidiana estara por debajo de las expectativas y tendra graves consecuencias para la salud, la atención y el desarrollo de actividades” (Navarro , 2014: 205)

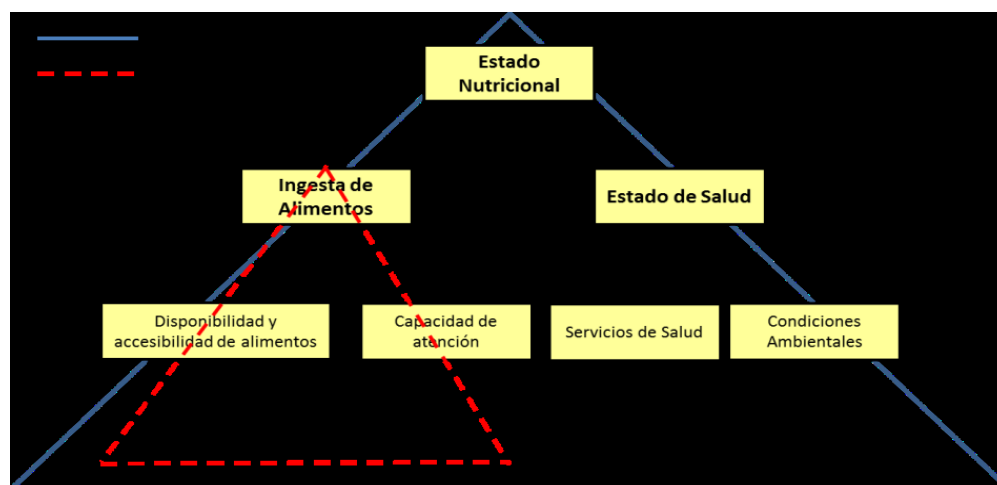
Por ejemplo si pensamos en el desayuno que es la primera comida del día y por esto la consideramos como la más importante, se recomienda que la misma conste de una variedad de nutrientes esenciales para que la persona gane enenergías esto puede ser consumiendo cereales y así pueda enfrentar el resto de su día. El buen desayuno contribuye en aumentar los niveles de atención de la persona. Respecto a una mala alimentacion esta si bien puede comensar desde los padres estas pueden incluir varios factores en una dieta de los niños y adolescentes ya que uno de los principales factores pueden ser la falta de

recursos economicos o bien puede ser el factor tiempo en casa la cual esta lleva a consumir al niño las comidas rapidas.

4.2.9 LA DIMENSIÓN ALIMENTARIA.

“Comprende aspectos de producción, distribución, comercialización, disponibilidad y accesibilidad sostenible y sustentable de los alimentos para los satisfacer las necesidades de distintos grupos vulnerables. En tanto que, la Dimensión Nutricional, está referida a la selección, preparación, ingesta de alimentos adecuados, nutritivos, seguros y culturalmente aceptados, en condiciones ambientales y saludables para garantizar su eficiente utilización biológica. Para entender mejor esta diferencia de dimensiones de Seguridad Alimentaria y Nutricional, se presenta el esquema propuesto. ” (Gross, 1999: 7)

Cuadro N° 7: Seguridad Alimentaria y Nutricional



Fuente:(http://www.fumunu.org/educacion/sana/que_es_la_nutricion.html)

Este gráfico nos ayuda a entender cómo se complementan la Seguridad Nutricional con la seguridad Alimentaria para alcanzar el bienestar del individuo, reflejado en un óptimo estado nutricional: La Seguridad Alimentaria contribuye sólo con uno de los determinantes del estado nutricional (ingesta de alimentos). Sin embargo, ésta es necesaria para complementarse con los determinantes de las prácticas y entornos saludables y en su conjunto lograr la Seguridad

Alimentaria y Nutricional de la persona. Por lo tanto, debe entenderse como dos cosas distintas, la alimentación y la nutrición:

Cuadro N° 8

Diferencias entre Alimentación y Nutrición

ALIMENTACIÓN	NUTRICIÓN
Proceso voluntario consciente	Proceso involuntario Inconsciente
Selección y Preparación de los alimento.	Digestión de los alimentos y absorción , metabolismo y excreción de los nutrientes

Fuente: FAO, .Derechos humanos y el derecho humano a la alimentación adecuada, unidad 2

Según Becerra “Un concepto más simple, alimento es aquel que los seres vivos consumen y beben para sobrevivir, son sustancias sólidas o líquidas que nutren a las personas. La alimentación se entiende también al conjunto de actos voluntarios que abarcan desde la elección del alimento, la compra, su forma de preparación hasta el consumo del mismo. El acto de comer y el modo como lo hacen tiene una gran relación con el conocimiento que se tiene sobre la alimentación y del ambiente en el que uno vive y que determina en gran parte los hábitos alimentarios y los estilos de vida propios de las personas. Alimentación y nutrición Los seres humanos necesitan sí o sí alimentarse para reponer la materia viva que gastan como consecuencia de la actividad del organismo, necesitan producir nuevas sustancias que contribuyan al desarrollo de nuevos tejidos que ayuden directamente, al desarrollo y crecimiento. La nutrición, en tanto es entendida como el proceso químico que siguen los alimentos en el organismo. Al realizar la digestión y el metabolismo, el organismo transforma los alimentos en nutrientes: lípidos, glúcidos, vitaminas, etc.” (Becerra, 2005: 67).

Aquí se puede observar las dos diferencias de alimentación y nutrición las cuales podemos decir que no es lo mismo nutrirse que alimentarse ya que alimentación es la selección de todos los alimentos y nutrición son las cosas ingeridas por gusto.

4.2.10 COMEDOR ESCOLAR Y SU IMPORTANCIA NUTRICIONAL SOBRE EL RENDIMIENTO ESCOLAR.

“Un comedor escolar sería muy importante dentro la educación que se tiene con una nueva ley inplantada ya que ello debe ser muy util para los estudiantes con una función social muy importante contribuyendo a la vez a adquisición de buenos hábitos alimentarios asi más que todo asiendo nuevos cambios en la vida de los estudiantes.” (Roman, 2012: 39)

Este comedor escolar puede ser muy importante para que asi todos los estudiantes puedan tener un lugar donde puedan servirse los alimentos y no asi por cualquier lugar como en muchos casos en las unidades educativas tienen que servirse sus alimentos en el patio o en el mismo curso.

4.2.11 ALIMENTACIÓN SALUDABLE.

“Alimentarse saludablemente, además de mejorar la calidad de vida de la persona en todas las edades, se a demostrado prevenir el desarrollo de enfermedades como:

- Obesidad
- Diabetes
- Enfermedades cardio y cerebrovasculares
- Hipertensión arterial
- Dislipemia
- Osteoporosis
- Algunos tipos de cáncer
- Anemia
- Infecciones

La Organización Mundial de la Salud OMS considera que una dieta es saludable siempre y cuando sea completa. Incluye productos de todos los grupos alimentarios. Al combinarlos, aportan los nutrientes necesarios: tanto

macronutrientes (carbohidratos, grasas y proteínas) como micronutrientes (vitaminas y minerales).Equilibrada

- Se debe consumir cantidades apropiadas de alimentos, sin excesos. Suficiente.
- Debe cubrir las necesidades del organismo para asegurar las funciones vitales y que permita mantener el peso corporal adecuado.
- La mezcla de diferentes alimentos proporcionará los aportes de vitaminas y minerales que el organismo necesita, muy adecuada para el individuo
- La dieta alimentaria debe estar en función a las necesidades del individuo (edad, sexo, actividad, de acuerdo a las cosas de temporada0“ Cartilla informativa de Jerman Garro.(PRODI: 13).

4.2.12 LA AGRICULTURA FAMILIAR Y SU APORTE EN LA NUTRICIÓN.

“Por ello la agricultura familiar requiere el apoyo de las organizaciones pública y privadas ya que la historia nos ha mostrado que los pequeños agricultores siempre han manejado diferentes ecosistemas, pisos ecológicos para garantizar la producción de una diversidad de cultivos (papas nativas, papalizas, ocas, izanos, gramíneas, leguminosas) y hoy con el apoyo del PRODI se está impulsando la producción de hortalizas. También, los pequeños agricultores en determinadas épocas del año recolectaban productos silvestres para complementar su dieta alimentaria como la achacana, el ataqo, el yuyu, la llullucha y otras especies con alto valor nutricional. Hoy estas prácticas se han perdido. Los pequeños agricultores en épocas pasadas nos enseñaron a consumir alimentos de forma responsable, hoy debemos recuperar dichas prácticas a partir de diferentes estrategias un claro ejemplo puede ser el ayni que se trabaja en los campos es decir la ayuda mutua entre si mismos” Rous. (Garro, 2003)

Se debe brindar un apoyo a la agricultura en familia ya que a la vez estas lo asen para que las personas tengan una mejor alimentacion tanto en los

estudiantes como también en todas las personas ya que toda persona es responsable de su propia alimentación.

4.3.13 CUALIDADES NUTRICIONALES DIVIDIDAS POR EL COLOR DE LOS ALIMENTOS.

“Los alimentos de color blanco son ricos en potasio, tienen propiedades diuréticas y favorecen la circulación de la sangre, también son antibióticos naturales. A este grupo pertenecen: La cebolla, ajo, almendras, arroz, chirimoya, coco, nuez, nabo, noni, sésamo y limón. Ayudan a reducir los niveles de colesterol, disminuir la presión arterial y prevenir la diabetes de tipo II” (Becerra, 2005: 87)

4.3.13.1 ALIMENTOS DE COLOR BLANCO.

“Son ricas en caroteno y licopeno, favorecen el efecto cardiovascular, antioxidantes, favorecen al corazón. A este grupo pertenecen los rábanos, remolacha, tomate, sandía, fresa. Ayudan a tener una mejor salud cardiovascular, mantener una buena memoria, disminuir el riesgo de cáncer y disminuir el riesgo de enfermedades del sistema urinario” (Becerra, 2005: 58)

4.3.13.2 ALIMENTO DE COLOR AMARILLO

“Estos alimentos tienen en común el beta caroteno y los carbohidratos los que se convierten en el cuerpo en vitamina A–C, con propiedades antioxidantes, anticancerígenas protectoras de la piel. A este grupo pertenecen la naranja, mango, mandarina, maracuyá, papaya, plátano, piña, maíz, trigo, zanahoria.

Ayudan a tener una buena visión, mantener una piel sana y reforzar nuestro sistema inmunitario. Son ricos en antioxidantes y fitoquímicos, entre ellos están las ciruelas, higos, maracuyá, moras y uvas negras, berenjena, col y remolacha.

Combate el envejecimiento, disminuye el riesgo de algunos tipos de cáncer, mantiene la salud del tracto urinario y preserva la memoria” (Galo, 2003: 67)

Estos alimentos son muy importantes para el consumo humano ya que estas son portadoras de varios nutrientes y sobre todo contienen diferentes vitaminas que necesitan nuestro organismo para no contraer enfermedades crónicas.

4.3.13.3 ALIMENTOS DE COLOR VIOLETA.

“Son principalmente plantas depurativas, son ricas en fibra, ácido fólico y antioxidantes, con propiedades depurativas, para personas con anemia,

también se recomienda para dietas de adelgazamiento. A este grupo pertenecen la acelga, alfa alfa, brocoli, espinacas, lechuga, pepino, repollo, verdolaga perejil, apio. En frutas, kiwi, manzana verde, uva verde. Por su alta cantidad en ácido fólico es muy importante su consumo durante el embarazo para reducir el riesgo de malformaciones” (Galo, 2003: 347)

Se puede decir que estos alimentos de color violeta o como ser verduras y frutas son unos nutrientes importantes para combatir la anemia ya que esta es muy curativa para ello.

4.3.13.4 ALIMENTOS DE COLOR VERDE.

Granos y cereales.

Los panes integrales tienen bajo contenido de grasa y alto contenido de fibra, carbohidratos complejos, lo cual ayuda al organismo a sentirse lleno durante más tiempo y a prevenir que se coma en exceso. Los alimentos también se clasifican según su función dentro de la nutrición. Existen tres grupos diferentes:

4.3.13.5 LOS ALIMENTOS FORMADORES.

“Se llama alimentos formadores, porque las proteínas contenidas en ellos son las que sirven de materia prima para la formación y construcción de todos los tejidos y estructuras que forman nuestro cuerpo, son ricos en calcio y proteínas. Las carnes, pescados, y huevos contienen un elevado porcentaje de proteínas en su composición” (Galo, 2003: 39)

4.3.13.6 LOS ALIMENTOS ENERGÉTICOS.

Son alimentos ricos en carbohidratos y grasas, sustancias que proporcionan la energía necesaria para el desarrollo de actividades cotidianas. Se constituyen en este grupo los cereales (arroz, trigo, cebada y sus derivados, como el pan y las galletas) y las papas; los azúcares, los almidones (presentes en la papa, el plátano o la yuca) y las grasas (aceite y mantequilla).

4.3.13.7 LOS ALIMENTOS REGULADORES.

“Estos alimentos contienen los nutrientes que regulan el funcionamiento de todo el organismo (vitaminas” (Galo, 2003: 390)

Se puede observar que los alimentos se dividen en tres grupos muy importante en base a alimentos energeticos, reguladores y formadores la cual con la ayuda de esta clisifiasion tendremos una nutricion muy saludable y duradera sin contraer ningun tipo de enfermedades.

4.3.14 CLASIFICACIÓN DE GRUPOS DE ALIMENTOS.

“El Ministerio de Salud a través de la Unidad de Nutrición, ha adoptado para el país el gráfico denominado “ARCO DE LA ALIMENTACIÓN” que es la representación gráfica de la agrupación de los alimentos por su valor nutritivo y la proporcionalidad de consumo diario, que se visualiza, a través de líneas de división. El arco de la alimentación provee información amplia y comprensible para que las personas seleccionen los alimentos necesarios para una dieta diaria que les permita desarrollar una vida sana, ” (Garro J. , Salud y Bienestar, 2003)

4.3.15 SITUACIÓN ACTUAL EN LAS ESCUELAS.

“La limitación más importante para la implementación de acciones en educación nutricional en las escuelas es que en la mayoría de las ocasiones el ambiente alimentario no es el adecuado para enseñar y reforzar buenos hábitos de consumo. Entendiéndose por ambiente alimentario: *“los alimentos y bebidas*

que se encuentran disponibles dentro del recinto escolar, que son proporcionados por la escuela durante el desayuno, almuerzo o merienda escolar, o que pueden ser adquiridos por los estudiantes máquinas vendedoras, tiendas o cafeterías escolares". Se ha comprobado muy claramente que comportamiento y ambiente están relacionados entre sí, ya que el ambiente alimentario es uno de los factores que más influye en la selección de alimentos y prácticas alimentarias". (MINISTERIO DE EDUCACION.)

En aquí podemos observar que la situación actual en Bolivia y en comparación de otros países se puede decir que ya estamos adentrándonos en un país obeso ya que esto debido al consumo de comida chatarra que consumen las personas y los estudiantes. El cual para no convertirnos en un país obeso debemos tomar conciencia y estar informados de estas comidas chatarras.

CAPÍTULO V

DISEÑO Y ESTRUCTURA DE PROYECTO

5.1 DATOS REFERENCIALES

5.1.1 MUNICIPIO

Se encuentra en el municipio de El Alto del Distrito 8 de la Zona Virgen de Copacabana sector Senkata.

5.1.2 LOCALIZACIÓN.

En el Departamento de La Paz, Provincia Murillo, Distrito 8, Municipio El Alto,

5.1.3 POBLACIÓN BENEFICIARIA.

5.1.3.1 BENEFICIARIOS DIRECTOS.

- 200 estudiantes del turno mañana
- 200 estudiantes del turno tarde
- 100 padres de familia.

5.1.3.2 BENEFICIARIOS INDIRECTOS.

- 40 docentes
- 4 Administrativos
- 4 Consejeros Educativos

5.1.4 DURACIÓN.

El presente proyecto tendrá una duración de ocho meses el cual comenzará en el mes de abril al mes de diciembre y su ejecución será en la Unidad Educativa VIRGEN DE COPACABANA de la Zona de Senkata del Distrito 8 de la Ciudad de El Alto.

5.2 CONDICIONES DEL PROYECTO

5.2.1 VIABILIDAD DEL PROYECTO

5.2.1.1 VIABILIDAD TÉCNICA

Respecto al presente proyecto posee una viabilidad técnica, siendo analizada adecuadamente de acuerdo a la metodología del matriz de marco lógico asume una estructura sistemática y completa en el cual tiene de manera vertical una finalidad a gran escala, y un propósito a lo que se quiere llegar con el proyecto, y los componentes y actividades, así mismo de forma horizontal tiene indicadores el cual está encargado del progreso de las metas a alcanzar, los medios de verificación, los cuales evalúan el progreso y el cumplimiento de las actividades y finalmente se denotan los supuestos, que son posibles a contratiempos o situaciones positivos o negativos que pueden afectar a la ejecución del proyecto.

5.2.1.2 VIABILIDAD SOCIAL.

La comunidad educativa participó de manera activa en la estructuración del proyecto , esto se refleja en la aceptación, colaboración y participación de la dirección y junta escolar de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana, puesto que nace de una realidad identificada en el diagnóstico dentro del contexto social en la que se vive, además se realizó un análisis de problemas para identificar el problema central dentro de la misma comunidad, por ende el proyecto también va a contribuir en la transformación social positiva para mejorar la calidad de vida de los estudiantes.

El proyecto fue presentado a los beneficiarios en una socialización donde hubo un diálogo entre beneficiarios y universidad, por lo cual se firmó un acuerdo con la Unidad Educativa de colaboración y ejecución del proyecto.

5.2.1.3 VIABILIDAD ECONÓMICA

Básicamente el proyecto funcionará con contrapartes de la misma Unidad Educativa brindando los ambientes, mobiliarios de la institución y también en ceder horarios escolares para la ejecución del proyecto.

La comunidad educativa está de acuerdo en la realización del proyecto y manifiesta apoyar con recursos humanos.

También se tendrá una contraparte del ejecutor del proyecto con la ayuda técnica para la coordinación y gestión del proyecto. Se tiene conversaciones con la ONGs que proporcionara los materiales de escritorio para la ejecución del proyecto.

En este sentido el presupuesto, en cuanto a los costos de operación del proyecto será compartido en un 50 % por el Municipio de El Alto (31,481 bolivianos) y un 50 % de aporte propio (31,481 bolivianos), que como se dijo líneas arriba se contara también con el apoyo de la Unidad Educativa.

5.2.2 FACTIBILIDAD DE PROYECTO

5.2.2.1 INSTANCIA INTERESADAS

Las instancias interesadas de este proyecto son:

- La Institución Superior Universidad Mayor de San Andrés (UMSA), de las Facultad de Humanidad, Carrera Ciencias de la Educación Achacachi
- Unidad Educativa Virgen de Copacabana
- Dirección Distrital de Educación 3 Zona Sur El Alto
- Comunidad de la Zona Virgen de Copacabana.

5.2.2.2 VALORACIÓN DEL PROYECTO ANTE SUS BENEFICIARIOS.

Se logró presentar y exponer en la Unidad Educativa Virgen de Copacabana junto al Director, Consejo educativo, Profesores, Padres de familia, El proyecto titulado “Reducción del consumo de comida chatarra en la Comunidad

Educativa Virgen de Copacabana D-8 de la ciudad de El Alto” del mismo se llegó a firmar un acta de conformidad de constante mutua con la UMSA.

5.2.3 ACUERDOS ESTABLECIDOS PARA LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO.

Los acuerdos se realizaron mediante la carta de buenos intenciones con la Unidad Educativa Virgen de Copacabana a través de su director Lic. Fausto Apala Flores quien junto con el concejo educativo y plantel docente se comprometió a apoyar y realizar el proyecto.

5.3 METODOLOGÍA DE CONSTRUCCIÓN DEL PROYECTO.

5.3.1 DESCRIPCIÓN DEL ÁRBOL DE PROBLEMA.

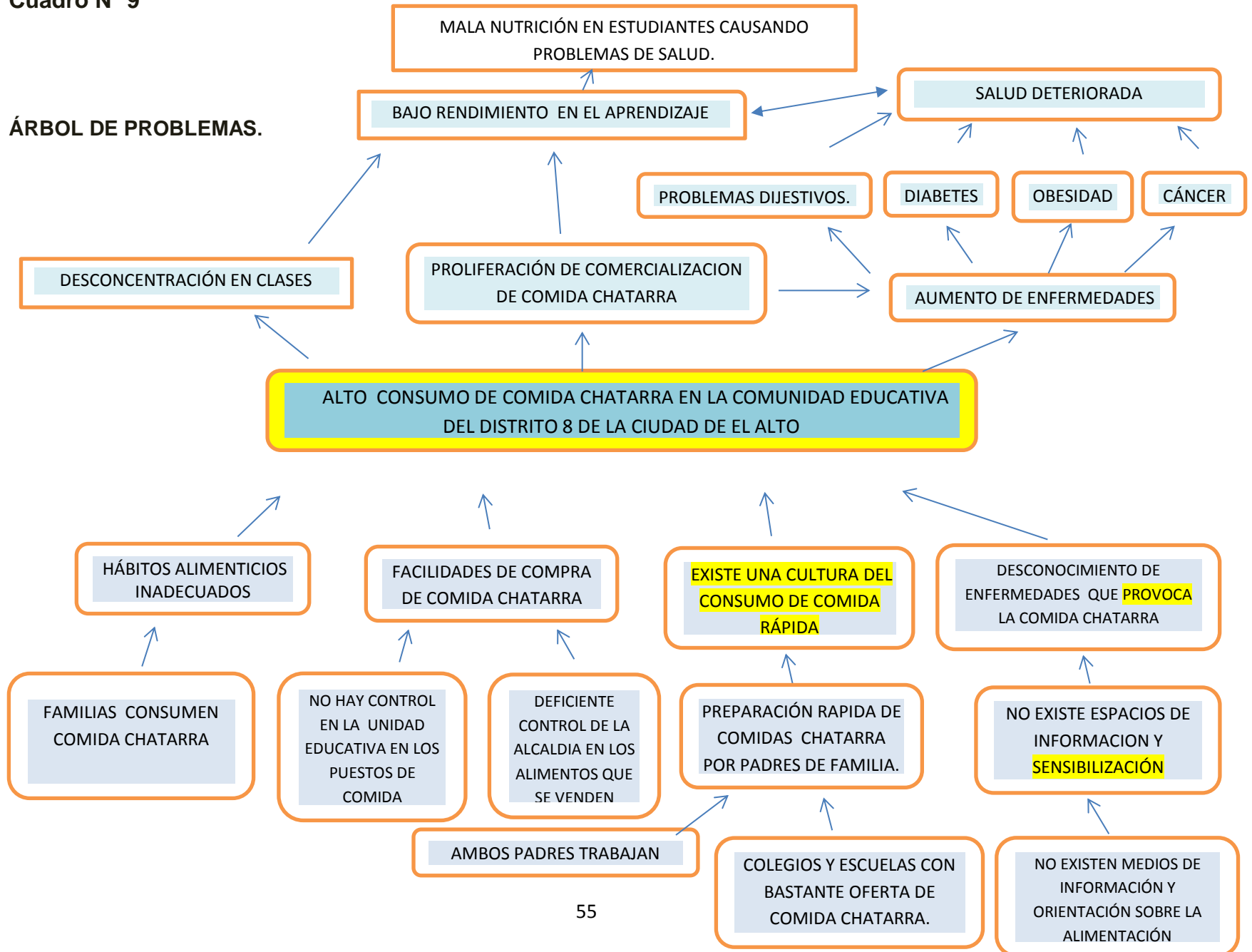
En este acápite se describe la estructuración del árbol de problema considerando la importancia de ella porque denota con mayor precisión los efectos y causas mediatos e inmediatos que genera el problema central a la vez facilita hacer un análisis explicativo de las causas en la parte inferior describe todas las consecuencias que provoca el problema identificado además permite priorizar los problemas encontrados y a partir de ello se plantea posibles alternativas de solución ante una necesidad identificada (Comisión Europea, 2004: 67).

En los últimos tiempos se ha podido observar un problema, el aumento significativo del consumo de comida chatarra en los estudiantes y padres de familia de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana. Entre las causas más importantes están los inadecuados hábitos alimenticios que tienen los estudiantes y sus padres, la proliferación de puestos de comida de comida chatarra, a esto hay que mencionar que existe ya una cultura del consumo de comida chatarra provocada por la oferta y demanda de estas comidas, otra causa del consumo desmedido de estas comidas es que no hay conciencia y orientación de los propios padres de familia sobre las consecuencias que podría provocar estas comidas a la salud de sus hijos/as y al rendimiento en la educación.

Este Alto consumo de comida chatarra tiene consecuencias como el aumento de las probabilidades de adquirir enfermedades como la diabetes, obesidad, cáncer y problemas digestivos, deteriorando su salud progresivamente. Otra consecuencia tiene que con el aprovechamiento educativo en el salón de clases, ya que los estudiantes tienden a desconcentrarse en clase por el consumo excesivo de azúcar, o por no tener los nutrientes adecuados que exige la actividad de aprender, esto provoca un bajo rendimiento en el aprendizaje.

Cuadro N° 9

ÁRBOL DE PROBLEMAS.



5.3.2 DESCRIPCIÓN DEL ÁRBOL DE OBJETIVOS

En el Árbol de objetivos lo que queremos es plantear una situación futura positiva que existirá una vez que los problemas identificados sean resueltos, también nos sirve para verificar la jerarquía de objetivos; e ilustrar la relación de medios y fines, que serán necesarios para solucionar el problema (Comisión Europea, 2004: 69).

En este caso, lo que se realizó fue convertir las situaciones negativas del árbol de problemas en situaciones positivas en el árbol de objetivos realizando algunos ajustes y cambios para darle sentido al árbol de objetivos.

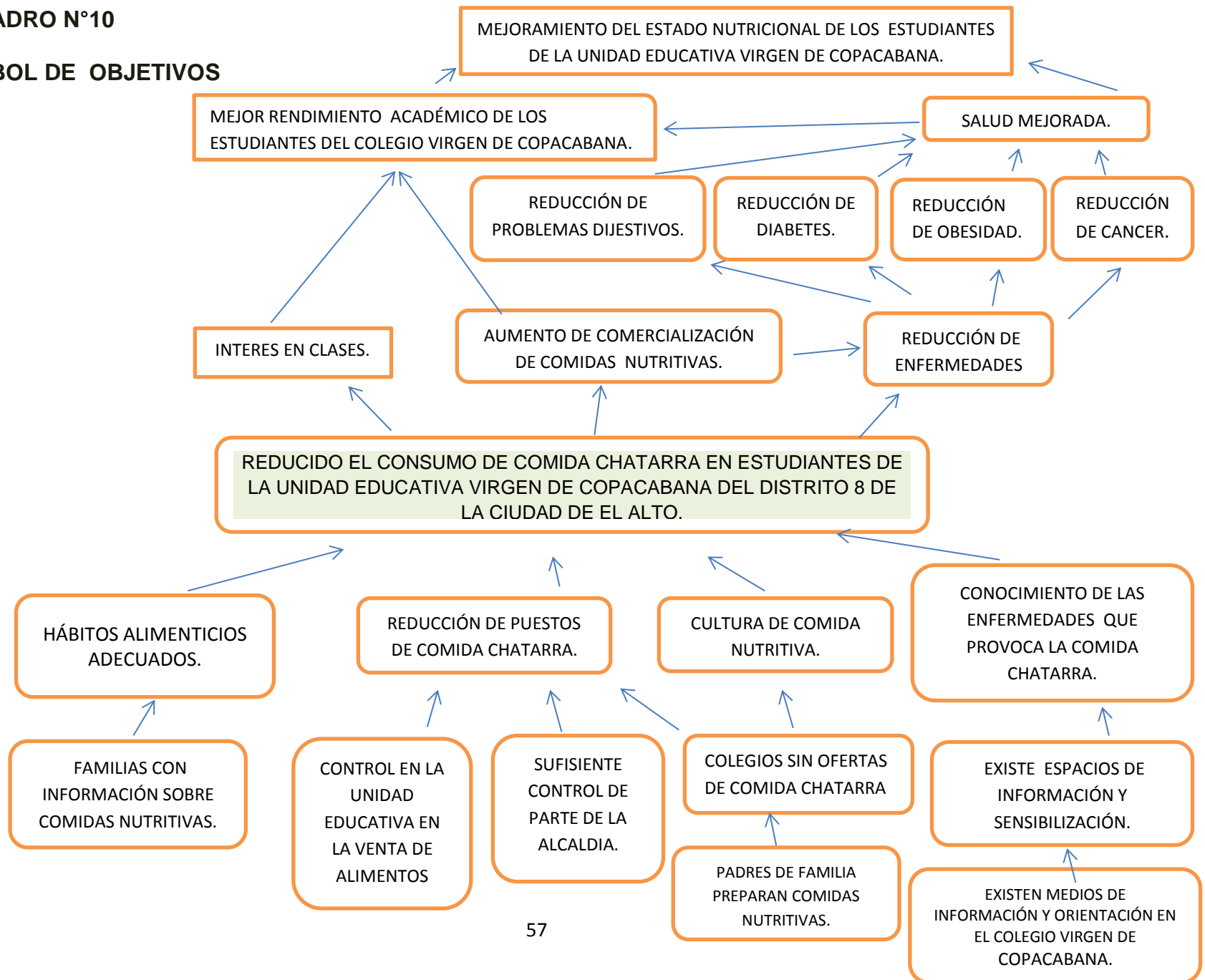
El árbol de objetivos tiene las siguientes características: nuestro propósito central es el reducir el consumo de comida chatarra en estudiantes de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana del distrito 8 de la ciudad de El Alto.

Para contribuir a reducir este consumo de comida chatarra los medios serían a) sensibilizar a los padres de familia y estudiantes en mejorar sus hábitos alimenticios inadecuados a unos más saludables. Otra alternativa es b) reducir los puestos de comida o realizar un control a los mismos para que comercialicen comida saludable y no dañina para la salud, por último otro objetivo importante sería hacer conocer a los padres de familia y estudiantes las consecuencias que tiene para la salud estos alimentos.

Si logramos reducir el consumo de comida chatarra en los estudiantes reduciremos las probabilidades de que adquieran enfermedades como la diabetes, obesidad, el cáncer y los problemas digestivos, al mismo tiempo que se mejorara el rendimiento académico de los estudiantes y esto se traduce en un mejoramiento del estado nutricional de los estudiantes de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana.

CUADRO N°10

ÁRBOL DE OBJETIVOS



5.3.3 MATRIZ DEL MARCO LÓGICO

La metodología del marco lógico a través de la matriz 4x4 permite organizar de manera resumida la propuesta del proyecto; por lo cual se ha estructurado en todos los elementos esenciales en todas las acciones necesarias para formular de una manera óptima la propuesta la base fundamental del árbol de objetivos que a partir de ello se ha ido planteando el propósito la finalidad, los respectivos componentes y resultados de las actividades necesarias que conllevan al logro de los resultados que se espera en el proyecto. Además se describe los indicadores verificables objetivamente, los medios de verificación donde muestra la absoluta relación entre todos los elementos de matriz del marco lógico (Comisión Europea, 2004: 71).

**Cuadro N° 11
MARCO LÓGICO**

	OBJETIVOS.	INDICADORES OBJETIVAMENTE VERIFICABLES (IOV).	MEDIOS DE VERIFICACION.	SUPUESTOS.
FIN	MEJORADO EL ESTADO NUTRICIONAL DE ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA VIRGEN DE COPACABANA.	Se reduce problemas de salud en un 40 % los casos de obesidad y desnutrición en estudiantes de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana tres meses después de la conclusión del proyecto.	Informe centro de salud de la zona Dirección de la Unidad Educativa	Existe interés de tener buenos hábitos de alimentación.
PROPÓSITO	REDUCIDO EL CONSUMO DE COMIDA CHATARRA EN ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA VIRGEN DE COPACABANA DEL DISTRITO 8 DE LA CIUDAD DE EL ALTO	Al final del mes de Noviembre el 80 % los y las estudiantes de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana manifiesta haber disminuido el consumo de comida chatarra.	Informe de encuestas Entrevistas	Existe interés y compromiso de los padres de familia. Los profesores apoyan la iniciativa.
COMPONENTES	<p>Componente 1.- Hábitos Alimenticios Adecuados.</p> <p>Componente 2.- Cultura de comida nutritiva en la comunidad educativa.</p> <p>Componente 3.- conocimiento de las enfermedades que provoca la comida chatarra..</p>	<p>IOV – C1.- El 90 % de la comunidad educativa práctica los buenos hábitos de alimentación en talleres de capacitación hasta agosto de 2017</p> <p>IOV – C2.- 200 Guías didácticas elaborada y promocionada hasta septiembre de 2017.</p> <p>IOV – C3.- El 90 % de la comunidad educativa manifiesta conocer las consecuencias de la comida chatarra hasta noviembre de 2017</p>	<p>Registro fotográfico</p> <hr/> <p>Registro de participantes. Informes de talleres.</p> <hr/> <p>Encuestas.</p>	<p>Existe apoyo de la dirección de la Unidad Educativa.</p> <p>Existe interés de la comunidad educativa.</p> <p>Existe conocimiento de las enfermedades que causa la comida chatarra.</p>
	Componente 1	RECURSOS		Se cuenta con

ACTIVIDADES	Act1. Organizar y planificar talleres sobre los buenos hábitos alimenticios.	Material de escritorio. 1438 Equipo de computación. 5500	Facturas de compra de materiales.	recursos disponibles y accesibles para la ejecución de las actividades.
	Act 2.Convocatoria a talleres.	Banner. 100 Volantes. 250	Recibos de compras	
	Act 3. Ejecutar talleres con niños y niñas de primaria, profesores, y padres de familia.	Coordinador. 18.000 Facilitador. 2400 Fotocopias. 50 Alquiler data. 500 Refrigerio. 2000	Contratos de servicios personales Proformas de servicios de imprenta	Se cuenta con el apoyo de instituciones relacionadas al tema.
	Componente 2			No existen conflictos sociales en el magisterio.
	Act1. Organizar y planificar talleres	Material de escritorio.....1000	Facturas de imprenta	
	Act. 2. Convocatoria a talleres sobre cultura de comida nutritiva	Banner 100 Volantes 250	Contratos de Alquiler	Existen los recursos económicos suficientes para realización de actividades
	Act3. Implementar y evaluar talleres de sensibilización	Una guía didáctica elaborada impresa. 200 Facilitador. 2400 Material de escritorio. 800 Fotocopias. 50 Alquiler data. 500 Refrigerios. 500		
	Componente 3.			
	Act 1.- Diseñar guía didáctica en Nutrición saludable.			
	Act 2.-Talleres sobre los daños que ocasiona en la salud la comida chatarra.	Diseñador gráfico. 500 Imprenta. 1000		

	Act. 3.- Imprimir cartillas de información sobre la comida chatarra.	TOTAL. 62,962		
--	--	--------------------------------	--	--

5.4 ESTRUCTURA DEL PROYECTO

5.4.1 FINALIDAD DEL PROYECTO

El presente proyecto tiene la finalidad de mejorar el estado nutricional de estudiantes de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana

5.4.2 OBJETIVOS DEL PROYECTO.

5.4.3 OBJETIVO GENERAL.

Reducir el consumo de comida chatarra en estudiantes de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana del distrito 8 de la ciudad de El Alto.

5.4.4 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

- Desarrollar los hábitos alimenticios adecuados en niños, niñas, jóvenes y padres de familia de la comunidad educativa.
- Desarrollar una cultura de comida nutritiva en estudiantes de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana
- Informar a la comunidad educativa sobre los conocimientos de las enfermedades que provoca la comida chatarra

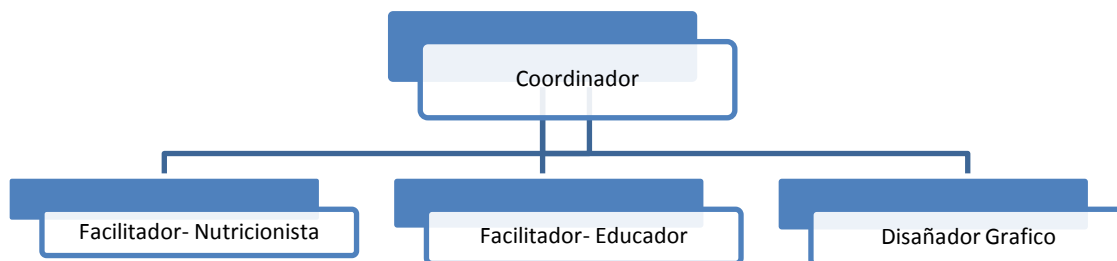
5.5 METODOLOGÍA DE INTERVENCIÓN.

La metodología de intervención se refiere a los pasos e instrumentos que se utilizara en el proyecto para operacionalizar su ejecución y lograra los objetivos propuestos y solucionar el problema planteado. Para esto nos referiremos a la estructura organizativa del proyecto, los recursos humanos necesarios, el presupuesto necesario para la ejecución de actividades, la metodología de evaluación y el cronograma de actividades.

5.5.1 ESTRUCTURA ORGANIZATIVA DEL PROYECTO.

Cuadro N° 12

Organigrama del Proyecto.



5.5.2 ESTRUCTURA DE RECURSOS HUMANOS.

Coordinador. El coordinador general del proyecto tendrá a su cargo la supervisión general del proceso, además de efectuar evaluaciones constantes para el logro de los resultados esperados.

Facilitador – nutricionista.- El Facilitador o la facilitadora será el componente que viabilice la acción orientadora, guía problematizador y dinamizador en los talleres. Con el fin de sensibilizar a la población de manera lúdica y didáctica.

Facilitador educador.- es el que enseñará y organizará los talleres y ferias educativas de los buenos hábitos alimenticios

Diseñador gráfico.- Encargado de realizar los trabajos de diseño gráfico y diagramación de distintos materiales educativos e información sobre la comida chatarra y la nutrición.

5.6 PLAN OPERATIVO DEL PROYECTO

Cuadro N°13: Matriz de plan operativo

Actividad	Fechas de ejecución	Responsables	Recursos	Observaciones
1. Buscar un ambiente para los talleres de capacitación Sobre los buenos hábitos alimenticios	Abril 2019	Coordinador	Transporte Viáticos	El ambiente debe ser amplio y con sillas individuales

2. Coordinación con los padres de familia y director de la unidad educativa. Para cursos de capacitación	Agosto 2019	Coordinador y equipo de facilitadores	Material de escritorio Transporte Viáticos	Se realizara unas preinscripciones
3. Talleres y seminarios sobre las enfermedades que causan la comida chatarra.	Mayo y junio 2019	Facilitadores	Material de escritorio Data show Computadora Fotocopias Folders Refrigerios	
4. Realizar trípticos.	Mayo 2019	Diseñador grafico	Imprenta Equipo de computación	
5 Elaboración de folletos sobre alimentos nutritivos.	Julio 2019	Diseñador grafico	Imprenta Equipo de computación	
6. Realizar taller sobre hábitos adecuados de alimentación	Octubre 2019	Facilitadores	Material de escritorio Data show Computadora Fotocopias Folders Refrigerios	
8 Evaluación	Noviembre 2019	Coordinador y equipo de facilitadores	Equipo de sata show y computación Ambientes Viáticos Refrigerios	Se contara con la participación de la población beneficiaria

5.6.1 CONSIDERACIONES ADMINISTRATIVAS DEL PROYECTO

Cuadro N° 14

5.6.1.1 PRESUPUESTO Y RECURSOS HUMANOS.

PERSONAL	CANTIDAD	TIEMPO	COSTO/ MES	TOTAL	REQUERIDO/ SOLICITADO	APORTE/AUTOFI NANCIAMIENTO	OBS.
Coordinador	1	8 MESES	3,000	24.000	20,000	4.000	
Facilitador 1 Nutricionista	2	6 MESES	1,200	7,200	6000	1200	
Facilitador 2 Educador	2	6 MES	1.200	7,200	6000	1200	
Diseñador Grafico	1	1 Mes	1.200	1,200	1,200	0	
SUB TOTAL				39,600	33.200	6,400	

5.6.1.2 RECURSOS MATERIALES.

Cuadro N° 15

Recursos Materiales

ITEM	CANTIDAD	COSTO/UNITARIO	TIEMPO	TOTAL	REQUERIDO/SOLICITADO	APORTE/AUTOFINANCIAMIENTO	OBS.
VIATICOS	8	100	8 MESES	800	0	800	
REFRIGERIO	500	3	6 MESES	1500	1500	0	
HOJAS BON	6	28	8 MESES	168	168	0	
FOTOCOPIAS	2000	0.10 ctv.	8 MESES	200	200	0	
FOLDERES	500	3	8 MESES	1500	1500	0	
MARCADORES	40	3	8 MESES	120	120	0	
CERTIFICADOS	500	1	8 MESES	500	500	0	
BOLIGRAFOS	600	1	8 MESES	600	600	0	
CARTILLAS	200	20	8 MESES	4000	4000	0	
HOJAS RESMA	500	1	8 MESES	500	500	0	
MASQUIN	10	5	8 MESES	50	50	0	
ALQUILER DE DATA	10	100	8 MESES	1000	1000	0	
EQUIPO COMPUTADORA	1	6000	8 MESES	6000	0	6000	
BANNER	2	100	8 MESES	200	200	0	
VOLANTES	500	1	8 MESES	500	500	0	
IMPREVISTOS	1	2225	8 MESES	5,724	5,724	0	
SUB TOTAL				23,362	16,562	6800	
COSTO TOTAL				62,962	49,762	13,200	

5.6.1.3 CRONOGRAMA

ACTIVIDAD	MES 1	MES 2				MES 3				MES 4				MES 5				MES 6				MES 7				MES 8				OBSERVACIONES
	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4	S1	S2	S3	S4		
1. Buscar un ambiente para los talleres de capacitación Sobre los buenos hábitos alimenticios																														
2. Coordinación con los padres de familia y director de la unidad educativa. Para 1ra ferias educativas sobre la cultura de comidas nutritivas																														
3. Talleres y seminarios sobre las enfermedades que causan la comida chatarra.																														
4. Realizar trípticos.																														
5. Elaboración de folletos sobre alimentos nutritivos.																														
6. 2da Feria educativa en base a comidas																														

5.6 EVALUACIÓN DEL PROYECTO.

El Proyecto Establecido en la reducción de comida chatarra, tiene una duración de 8 meses a partir de la gestión 2018, que a la vez se propone una evaluación durante la ejecución del proyecto donde se observará los avances en cuanto al logro de resultados parciales mediante el monitoreo y seguimiento de actividades planificadas. También se tendrá una evaluación ex – post dirigido a evaluar logros y dificultades en la implementación del proyecto así como verificar el logro de propósito del proyecto (Brawerman, 2010).

Por lo tanto, la evaluación será con mayor profundidad, tomando en cuenta que el proyecto es a corto plazo en tal sentido se realizaran las evaluaciones con la participación activa de los beneficiarios del proyecto puesto que ellos en última instancia son los que reciben los productos de esta intervención, también se incluirá un evaluador externo que realizará la evaluación de los resultados del proyecto.

Se tomará en cuenta los indicadores de la Matriz de marco lógico para su evaluación correspondiente pues es un referente para la valoración del logro de resultados

5.6.1 INDICADORES DEL PROYECTO.

Propósito.

Reducido el consumo de comida chatarra en estudiantes de la unidad educativa virgen de Copacabana del distrito 8 de la ciudad de el alto

Los **indicadores** verificables muestran que al final del mes de Noviembre el 80 % los y las estudiantes de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana manifiesta haber disminuido el consumo de comida chatarra.

Primer componente.

Componente1.- Hábitos Alimenticios Adecuados.

-El 90 % de la comunidad educativa práctica los buenos hábitos de alimentación en talleres de capacitación hasta agosto de 2018.

Segundo componente.

- Cultura de comida nutritiva en la comunidad educativa.

- Guías didácticas elaborada y promocionada hasta septiembre de 2018.

Tercer componente

Conocimiento de las enfermedades que provoca la comida chatarra

Se reduce problemas de salud en un 40 % los casos de obesidad y desnutrición en estudiantes de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana tres meses después de la conclusión del proyecto.

5.7 PLAN OPERATIVO DE SEGUIMIENTO Y MONITOREO.

CUADRO N°17

Plan de acción (propuesta educativa).

OBJETIVOS ESPECIFICOS	ACTIVIDADES	MATERIALES	RESPONSABLES	COSTOS	INDICADORES
Desarrollar los hábitos alimenticios en niños y niñas de la comunidad educativa	Organizar y planificar talleres	Material de escritorio Equipo de computación	Coordinador	Sub total 13.100 Bs	El 90 % de la comunidad educativa participa en talleres de capacitación hasta agosto de 2018
	Realizar Convocatoria a talleres	Banner Volantes	Coordinador		
	Ejecutar talleres con niños y niñas de primaria, profesores, y padres de familia.	Material de escritorio Fotocopias Refrigerio	Facilitador y coordinador		
Desarrollar una cultura de comida nutritiva.	Organizar y planificar talleres	Material de escritorio	Coordinador	Sub total 4.900 Bs	El 90 % de la comunidad educativa manifiesta conocer las consecuencias de la comida chatarra hasta agosto de 2018
	Realizar convocatoria a talleres	Banner Volantes	Coordinador		
	Implementar y evaluar talleres de cultura nutritiva	Facilitador Material de escritorio Fotocopias Equipos de capacitación Refrigerios	Facilitador y coordinador		

Lograr que exista poca obesidad en la comunidad educativa	Con charlas educativas Imprimir cartillas sobre causas de obesidad	Material de escritorio Imprenta	Coordinador Diseñador grafico	Sub total 1.300 Bs.	Una cartilla informativa elaborada y promocionada hasta septiembre de 2018.
---	---	--	--------------------------------------	----------------------------	---

5.7.1 INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

Los instrumentos de evaluación que se aplicaran serán el cuestionario, la entrevista y grupos focales dirigido a estudiantes, padres de familia y director de la comunidad educativa para así conocer los conocimientos adquiridos de cada persona y poder observar los resultados del proyecto en comparación con los objetivos propuestos.

Los cuestionarios medirán las características del consumo de alimentos de parte de los estudiantes y padres de familia luego de la intervención realizada.

Las entrevistas servirán para poder obtener información más profunda en cuanto a los logros y divulgados que se tuvieron en la implementación del proyecto.

Los grupos focales tienen un sentido más cualitativo de recolección de datos donde participaran líderes e informantes clave.

CAPITULO VI

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 CONCLUSIONES

- La comida chatarra es una de las causantes de distintas enfermedades que las personas adolecen en la niñez, juventud y en la etapa adulta. Esta también provoca distintas dificultades en el aprendizaje.
- En el diagnóstico del proyecto se evidenció el excesivo consumo de la comida chatarra en estudiantes y padres de familia. Estas comidas se consumen casi todos los días de la semana, sin ser informados acerca de las consecuencias que estos provocan en las personas. Generando malos hábitos inadecuados de alimentación.
- En este sentido es importante plantear una propuesta de intervención en la Comunidad Educativa Virgen de Copacabana para reducir el consumo de comida chatarra. Tanto los padres de familia como los estudiantes y todos los que integran la comunidad educativa llegaron a acuerdos sobre el fomento del consumo de comidas nutritivas.
- Este proyecto será viable y sostenible en la medida en que las familias, estudiantes y personal educativo asuman conciencia de este problema y sus consecuencias. Participen de manera comprometida en las acciones para mejorar su calidad de vida y mejorar la educación.
- La Junta Escolar de la Unidad Educativa está de acuerdo en que los puestos de venta y los kioscos vendan comidas nutritivas ya que estas cuentan con una gran variedad de productos al igual que las comidas chatarras.

6.2 RECOMENDACIONES

- Los padres de familia deben cambiar sus propios hábitos de alimentación pues si ellos no cambian difícilmente sus hijos lo harán pues ellos son un modelo de conducta y forman una cultura familiar.
- Se recomienda que cada padre de familia prepare las comidas durante el desayuno como también en el almuerzo y la cena con alimentos nutritivos como ser los cereales, verduras y las frutas.

- Cada estudiante en una lonchera pueda llevar frutas saludables o cereales o panes integrales para su merienda de recreo.
- Los estudiantes deben cuidar de su propia alimentación de acuerdo a la cadena alimentaria que se tiene.
- Se recomienda el consumo de verduras, frutas y cereales para el buen funcionamiento del cuerpo humano.
- Los padres de familia también hagan actividades deportivas tres veces a la semana o por lo menos dos veces a la semana pero por lo general se debe hacer cualquier tipo de ejercicios.
- Debe haber un control a los puestos de comida y de golosinas para cuidar la salud de los estudiantes

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bibliografía del sustento teórico

Aguilar Liendo, Ana María, Zamora Gutiérrez, Adalid, & Barrientos Aramayo, Alejandro. (2012). Obesidad infantil en Bolivia. *Revista de la Sociedad Boliviana de Pediatría*, 51(1), 3-11. Recuperado en 07 de agosto de 2017, de

Monch Loundes y Ángela Ernesto, (2007), *Métodos Técnicas de investigación* 12 da Edición, Editorial Trillas, México.

(MUNCH Y ERNESTO,2007;Pag 103-104)

ANDER-EGG Ezequiel (1993). *Técnicas de investigación social*, (24 ediciones- Buenos aires: Lumen.

GUTIERREZ, Feliciano. (2010), *Diccionario Pedagógico*; (4ta edición), La Paz Grafica Gonzales.

ERIKSON. E. (1968). *Identidad y juventud y crisis* en Buenos Aires: Editorial Paidós.

PALEARI, F.G, REGALIA.C Y FINCHAM, F (2003).adolescents willing Toforgi vetheir oparents ant empiricall.

Diccionario Universal Inteligente,2005, nueva edición

Irina barrios 1994 modulo guía, *Diseño de la investigación en educación*.

Ato, Q. (2008) **Evaluación de proyectos y programas: Aspectos básicos**. Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia. España.

ANDER-EGG, Ezequiel y María José AGUILAR I. (2000). **Cómo elaborar un proyecto: Guía para diseñar proyectos sociales y culturales**, 15.ª ed. Buenos Aires: Lumen/Hvmanitas.

ANDRADE E., Simón (1995). **Formulación de Proyectos**, 4ª. ed. Perú: Lucero R. Ltda.

BANCO INTERAMERICANO DE DESARROLLO (1990). **Proyectos de Desarrollo: Planificación, Implementación y Control**, 4ª. reimp. México: LIMUSA, S.A. de C.V.

BATTERSBY, Albert (1973). **Planificación y Programación de Proyectos Complejos**, trad. ing. por J. Torrens Ibern y C. Polo Miranda, 2ª. ed.. Barcelona: Ariel.

Berumen; Jaqueline. **Monitoreo y evaluación de Proyectos** (2010), Escuela Latinoamericana de Cooperación y Desarrollo, Colombia

BIBBY, C. J. y C. Alder (eds.) (2003). **Manual de Proyectos de Conservación**, trad. ing. por Ximena Casares Cambridge, U.K.: Programa de Liderazgo de la Conservación.

BRIONES, Guillermo (1995). **Preparación y Evaluación de Proyectos Educativos**, 2ª. ed. Colombia: Convenio Andrés Bello.

BRIONES, Guillermo (1995). **Preparación y Evaluación de Proyectos Educativos**, 2ª. ed. Colombia: Convenio Andrés Bello.

COHEN, Ernesto y Rodrigo MARTINEZ (S.F.). **Manual de Formulación, Evaluación y Monitoreo de Proyectos Sociales**. CEPAL.

HUERTAS, Franco (1996). **El Método PES: Planificación Estratégica Situacional**. La Paz: Centro de Estudios de la Realidad Boliviana, CEREB.

INSTITUTO LATINOAMERICANO DE PLANIFICACION ECONOMICA Y SOCIAL, ILPES (1977). **Guía para la Presentación de Proyectos**, 5ª. ed. México: Siglo XXI Editores, S.A.

SAPAG CHAIN, Nassir y Reinaldo SAPAG CHAIN (1991). **Preparación y Evaluación de Proyectos**, 2ª. ed. México: McGraw Hill Interamericana de México, S.A. de C.V.

ZARZA GALEANO, Adolfo (2004). **Módulo Diseño y Gestión de Proyectos**. Paraguay: Rosa Palazón.

VALDES, Marcos (1999): **“La Evaluación de proyectos sociales: definiciones y tipologías”**

GUTIÉRREZ, Feliciano (2012). *Diccionario Enciclopédico Pedagógico* (Bolivia). 1ra Edición, Editorial Gráfica Gonzales.

Documentos de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana (2015) *“Reseña histórica”*

Centro de promoción de la mujer Gregoria Apaza (2011) *“Atlas de El Alto”*, Sagitario, La Paz – Bolivia.

Bibliografía especializada

Ministerio de Planificación y Cooperación – División Social – Departamento de Evaluación **(2000) Metodología de evaluación ex ante de Programas Sociales**” Santiago de Chile.

NIRENBERG, Olga; BRAWERMAN, Josette; RUIZ, Violeta (2003): **“Evaluar para la transformación”**. Edit. Paidós. Buenos Aires,. Capítulo 2: “Los tipos de evaluación”, y Capítulo 5: “Diseño de un modelo evaluativo”.

Bibliografía de Políticas Públicas

Plan de Desarrollo Municipal, Gobierno Municipal de El Alto, PDM- (2007-2011). (Bolivia)

Bibliografía de Leyes

LEY de la Educación “Avelino Siñani e Elizardo Pérez”, 070 (2010). (Bolivia).

Constitución Política del Estado (2012). (Bolivia) Editorial U.P.S. srl.

Web grafía

- ✓ www.munibellavista.gob.pe/pdf/.../Plan-de-nutricion-de-27-08-2013
- ✓ http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1024-06752012000100002&lng=es&tlng=es.
- ✓ (http://es.wikipedia.org/wiki/Educaci%C3%B3n_salud_y_bienestar; 27 ago. 2013, a las 02:40.) 27-08-2013
- ✓ (http://www.fumunu.org/educacion/sana/que_es_la_nutricion.html)
- ✓ <http://brigadasunamad.galeon.com/> 02-09-2013
- ✓ http://concienciahabitosalud.blogspot.com/2012/05/definicion_05.htm | 02-09-2013
- ✓ <http://www.buenastareas.com/ensayos/Concienciasana/136103.html> 02, 2010 02-09-2013
- ✓ http://definicion.de/comidas_chatarras/#ixzz2dqR1QLZN, 03-09-2013
- ✓ http://www.equiurbe.com/comidas_chatarras.php?=&ea_sy-sot, 03-09-2013

ANEXOS

ANEXO

1

PLAN DEL DIAGNÓSTICO

UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS
FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
PROGRAMA ACADÉMICO DESCONCENTRADO
LICENCIATURA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN PARA EL DESARROLLO HUMANO



PLAN DEL DIAGNÓSTICO

TEMA: ADICCIÓN A LA COMIDA CHATARRA
UNIVERSITARIO: JORGE EDUARDO QUISPE KANTUTA
DOCENTE GUIA : LIC. WILLY MENDOZA VILLANUEVA

ACHACACHI-BOLIVIA

TEMA DEL DIAGNOSTICO:

ADICCIÓN A LA COMIDA CHATARRA

1. JUSTIFICACIÓN

El presente trabajo dará a conocer sobre los buenos hábitos de alimentación en base a los alimentos nutritivos ya que existe bastante consumo de comida chatarra.

En la comunidad educativa los y las estudiantes consumen alimentos transgénicos, comidas chatarras por lo cual se toma en cuenta este diagnóstico para mejorar los hábitos que deben tener recuperando los valores socio comunitario como la reciprocidad, complementariedad y la convivencia armónica con la madre tierra.

Sabemos que el ser humano es parte de un todo y por lo tanto, él se interrelaciona en un espacio y de la naturaleza brindándole sus recursos en forma natural sin el uso de productos orgánicos que dañan a la salud de la madre tierra, es así que esto nos motiva a tomar en cuenta los hábitos alimenticios que practicamos, tratando de concientizar a nuestra comunidad educativa para cambiar la comida chatarra o rápida por la comida sana y nutritiva para mejorar la calidad de vida.

Hoy en día el problema de la comida chatarra es más notorio en la sociedad. Por lo que todo empieza en los niños ya que a la vez en las escuelas venden comida poco saludables como también llamada comida chatarra . Es muy importante que este problema tenga una solución porque cada vez se refleja su consumo en las personas el cual les lleva a un sobre peso , problemas de salud y también una baja autoestima.

Así también no debemos de olvidar que los problemas de salud surgen a partir del consumo de la comida chatarra entre esto también puede estar la obesidad artritis, problemas respiratorios, daños he patético, anemia en niños, niñas, jóvenes adolescentes y a la vez personas adultas.

Por el cual los estudiantes como también padres de familia tienen que asumir y hacer un análisis de reflexión, observación .para que al final del proyecto logren comprender los efectos y causas de la comida chatarra en nuestro cuerpo, así también tener un acercamiento de la situación de la problemática.

2. DIAGNÓSTICO DEL PROBLEMA

2.1 OBJETIVOS DEL DIAGNÓSTICO

2.2 Objetivo General.

Determinar los grados de consumo de la comida chatarra y las consecuencias de la adicción en los estudiantes de la U.E. Virgen de Copacabana del distrito 8 de la zona de Senkata

2.3 Objetivo específico.

Describir los tipos de comida que son consumidas por los estudiantes de este establecimiento

Establecer los hábitos de consumo de comida que tienen los estudiantes y padres de familia

Conocer las consecuencias que conllevan el consumo de comida chatarra

Identificar las causas que motivan al consumo de comida chatarra

2.4 PROBLEMA

Identificación y descripción del problema.

Alto consumo de comida chatarra en niños, niñas y jóvenes de la Unidad Educativa Virgen De Copacabana del distrito 3 de la zona de senkata.

3. METODOLOGÍA DEL DIAGNÓSTICO.

Se puede definir a la Metodología del Diagnostico como un proceso analítico que permite conocer la situación real de alguna organización en un momento dado para descubrir problemas necesarios. Así mismo es el estudio previo a la investigación de un proyecto el cual consiste en la recopilación ordenamiento y obtención de conclusiones. El cual esta sirve para conocer mejor la realidad identificando fortalezas y debilidades. Permite diseñar estrategias, identificar y decidir acciones a realizar. (Gutiérrez L, Feliciano, 2010.paag.308)

3.1. TIPO DE ESTUDIO.

El tipo de estudio del presente diagnóstico es descriptivo.

“El diagnostico educativo es en última instancia, una manera de comprender una determinada realidad o situación social educativa, una lectura e interpretación de sus

conexiones y relaciones desde una perspectiva histórica y de las situaciones va y puede ir adaptándose” (I.N.F.E, 2003, pág. 12)

Por lo tanto se realizará una observación de la realidad de consumo de comida chatarra dentro de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana.

3.2 TECNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.

METODO	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
ENCUESTAS	cuestionario	Cuestionario sobre consumo de alimentos
ENTREVISTAS	entrevista	Semi estructurada
FODA	FODA	Matriz FODA

Población y muestra. (Población de estudio)

SUJETOS	CANTIDAD
PADRES Y MADRES DE FAMILIA.	700
ESTUDIANTES.	400
TOTAL.	1100

3.3. MUESTRA DE SUJETOS

Por la cantidad de (1200) sujetos se utilizará un muestreo mixto ya que comprenderán padres de familia y estudiantes de distintas edades de la comunidad educativa que a la vez nos hace una referencia.

Muestreo probabilístico.

	MUESTRA	Padres de familia	
SIGNOS	SIGNIFICADO	VALORES NOMINALES	VALORES ABS
n	MUESTRA	60	
N	POBLACION	700	700
Z	NIVEL DE CONFIANZA	90	1.6
e	ERROR DE ESTIMACION	10	0.1

$$n = \frac{Z^2 \cdot P \cdot Q \cdot N}{E^2 \cdot (N - 1) + Z^2 \cdot P \cdot Q}$$

P	PROBABILIDAD A FAVOR	50	0.5
Q	PROBABILIDAD EN CONTRA	50	0.5

En el caso de los estudiantes se ha tomado una muestra no probabilística que responde a criterios de selección:

Estar en el nivel secundario

Estar en el nivel primario

Ser de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana

Tener edades comprendidas entre 8 a 12 años de edad

SUJETOS	CANTIDAD
Nivel primario	60
Nivel secundario	20
TOTAL muestra	80

Muestra de sujetos

Se tiene una muestra de 60 padres de familia y 80 estudiantes que pertenecen a la unidad Educativa mencionada; también se ha realizará entrevista al director de este centro educativo siendo un total del 141 sujetos a los que se aplicará los instrumentos diseñados.

4. PROCEDIMIENTOS O FASES

A) Primera fase: Planificación

En la planificación de proyectos forma parte la gestión de proyectos la cual se vale del cronogramas tales como diagramas de Gantt para planear subsecuentemente informar del progreso dentro del entorno del proyecto para así también saber el tiempo y los recursos que costara.

B) Segunda fase: Programación o preparación

Estos responden a un estudio previo de las ventajas y desventajas asociadas en una implementación la profundidad en la q se realiza, dependerá de lo q aconseje cada proyecto en particular.

C) Tercera fase: Ejecución

Esta etapa de la ejecución desarrolla el trabajo en si.

Esta es la responsabilidad del contratista con la supervisión del cliente durante la ejecución del proyecto se debe tomar énfasis en la comunicación para tomar decisiones lo más rápido posible en caso que surjan problemas.

D) Cuarta fase: Análisis de resultados y Sistematización de las experiencias

En la sistematización de un proyecto es una actividad de producción de práctica de los conocimientos a través de una sistematización y es posible comprender y comunicar las prácticas de acción o promoción social.





5. CRONOGRAMA.

PROGRAMACION

FECHAS	ACTIVIDADES	PARTICIPANTES	RESPONSABLES	PROGRAMACION						
				L	M	M	J	V	L	
				08	09	10	13	14	15	
10/04/17		DIRECTORES PADRES DE FAMILIA	JORGE E,QUISPE KANTUTA							
11/04/17		DIRECTORES PADRESDE FAMILIA	JORGE E,QUISPE KANTUTA							
12,/04/17		DIRECTORES PADRES DE FAMILIA	JORGE E,QUISPE KANTUTA							
13/04/17		DIRECTORES PADRES DE FAMILIA	JORGE E,QUISPE KANTUTA							
14/04/17		DIRECTORES PADRES DE FAMILIA	JORGE E,QUISPE KANTUTA							
17/04/17										

FECHAS	ACTIVIDADES	CRONOGRAMA							
		M	M	J	V	L	M	M	
		07	08	09	10	13	14	15	
27/03/17	Elaboración del plan del diagnóstico								
28/03/17	Elaboración del instrumento de aplicación piloto								
29,30,31,/03/17 3,4,5,6,7,/04/17	Aplicación de los instrumentos a los sujetos								
10/04/17	Análisis de datos								
11y12/04/17	Presentación de resultados								
13/04/17	Muestra probabilística								

PLAN DE RECOLECCIÓN DE INFORMACION.

TEMA.	ASPECTOS.	FUENTE.	INSTRUMENTOS.
 <p>ADICTOS A LA COMIDA CHATARRA.</p>	<p>DETRO Y FUERA DE LA CASA.</p> <p>-BAJA AUTOESTIMA -DEPRESION.</p> <p>-MALA NURTRICION ALIMENTARIA.</p> <p>VENDEDORES Y CONSUMIDORES DE COMIDA CHATARRA.</p>	<p>PRIMARIA;</p> <p>ESTUDIANTES DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA.</p> <p>SECUNDARIA</p> <p>DIRECTOR Y PADRES DE FAMILIA.</p>	 <p>CUESTIONARIOS.</p> <p>ENTREVISTAS.</p>  <p>C)</p>  <p>ANALISIS FODA.</p>

CONCEPTUALIZACIÓN

ALIMENTOS NUTRITIVOS

Un alimento es toda aquella sustancia normalmente ingerida

Por los seres vivos con fines nutricionales sociales y psicológicos

1 así también proporciona una cantidad de energía para el anabolismo y mantenimiento de las funciones fisiológicas como el calentamiento corporal

2 favorece a la comunicación el establecimiento de lazos efectivos

Comida chatarra

La comida chatarra es la última denominación empleada en los países como Bolivia Chile Ecuador Colombia México y todos los países sudamericanos

Que por lo general provoca altos niveles de azúcares, grasas, sal, condimentos

También este término es desarrollado por un individuo que ase consumo a los alimentos chatarra o llamada basura de comida así mismo hace referencia a un material

Baja autoestima y comida chatarra esto suele provocar a la vez una autoestima negativa así mismo provoca problemas de salud como las enfermedades de diabetes

causas

Estudio: La capacidad de estudio se disminuye.

Afecciones: Los niños presentan anemia.

Obesidad : Los niños se vuelven obesos.

Enfermedades contribuye a un aumento de enfermedades crónicas cuando son adultos como diabetes, hipertensión arterial alteración en los lípidos(colesterol, triplecitos y cardiopatías)

MATRIZ PARA LA ELABORACION DE INSTRUMENTOS.

TEMA.	AREA O ASPECTOS.	ITMS. O INDICADORES	ESCALA.
ADICCIÓN A LA COMIDA CHATARRA.	Consumo de alimentos	Regularidad y horarios HÁBITOS ALIMENTICIOS PESO TALLA alimentos NUTRITIVOS - alimentos NO NUTRITIVOS -BAJA AUTOESTIMA ENFERMEDADES: salud frecuentes Precio Conocimientos de la comida chatarra	-ALIMENTOS BUENOS Y SALUDABLES -ALIMENTOS MALOS O PERJUDISIALES.
Definición: Los alimentos nutritivos y la comida chatarra es toda aquella comida que es ingerida por los seres vivos por la cual los alimentos nutritivos nos	ACTITUD	- LOS TIPOS DE ALIMENTACION -SELECCIÓN DE ALIMENTOS -HORARIOS DE ALIMENTACION. -AFECCIÓN	-LAS PERSONAS DESCONOSEN LAS CONSECUENCIAS DE ESTOS ALIMENTOS. -1: TOTALMENTE EN DESACUERDO. -2: EN DESACUERDO. -3: NI DE ACUERDO NI

brindan proteínas. En cambio la comida chatarra nos provoca enfermedades.		PSICOLOGICA. TIPOS DE ENFERMEDADES CAMBIOS DE HÁBITOS ALIMENTICIOS DE LAS PERSONAS.	EN DESACUERDO -4:DE ACUERDO -5: TOTALMENTE DE ACUERDO
---	--	---	--

ANEXO

2

INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS.



CUESTIONARIO

(PARA PADRES DE FAMILIA)

OBJETIVO; •Determinar los grados de consumo de la comida chatarra y sus consecuencias en la salud, en los estudiantes de la U.E. Virgen de Copacabana del distrito 8 de la zona de Senkata

INSTRUCCIONES: MARQUE CON UNA (X) LA RESPUESTA SEGÚN VEA CORRESPONDIENTE.

INFORMACIÓN DE REFERENCIA.

1-EDAD

2-.GENERO

F -----

M -----

3- ESTADO CIVIL.

4-OCUPACION

SOLTERO-----

A) COMERCIANTE-----

CASADO-----

B) TRANSPORTISTA-----

DIVORCIADO-----

C) PROFESIONAL INDEPENDIENTE-----

CONCUVINO.....

D) MAESTRO-----

VIUDO.....

E) AMA DE CASA-----

F) ESTUDIANTE-----

G) OTROS-----

HÁBITOS ALIMENTICIOS

1-¿Usted como padre de familia conoce los hábitos de alimentación?

NADA.....B) CASI NADA..... C) MUY POCA.....

D) POCA.....E) MUCHA.....

2¿Cuáles son los alimentos nutritivos para nuestra salud? .Marque los más importantes.

A} Las frutas

c) Cereales

c) yogurts

b) Verduras

d) Leche

d) Mantequilla

e) Huevos

e) Queso

e) Todos.

3¿Usted qué tipo de comida chatarra consume?

Salchipapas D) Pollo a la broaster

Hamburguesas E) Rellenos

C) Tripitas F) Hot dogs

G) Silpanchos H) Anticuchos

YPorque.....
.....
.....
.....

4¿Qué consume con mayor regularidad?

Comida rápida (pi pocas, donas, comida casera)

Chocolates..... C)-Dulces..... D) Refrescos.....

E) Todos

5¿Por qué lo consume?

Por ser rápido..... B) Por gusto..... C) Por el precio.....

6¿Sabías que estas comidas perjudican a la salud y ala vez contraen enfermedades?

SI----- NO-----

YPorque.....
.....
.....
.....

7¿Con que regularidad consumes la comida chatarra a la semana?

1 a 2 días..... B) 3 a 4 días..... C) 5 a 6 días..... D) A diario.....

8¿En qué horarios consume la comida chatarra?

Mañana de 8 a 12 B) Tarde de 12 a 6 C) Noche de 7 a 11

9 ¿Usted selecciona los alimentos para su alimentación?

- Frutas, verduras y cereales..... B) Solo frutas y verduras..... C) Solo arroz y fideo.....
D) Todos...

10 ¿Sabías que estos alimentos están prohibidos para su consumo?

SI..... NO.....

Y porque.....
.....
.....
.....

11 ¿Usted conoce qué consecuencias puede causar en los niños el consumo de comida chatarra?

- Baja autoestima B) Obesidad C) Hipertensión arterial
D) Diabetes Infantil E) Anemia F) Todos

12 ¿Usted considera que tiene los buenos hábitos de alimentación?

- Mucha B) Muy poca C) Poca D) Nada



CUESTIONARIO
(PARA ESTUDIANTES)

OBJETIVO; •Determinar los grados de consumo de la comida chatarra y sus consecuencias en la salud en los estudiantes de la U.E. Virgen de Copacabana del distrito 8 de la zona de Senkata

INSTRUCCIONES: MARQUE CON UNA (X) LA RESPUESTA SEGÚN VEA CORRESPONDIENTE.

INFORMACION DE REFERENCIA.

1 NOMBRE DE LA UNIDAD EDUCATIVA.....

2-NOMBRE Y APELLIDO DEL ESTUDIANTE.....

3-CURSO: FECHA:

4-EDAD

5-.GENERO F..... M.....

HÁBITOS ALIMENTICIOS

1-¿Usted como estudiante conoce los buenos hábitos de alimentación?

NADA.....B) CASI NADA..... C) MUY POCA.....

D) POCA.....E) MUCHA.....

2¿Conoses que alimentos son nutritivos para nuestra salud?

- | | | |
|---------------|-------------|----------------|
| A} Las frutas | c) Cereales | c) yogurts |
| b) Verduras | d) Leche | d) Mantequilla |
| e) Huevos | e) Queso | e) Todos. |

3¿Usted qué tipo de comida chatarra consume?

- Salchipapas
- Hamburguesas
- C) Tripitas
- G) Sil panchos
- D) Pollo a la broaster
- E) Rellenos
- F) Hot dogs
- H) Anticuchos

Yporque.....
.....
.....
.....

4¿Qué consume con mayor regularidad en el colegio?

- Pi pocas
- E)-Dulces
- I) Galletas
- .B) Chocolates
- F) Refrescos
- j) Todos
- C) Donas
- G) Chisitos
- D) Empanadas.....
- H) Chicles

5¿Por qué lo consumes?

- Por ser rápido.....
- B) Por gusto.....
- C) Por el precio.....

6¿Qué enfermedad cree que puede contraer con estas comidas chatarras?

- Baja autoestima
- D) Diabetes Infantil
- B) Obesidad
- E) Anemia
- C) Hipertensión arterial
- F) Todos

7¿Con que regularidad consumes la comida chatarra a la semana?

- 1 a 2 días.....
- B) 3 a 4 días.....
- C) 5 a 6 días.....
- D) A diario.....

8¿En qué horarios consume la comida chatarra?

- Mañana de 8 a 12
- B) Tarde de 12 a 6
- C) Noche de 7 a 11
- D) Todos

9¿Qué hábitos alimenticios te enseñaron en casa?

- En comer alimentos nutritivos
- C) Comer dulces
- D) A comer verduras
- B) En consumir comida chatarra
- E) Todos...

10¿Qué tipo de cosas te compras en el recreo?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



ENTREVISTA.

A; (Director)

OBJETIVO; •Determinar los grados de consumo de la comida chatarra y sus consecuencias en la salud en los estudiantes de la U.E. Virgen de Copacabana del distrito 8 de la zona de Senkata

INSTRUCCIONES: Responde de manera más sincera.

INFORMACION DE REFERENCIA.

1-EDAD

2.-GENERO

F -----

M -----

3- ESTADO CIVIL.

4-OCUPACION

SOLTERO-----

A) COMERCIANTE-----

CASADO-----

B) TRANSPORTISTA-----

DIVORCIADO-----

C) PROFESIONAL INDEPENDIENTE-----

CONCUVINO.....

D) MAESTRO-----

VIUDO.....

E) AMA DE CASA-----

F) ESTUDIANTE-----

G) OTROS-----

1¿En qué horarios el estudiante consume la comida chatarra?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

2¿Cuál es la razón principal por la que consume la comida chatarra?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

3¿Usted qué tipo de comida recomienda para el consumo del estudiante?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

4¿Qué consume con mayor regularidad el estudiante?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

5¿Por qué lo consume?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

10 ¿usted conoce qué consecuencias puede causar en los niños el consumo de comida chatarra?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

ANEXO

3

INFORME DEL DIGNOSTICO.

UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRES

FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

CARRERA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

PROGRAMA ACADEMICO DESCONCENTRADO

LICENCIATURA EN CIENCIAS DE LA EDUCACION PARA EL DESARROLLO HUMANO



INFORME DEL DIAGNÓSTICO

TEMA: ADICCIÓN A LA COMIDA CHATARRA

UNIVERSITARIO: JORGE EDUARDO QUISPE KANTUTA

DOCENTE GUIA: LIC. WILLY MENDOZA VILLANUEVA
ACHACACHI-BOLIVIA

INDICE

1.	<u>Datos de referenciales</u>	16
1.2.	<u>Localización</u>	16
1.3.	<u>Aspectos históricos de la zona.</u>	17
1.4.	<u>Etimología del nombre.</u>	17
3.	<u>Formulación del problema del diagnostico</u>	19
4.	<u>Objetivos del diagnostico</u>	19

4.1. Objetivo general	19
4.2. Objetivos específicos	19
5. Justificación	20
6. Sustento teórico	20
6.1. Definición de la comida chatarra	21
7. Metodología del diagnóstico.	24
7.2. Diseño del diagnóstico.	24
7.4. Tipo Descriptivo	24
7.5. Población	24
8. Muestra.	25
9. Técnicas e instrumentos de recolección	26
9.1. Técnicas	26
9.4. Entrevista.	26
9.5. Cuestionario.	26
9.6. FODA	27
10. Procedimientos o fases.	27
11. Resultados.	29

Introducción

En el presente diagnóstico se realizó para detectar el alto nivel de consumo de comida chatarra, así también se elaboró los siguientes instrumentos como ser los cuestionarios y entrevistas y se aplicó a estudiantes, padres de familia y al director de la unidad educativa Virgen de Copacabana.

Para esto se trabajó con cuatro cursos de la unidad educativa como ser 1ro de secundaria y dos terceros y 4to de primaria.

De acuerdo a los cuestionarios realizados se puede ver que hay altos niveles de consumo de comida chatarra tanto en padres de familia como también en los estudiantes de la unidad educativa.

Así mismo en la entrevista realizada al director dijo que pese que los estudiantes tienen conocimiento de estas comidas igual lo consumen más que todo por gusto.

Para esto se utilizara y argumentara los términos de comida chatarra,

El termino de comida chatarra se usa para describir los alimentos con poca cantidad de nutrientes y con un alto contenido de grasa, azúcar y sal elementos que el cuerpo puede tener en exceso con mucha facilidad. Las papas fritas golosinas y las bebidas con gas suelen considerarse como comida chatarra.

Esta comida es muy popular por lo sencillo de su elaboración (sometida habitualmente a procesos industriales) y conservación (en muchos casos no necesita ni refrigeración y su fecha de caducidad son muy largas) y su precio es relativamente muy barato y su amplia distribución lo hace muy fácil accesible y la presión de la publicidad.

A la vez porque no necesita ninguna preparación por parte del consumidor en la cual es muy cómoda al ingerir este alimento , las consecuencias pueden ser fisiológico como psicológico el cual va deteriorando la salud como el ámbito social de la personas haciéndolas más vulnerables en más de un aspecto.

Así en la salud física van presentando dificultades para respirar e incluso hongos interrupciones del sueño.

Traspiración excesiva hinchazón de tobillos y pies e incluso enfermedades como la diabetes, asma, algunos tipos de cáncer problemas de la vesícula biliar y obesidad

Se puede definir a la obesidad de dos formas que a la vez son objetivas claramente y observables

La primera que es con una alta acumulación de grasa en el cuerpo el cual es más notorio en niños cuando no lo lleva el peso normal debidamente.

Es importante que las personas no consuman este tipo de comida con regularidad si es aceptable aserlo una vez a la semana.

1. DATOS DE REFERENCIALES.

Municipio

El presente diagnóstico se realizó en el departamento de la paz en el municipio de la ciudad de el alto en la zona de senkata en el distrito 3

1.2 LOCALIZACIÓN

La zona Virgen de Copacabana está situada en el departamento de La Paz, provincia Murillo, ciudad de El Alto distrito 8, a una altitud de 3800 metros aproximadamente sobre el nivel del mar. El clima es frígido por que se encuentra en el sector altiplánico a los pies de las cordilleras del Illimani, Mururata, Huaynapotosi y otros. La Unidad educativa. Limita al este con Achocalla, al oeste con la zona 25 de julio, al norte con la zona Panorámica y al sur con la zona San Miguel y la zona Andino.

1.3 ASPECTOS HISTÓRICOS DE LA ZONA.

Según entrevista realizada a vecinos antiguos de la zona "**Virgen de Copacabana**" dijeron que fue loteada a partir del año 1990, por el señor Ing. Antonio Waldo Aliaga Monroy.

El año 1996 existieron los primeros asentamientos con 60 familias aproximadamente, donde se organizaron sindicalmente con una junta de vecinos teniendo como primer presidente al señor Clemente Mamani y otras personas que integraban la mesa directiva.

1.4 ETIMOLOGÍA DEL NOMBRE.

Según el señor Víctor Góngora Aruquipa vecino antiguo de la zona "**Virgen de Copacabana**" el nombre de la unidad Educativa fue puesto por el primer dueño de la zona (loteador) Ing. Antonio Waldo Aliaga Monroy. Con la fé y devoción que tenía a la Virgen Morena Copacabana.

Población

La población diagnosticada mediante los cuestionarios y la entrevista fueron al director, y estudiantes del nivel primario y secundario de la unidad educativa Virgen de Copacabana.



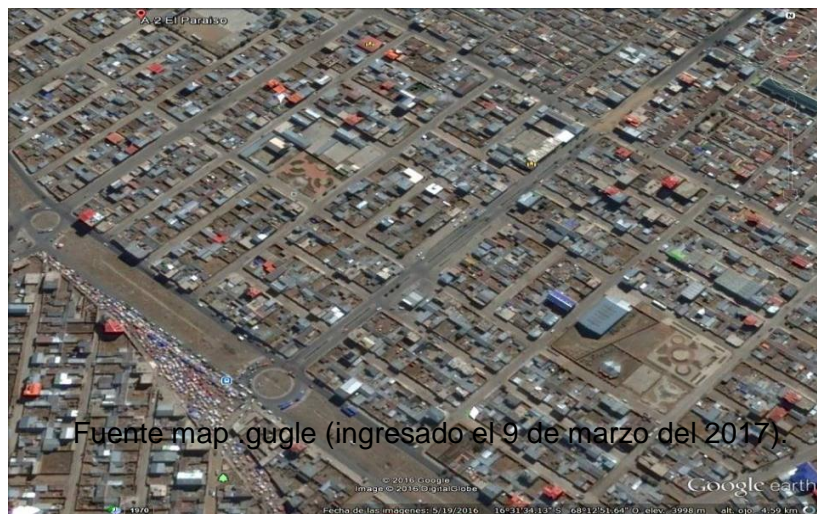
Responsable.

Jorge Eduardo Quispe kantuta estudiante universitario del centro regional universitario de Achacachi de la facultad de Humanidades de la carrera Ciencias de la Educación.

Duración

El presente Diagnóstico tuvo una duración de dos meses, el cual comenzó en el mes de abril y terminó en mayo.

.Marco contextual



Fuente map_gugle (ingresado el 9 de marzo del 2017)

La zona Virgen de Copacabana está situada en el municipio de El Alto distrito 8, y que también se encuentra a una altitud de 3800 metros aproximadamente sobre el nivel del mar. El clima es frígido por que se encuentra en el sector altiplánico

Así también en la ubicación geográfica en base a sus infraestructuras y espacios públicos tienen gran importancia en una planificación y su efecto en su desarrollo social que a la vez se refleja una calidad de vida de la población.

Equipamiento de educación en el distrito 8

-54 infraestructuras educativas y 8 centros infantiles

Teniendo en total 62 establecimientos educativos .Equipamiento de salud

- Los 9 establecimientos de salud conformada la Red de Salud de Senkata.

Equipamiento recreativo.

-242 canchas , 32 parques ,46 plazas.

-Equipamiento cultural.

-15 Iglesias y 2 Bibliotecas.

- 7 Centros Culturales.

3. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA DEL DIAGNÓSTICO.

- ¿Cuáles son los grados de consumo de la comida chatarra y que consecuencias conlleva en la salud en los estudiantes de la U.E. Virgen de Copacabana del distrito 8 de la zona de Senkata?

3.1 IDENTIFICACIÓN Y DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.

De acuerdo al diagnóstico que se realizó a la adicción de la comida chatarra los niveles de consumo son altos y puede traer muchas consecuencias en su consumo de esta comida como enfermedades de obesidad , baja autoestima, hipertensión arterial y anemia

4. OBJETIVOS DEL DIAGNÓSTICO

4.1. OBJETIVO GENERAL

Determinar los grados de consumo de la comida chatarra y sus consecuencias en la salud en los estudiantes de la U.E. Virgen de Copacabana del distrito 8 de la zona de Senkata

4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Describir los tipos de comida que son consumidas por los estudiantes de este establecimiento

Establecer los hábitos de consumo de comida que tienen los estudiantes y padres de familia

Determinar las consecuencias que conllevan el consumo de comida chatarra

Identificar las causas que motivan al consumo de comida chatarra

5. JUSTIFICACIÓN

El presente trabajo se realizara para mejorar la buena alimentación nutritiva en base a los buenos hábitos de alimentación.

Ya que en la comunidad educativa los y las estudiantes consumen alimentos transgénicos, comidas chatarras es por lo cual se toma en cuenta este proyecto para mejorar los hábitos que deben tener para una buena alimentación recuperando los valores socio comunitarios como la reciprocidad complementariedad y la convivencia armónica con la madre tierra

Sabemos que el ser humano es parte de un todo y por lo tanto él se interrelaciona en un espacio y ese espacio es la naturaleza brindándole sus recursos en forma natural sin el uso de productos orgánicos que dañan a la salud de la madre tierra , es así que esto nos motiva a tomar en cuenta los hábitos alimenticios que practicamos tratando de concientizar a nuestra comunidad educativa para cambiar la comida chatarra o rápida por la comida sana y así tener una buena calidad de vida.

Hoy en día el problema de la comida chatarra es más notorio en la sociedad. Por lo que todo empieza en los niños ya que a la vez en las escuelas venden comida poco saludables y ellos la consumen y ese es el hábito malo que tienen en muchos casos esto lo llevan hasta la madures. Es muy importante que este problema tenga una solución porque cada vez se refleja su consumo en las personas el cual les lleva aun sobre peso y también una baja autoestima.

El cual también se debe estudiar los problemas de salud que surgen a partir del consumo de la comida chatarra entre esto también puede estar la obesidad artritis, problemas respiratorios, daños he patético, anemia en niños, niñas, jóvenes adolescentes y personas adultas el cual se escogió a los principales consumidores de estas comidas chatarra

Así también se espera que los estudiantes como también padres de familia asuman un análisis de reflexión, observación .para que al final del proyecto logren comprender los efectos y causas de la comida chatarra en nuestro cuerpo, así también tener un acercamiento de la situación problemática.

6. SUSTENTO TEÓRICO.

6.1. DEFINICIÓN DE LA COMIDA CHATARRA .

“La comida chatarra componen todo tipo de comidas y bebidas como el refresco que llevan mucha azúcar y sobre todo el sedentarismo asociado con la televisión y los juegos que no requieren actividad física elevado los niveles de diabetes y otros problemas de salud.

También es un término descriptivo para la comida que es percibida como insalubre o con poco valor nutritivo

La comida chatarra llamada como basura contiene típicamente altos niveles de grasas sal o azúcares y numerosos aditivos alimentarios cómo el glutamato mono sódico y la tartesia al mismo tiempo con carencias de proteínas, vitaminas y fibras entre otros.

Otros estudios revelaron que el comer muchas golosinas y papas fritas ocasionan la obesidad en todas las personas

Así mismo nos contraen Baja autoestima, esto suele provocar a la vez una autoestima negativa así mismo esto provoca problemas de salud como las enfermedades de diabetes y también la capacidad de estudio disminuye a causa de una anemia.” **Según Cornelio Lapide (Citado en Tintaya, 2002 pág. 94)**

La dieta ya no es igual

“Por otro lado vimos que en la escuela, el cual podría ser un espacio en donde podrían recibir alimentos saludables, sucede todo lo contrario. Los principales alimentos son los dulces, galletas donas Dichos alimentos han sido muy exitosos ya que quitan el hambre rápido, aparentemente no son tan costosos, no requieren de preparación alguna, y su combinación es altamente adictiva, aunque no estén conscientes de ello.

La presencia de las “tienditas” en las comunidades ha tenido gran impacto en las costumbres de la gente. Al inicio tuvieron un impacto positivo en la economía y en las familias ya que se podían conseguir productos que sólo se conseguían en la ciudad, pero también se aprovechaban los espacios para vender frutas, verduras y hortalizas de la localidad. Sin embargo en los últimos 10 años las tiendas de abarrotes se han convertido en surtidoras casi exclusivamente de productos que son dañinos para la salud, como lo son los refrescos, papitas, dulces de caramelo macizo, frituras y demás comida chatarra, además se han convertido en promotoras exclusivas de la *Coca-Cola* ya que hoy en día todos los abarrotes están forrados de publicidad de *Coca-Cola*. De acuerdo a varios testimonios de personas en las diferentes comunidades, se expresó cómo la *Coca-Cola* les condiciona a vender sólo sus productos a cambio de más mercancía o de refrigeradores. A pesar de que esto es un delito, la compañía sigue infringiendo a la ley aprovechándose de la necesidad, ingenuidad y vulnerabilidad de la gente”. **Según Hollad, J (1978),**

“La mayoría de la gente con quien platicamos coincidió en que la gente de “antes” es mucho más sana que la de “hoy”. La gente casi no se enfermaba, o sólo se enfermaba de tos, pero ahora la gente ya no es igual. También dentro del mismo marco, se hicieron los comentarios de que la gente de ahora ya no es tan fuerte. Antes, la gente duraba trabajando en el campo todo el día, pero ahora los jóvenes ya no aguantan ese tipo de trabajo. Es una de las razones que los viejos atribuyen a la migración.” **Según Halland, J (1978),**

Los alimentos chatarra..

“Los alimentos considerados chatarra son aquellos que no necesitan preparación adicional antes de ser consumidos, aunque esta característica no define automáticamente, que un alimento sea chatarra. Asimismo, se incluyen en este grupo de alimentos los siguientes:

- a) Productos en cuya elaboración se utiliza mucha grasa y azúcar.
- b) Aquellos que son sometidos a procesos industriales y se venden empacados, y en muchos casos no necesitan refrigeración.
- c) Alimentos que poseen un periodo de caducidad prolongado, precio relativamente barato y su amplia distribución comercial los hace muy accesibles.

Este término es muy conocido y usado, pero es cuestionable su utilización, cuando no se usa correctamente o se emplea en forma selectiva. Por ello se puede plantear que las personas no saben con exactitud que es bueno, malo o regular cuando eligen y consumen sus alimentos.

Consumo de alimentos chatarra en los centros escolares.

En las escuelas, los profesores enseñan que la ingesta de alimentos saludables y una alimentación balanceada son fundamentales para el óptimo desarrollo de los niños y jóvenes, sin embargo, las autoridades educativas, permiten la venta y promoción de alimentos chatarra en las tiendas escolares.

Los padres y maestros pueden reconocer, sin mucha dificultad, que los dulces, las galletas, los cereales azucarados, las donas, las gaseosas y las bebidas con sabores artificiales con agregado de azúcar, se agrupan en la categoría de alimentos chatarra; pero, a menudo, pasan por alto otras comidas de este tipo, que son muy populares entre la niñez y que acostumbran a comer diariamente. Un gran número de estas preparaciones son altas en sodio y muy elevadas en calorías, debido a su contenido de azúcar y grasa, y popularmente conocidos como “comida rápida”, entre estos se pueden nombrar: las papas francesas, los tacos, la pizza, el pollo frito y “snacks” o boquitas como las papas fritas y los nachos” **Según Holland, J (1978),**

“Los productos chatarra más vendidos en las tiendas escolares son las golosinas - dulces y saladas-cuyo único aporte nutritivo es el azúcar (u otros carbohidratos) y

grasa, con un escaso o nulo contenido de proteínas, fibra, vitaminas y minerales, en resumen, son fuente de calorías vacías.

Este tipo de alimentos, con frecuencia, se consumen para satisfacer un antojo, sin embargo, ingerirlos en exceso es un mal hábito que se ha extendido principalmente entre niños, niñas y jóvenes, quienes pueden padecer obesidad, diabetes e incluso anemia (debido a que las golosinas rara vez aportan hierro). Al comer alimentos con calorías vacías, es posible sobrepasar, cada día, el requerimiento total de energía, además de no comer alimentos que contienen nutrientes importantes.

Los cambios de vida en la sociedad repercuten en la familia, en la actualidad, padre y madre trabajan y en el mercado se ofrecen muchos alimentos elaborados y a bajo costo. Esta situación ha influido en la alimentación de los hijos e hijas y, poco a poco, las comidas caseras se han sustituido por productos altos en azúcar, grasa y sodio, que se compran listos para consumir. Aunque estos alimentos logran saciar el hambre, aumentan la posibilidad de padecer obesidad y no asegurar los requerimientos nutricionales diarios.” **Ginzberg (Citado en Garaux, 1987).**

“Muchos padres y muchas madres están conscientes de la necesidad de garantizar una alimentación saludable a sus hijos. Las maestras y los maestros deben reforzar los buenos hábitos alimentarios, sin embargo, en las escuelas son pocas las opciones saludables, como frutas frescas, panes integrales, refrescos o batidos de frutas naturales con o sin agregado de leche descremada, enrollados de tortilla o mini-sándwiches de huevo o atún y vegetales que les permita aprender de manera práctica a seleccionar sus alimentos.

Asimismo, no se debe olvidar que mucha de la comida chatarra tiene, como ingredientes básicos, alimentos que han sido modificados genéticamente, como el maíz, el cual es utilizado en la industria de alimentos para la elaboración de variedades de boquitas o “snacks” y otros productos” **Según Ginzberg (Garaux, 1987),**

“En el caso de la niñez, el problema más importante es el sobrepeso, con la probabilidad de mantenerse como adultos obesos y su salud se deteriore por enfermedades asociadas. El resto de niñas y niños que padecen sobrepeso desarrollan enfermedades tales como diabetes y asma.

Son barrios de comentarios ofensivos, discriminación, y otras manifestaciones de rechazo que favorecen el desarrollo de una autoestima baja.” **Según Holland, J (1978).**

7. METODOLOGÍA DEL DIAGNÓSTICO.

Se puede definir a la Metodología del Diagnóstico como un proceso analítico que permite conocer la situación real de alguna organización en un momento dado para descubrir problemas necesarios. Así mismo es el estudio previo a la investigación de un proyecto el cual consiste en la recopilación ordenamiento y obtención de conclusiones. El cual esta sirve para conocer mejor la realidad identificando fortalezas y debilidades. Permite diseñar estrategias, identificar y decidir acciones a realizar. (Gutiérrez L, Feliciano, 2010.paag.308)

7.2. DISEÑO DEL DIAGNÓSTICO.

7.4. Tipo Descriptivo

El tipo de estudio del presente diagnóstico es descriptivo.

“El diagnóstico educativo es en última instancia, una manera de comprender una determinada realidad o situación social educativa, una lectura e interpretación de sus conexiones y relaciones desde una perspectiva histórica y de las situaciones va y puede ir adaptándose” (I.N.F.E, 2003 p 12)

7.5. POBLACIÓN.

Una población es el conjunto de todas los elementos que concuerdan con una serie de especificaciones, es decir todos los objetos, fenómenos o situaciones que puedan ser agrupadas sobre las base de una o más características comunes (Irina Barrios 1991 Pág. 86)

Población de estudio

SUJETOS	CANTIDAD
Padres y madres de familia	700
Estudiantes	400
TOTAL	1100

Una vez que se haya definido cuál será la unidad de análisis se procede a delimitar la población que va ser estudiada y sobre la cual se pretende generalizarlos resultados “con un conjunto de personas que habitan la tierra o cualquier división geográfica. (Universal inteligente Pág., 322)

La población que se trabajara en el diagnóstico son: con 1.100 personas Director, Padres de familia y estudiantes de la unidad educativa Virgen de Copacabana de la zona de senkata.de la ciudad de El Alto.

8. MUESTRA.

“En las actividades de investigación y diagnóstico es muy útil el empleo de muestras. El análisis de una muestra permite inferir con las conclusiones susceptibles de generalización a la población de estudio con cierto grado de certeza” (Holguín pág. 356)

Una muestra puede ser de dos tipos no probabilística y probabilística. En la **muestra no probabilística** es la selección de unidades de análisis que dependen de las características de criterios personales etc. Este tipo de muestra adolece de fundamentación probabilística es decir no se tiene la regularidad de que integre a la población total. (Hernández Collendo pag: 678)

Por la cantidad de sujetos se utilizó un muestreo mixto ya que comprendieron de distintas sujetos de la comunidad educativa.

Muestra probabilístico.

$$n = \frac{Z^2 \cdot P \cdot Q \cdot N}{E^2 \cdot (N - 1) + Z^2 \cdot P \cdot Q}$$

	MUESTRA	Padres de familia	
SIGNOS	SIGNIFICADO	VALORES NOMINALES	VALORES ABS
n	MUESTRA	60	
N	POBLACION	700	700
Z	NIVEL DE CONFIANZA	90	1.6
e	ERROR DE ESTIMACION	10	0.1
P	PROBABLIDAD A FAVOR	50	0.5
Q	PROBABILIDAD EN CONTRA	50	0.5

En el caso de los estudiantes se ha tomado una muestra no probabilística que responde a criterios de selección:

Estar en el nivel secundario

Estar en el nivel primario

Ser de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana

Tener edades comprendidas entre 8 a 12 años de edad

SUJETOS	CANTIDAD
Nivel primario	60
Nivel secundario	20
TOTAL muestra	80

Muestra de sujetos.

Se tiene una muestra de 60 padres de familia y 80 estudiantes que pertenecen a la unidad Educativa mencionada; también se ha realizará entrevista al director de este centro educativo siendo un total del 141 sujetos a los que se aplicará los instrumentos diseñados.

9. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN.

9.1. TÉCNICAS

“Son los recursos, las habilidades, destrezas, mecanismos, medios que el ser humano emplea para hacer algo con mayor eficacia (Gutiérrez I. pág. 454)

9.4. ENTREVISTA.

En la entrevista que se realizó fue al director de la unidad educativa virgen de Copacabana a quien es el Lic. Fausto Apala Flores. Con el propósito de que nos brinde una información sobre los malos hábitos de consumo de comida chatarra. Para ello también se utilizara algunos conceptos de entrevista.

La entrevista al igual que el cuestionario, concluye un medio de recopilación de datos e información mediante preguntas a las que se debe responder el interrogado el cual radica el investigador con el interrogado el cual se encuentran personalmente.(Irina Barrios 1994 pag.94)

También la entrevista es la forma de comunicación mediante el intercambio de palabras en la cual el investigador trata de obtener información a la forma de expresión de determinados conocimientos o valoración de un tema.

(Irina Barrios 1994 pag.94).

9.5. CUESTIONARIO.

En el cuestionario realizado se trabajó con estudiantes y padres de familia de la unidad educativa virgen de Copacabana y así también con la zona de senkata ya que se recorrió encuestando a cada uno de los padres de familia.

Un cuestionario es un instrumento elaborado con un fin de obtener respuestas a las determinadas preguntas para ello se utiliza un formulario o planilla que el cuestionado llena por sí mismo. Su contenido está compuesto por un grupo de personas seleccionadas y dirigidas a explorar y conseguir la opinión del sujeto interrogado sobre un asunto. (Irima Barrios 1994 pag.90).

Es un instrumento constituyendo por un conjunto de preguntas articuladas que han de contestar cada alumno sin ayuda: constituyen un tipo de preguntas aptas para captar intereses y actitudes, sentimientos y creatividad. (Gutiérrez I. pag. 105)

9.6. FODA.

Es un análisis de las características propias de la organización es decir observar cuales son las fortalezas y oportunidades en el mercado por ejemplo la disponibilidad de recursos económicos personal, de calidad del producto, entre oportunidades en referencia a la situación actual en base a la competencia y del ámbito político y social .El análisis F.O.D.A. es una herramienta para una buena administración conociendo sus fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas. (Hernández Collendo pag: 678)

10. PROCEDIMIENTOS O FASES.

FASE DE INICIO 1 PLANIFICACIÓN.

Para realizar el diagnóstico primeramente se fue a dos lugares con unas cartas dirigidas como a la dirección distrital Lic. Gerardo Bueno Quispe y al director Lic. Fausto Apala Flores de la unidad educativa Virgen de Copacabana.

El cual con el permiso de los dos lugares se procedió con el diagnóstico.

En esta primera fase de organización de las actividades iniciales para obtener información necesaria de objeto de estudio.

_ Se realizó un diagnóstico sobre los problemas educativos de la unidad educativa Virgen de Copacabana.

_ Definición de las técnicas e instrumentos a utilizar y a quienes aplicar en la ejecución de el diagnóstico

_ Redacción del informe final de la investigación del diagnóstico

FASE 2: ELABORACIÓN

Se pone en desarrollo lo que en la planificación se determinó:

_ Elaboración del instrumento del diagnóstico

_ Elaboración de cronograma de actividades

-Envío de solicitudes de permiso para los directores.

FASE 3: EJECUCIÓN.

CRONOGRAMA DEL DIAGNÓSTICO.

FECHAS	ACTIVIDADES	CRONOGRAMA							
		M	M	J	V	L	M	M	
		07	08	09	10	13	14	15	
27/03/17	Elaboración del plan del diagnóstico								
28/03/17	Elaboración del instrumento de aplicación piloto								
20, 21 y 24 /04/05/17	Aplicación de los instrumentos a los sujetos								
05/05/17	Análisis de datos								
11/05/17	Presentación de resultados								
12/04/17	Muestra probabilística								

En esta fase se realizan los diagnósticos para detectar y validar el problema.

➡ Aplicación de los instrumentos a padres de familia de la unidad educativa y del distrito:

➡ Aplicación de instrumentos a los informantes claves de la unidad educativa Virgen de Copacabana:

FASE 4: ANALISIS Y SISTEMATISACIÓN DE EXPERIENCIAS

En esta fase ya se tiene los datos obtenidos ya sea de manera cuantitativa y cualitativa, donde se organiza y se clasifica para tener una información obteniendo resultados reales sobre la adicción de comida chatarra:

➡ Tabulación y sistematización de datos obtenidos en la realización del diagnóstico

➡ Análisis e interpretación de los datos obtenidos mediante el diagnóstico.

11. RESULTADOS.

Análisis de resultados finales de los cuestionarios realizados a los padres de familia y estudiantes de la unidad educativa Virgen de Copacabana.

En los resultados finales se puede observar según las encuestas realizadas que existe un nivel alto de consumo de comida chatarra:

El presente trabajo con relación al objetivo general del proyecto, se determinó los grados de consumo de la comida chatarra y su consecuencia en la adicción en los estudiantes de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana del distrito 8 de la zona de Senkata, donde la comunidad educativa debe poner mayor énfasis al respecto de ir contra la comida chatarra.

Según el primer objetivo específico se describió de manera sistemática las encuestas sobre la alimentación de los padres y madres de familia y así como a los estudiantes de la institución, ya que se presentó una gran cantidad y significativa respuesta del consumo de alimentos que no son nada nutritivos.

Además de esto se llegó a concluir que la población del proyecto tiene una decadencia en obtener una enfermedad que es la más común denominado "obesidad", por eso se debe mejorar los hábitos de una buena calidad alimenticia y nutritiva.

Por lo cual los estudiantes de la Unidad Educativa consumen alimentos transgénicos, comidas chatarras por lo que manifiestan el alto grado de consumo como se formuló en el segundo objetivo específico que fue, "Identificar el grado de adicción que tienen los estudiantes con respecto a la comida chatarra"; todo esto se realizó para tomar en cuenta los valores socio comunitarios como: la reciprocidad, complementariedad y la convivencia armónica con la madre tierra para el "vivir bien".

Además se llegó a tomar en cuenta los hábitos alimenticios que practican los estudiantes principalmente y sus padres de familia son en mayor grado los alimentos chatarra o comida rápida que la comida sana y nutritiva para mejorar la calidad de vida.

Los niños de la Unidad Educativa son atentados por los vendedores dentro y fuera de la institución educativa ya sea al inicio, durante y después de la actividad escolar.

CONCLUSIÓN.

En conclusión se puede mencionar que el diagnóstico fue de gran ayuda para poder conocer los problemas educativos que requieren ser atendidos en la unidad educativa Virgen de Copacabana de la ciudad de El Alto de la zona de Senkata del distrito 8. A la vez se hizo una entrevista al director de la unidad educativa a fin de recabar más información sobre este problema de la adicción de la comida chatarra.

Así mismo se logró con el cuestionario a los estudiantes de 4to A y B ; 3ro A y 1ro A. para así lograr el objetivo planteado

De acuerdo a la entrevista y los cuestionarios realizados tanto a los estudiantes como a los padres de familia se puede ver que existe un gran consumo de comida chatarra en la unidad educativa Virgen de Copacabana.

Por lo cual se logró con el objetivo planteado de observar y detectar el alto nivel de consumo de comida chatarra.

RECOMENDACION

Para la realización o ejecución de los posteriores diagnósticos se recomienda:

Lo que se recomienda es tener mayor conocimiento del lugar donde se va a trabajar y así mismo portar con un tablero de apuntes y tener todos los materiales adecuados para dicho diagnóstico.

Por otra parte tener un buen dominio sobre el tema que se va a trabajar

- _ Tener una planificación con más tiempo para no tropezar con dificultades.
- _ Tener una mejor organización y coordinación con las autoridades del lugar de donde se va a trabajar.
- _ Elaborarse un cronograma de actividades para guiarse en el proceso de la ejecución
- _ Tener una buena puntualidad y seriedad en el trabajo que se realizara:
- _ Conocer el tema con mayor dominio para un mejor trabajo.
- _ Tener siempre los materiales previstos y necesarios para posteriores diagnósticos para evitar toda dificultad que se presente en la ejecución
- _ Llevar una vestimenta adecuada y formal para una mejor seriedad en el trabajo:

BIBLIOGRAFIA

ANDER-EGG Ezequiel (1993). Técnicas de investigación social, (24 ediciones-Buenos aires: Lumen.

GUTIERREZ, Feliciano. (2010), Diccionario Pedagógico; (4ta edición), La Paz Grafica Gonzáles.

ERIKSON. E. (1968). Identidad y juventud y crisis en Buenos Aires: E editorial Paidós.

PALEARI, F.G, REGALIA.C Y FINCHAM, F (2003).adolescents willensg

Toforgi vetheir parents ant empirical.

HERNANDEZ COLLEDO guía de conocimientos.

Diccionario Universal Inteligente, nueva edición ,2005

Irina barrios 1994 modulo guía, Diseño de la investigación en educación.

Samuel H. investigación del diagnóstico pág. 79

Sellits Investigación Metodológica 1980.

Www. monografías..com.bo.

ANEXOS

ANÁLISIS DE RESULTADOS

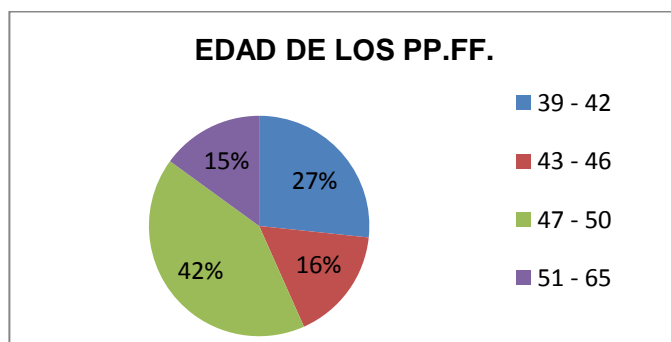
4.1. CUESTIONARIO A LOS PADRES Y MADRES DE FAMILIA

Los siguientes resultados fueron obtenidos a través de la aplicación del instrumento “Guía del Cuestionario” a **60 padres y madres de familia** de la U.E. Virgen de Copacabana del distrito 8 de la zona de Senkata. En los siguientes cuadros y gráficos se denota los datos referenciales sobre los padres y madres de familia de la Unidad Educativa ya mencionada.

Cuadro Nº 1

Edad en años	fi	pi%
39 – 42	16	27%
43 – 46	10	17%
47 – 50	25	42%
51 – 65	9	15%
TOTAL	60	100%

Gráfico Nº 1



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Como podemos ver en el cuadro y gráfico correspondiente, el 42% tiene una edad entre 47 a 50 años; el 27% de los padres y madres de familia tienen de 39 a 42 años, el 16% tienen una edad entre 43 a 46 años y por último el 15% tiene una edad de 51 a 65 años.

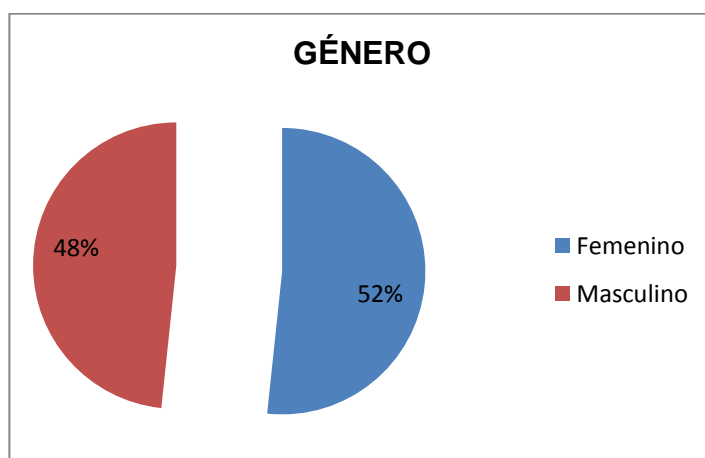
ANÁLISIS

A modo de análisis se puede verificar que el gráfico denota que en la Unidad Educativa hay una mayoría de padres y madres de familia con una edad entre 47 a 50 años, probablemente a que el contexto de la zona de Senkata está compuesto por esa edad promedio.

Cuadro N° 2

Género	fi	pi%
Femenino	31	52%
Masculino	29	48%
TOTAL	60	100%

Gráfico N° 2



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Como se puede observar en el gráfico de arriba, los padres y madres de familia de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana del distrito 8; del total de 60 padres y madres de familia encuestados, denotan un 48% que son de género masculino y el 52% son del género femenino.

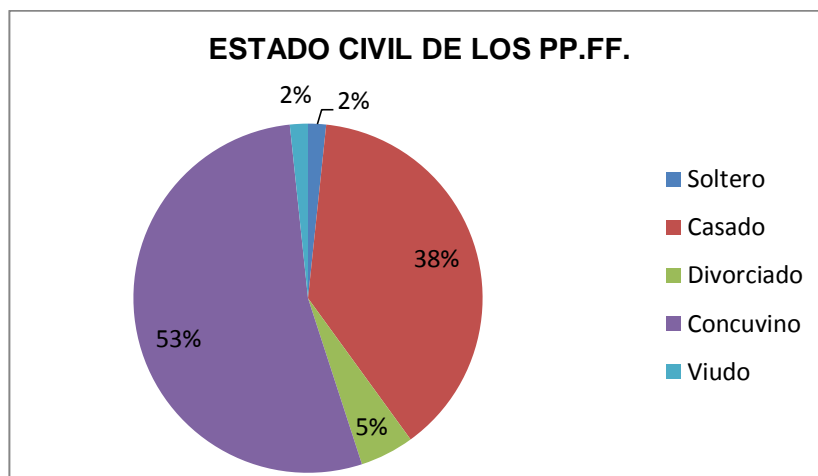
ANÁLISIS

La cantidad de varones que el de las mujeres están en una proporción de 48% A 52%, que es muy cercana casi igual en cantidad poblacional.

Cuadro N° 3

Estado Civil	fi	pi%
Soltero	1	2%
Casado	23	38%
Divorciado	3	5%
Concubino	32	53%
Viudo	1	2%
TOTAL	60	100%

Gráfico N° 3



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Como se puede ver en el gráfico de arriba el 53% del total de padres y madres de familia, indicaron que son concubinos; el 38% son casados; el 5% son divorciados; el 2% son solteros aun y por último el 2% son viudos.

ANÁLISIS

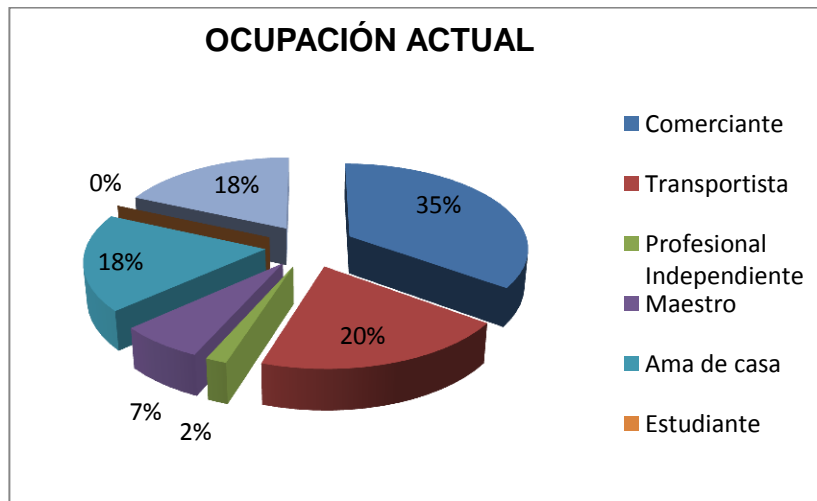
Se puede apreciar en el cuadro correspondiente a la gráfica de arriba, que 32 sujetos (entre padres y madres de familia) conviven y no son casados esta mayoría indica que

en la zona posiblemente hay más concubinatos que casados, y entre otros estados civiles.

Cuadro N° 4

Ocupación Actual	fi	pi%
Comerciante	21	35%
Transportista	12	20%
Profesional Independiente	1	2%
Maestro	4	7%
Ama de casa	11	18%
Estudiante	0	0%
Otros	11	18%
TOTAL	60	100%

Gráfico N° 4



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

El gráfico denota que existen en proporción del 35% se dedican a ser comerciantes, el 20% son transportistas, el 18% son amas de casa, pero el otro 18% son de otras

ocupaciones, el 7% son maestros y finalmente el 2% son profesionales independientes; de los 60 padres y madres de familia de la Unidad Educativa.

ANÁLISIS

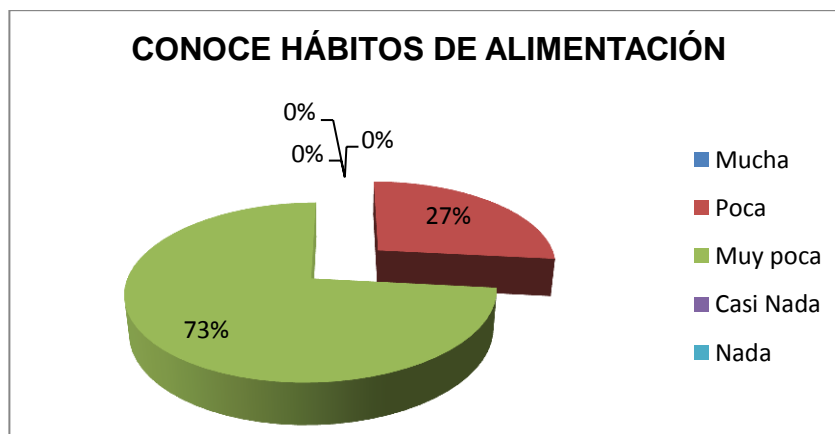
Analizando vemos que la mayoría de los padres y madres de familia de la zona se dedican a ser comerciantes ambulantes vendiendo productos del día, y que también hay transportistas como ser: mini buseros, micreros, taxistas entre otros.

Preguntas sobre los **hábitos alimenticios** que tienen los padres y madres de familia.

Cuadro N° 5

1. ¿Usted como padre de familia conoce los hábitos de alimentación?	fi	pi%
Mucha	0	0%
Poca	16	27%
Muy poca	44	73%
Casi Nada	0	0%
Nada	0	0%
TOTAL	60	100%

Gráfico N° 5



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Se puede observar en el gráfico que el 73% de los padres y madres de familia respondieron que tiene muy poca información y conocimiento sobre los hábitos alimenticios, el 27% indicaron que tiene poco conocimiento sobre la forma de alimentarse saludablemente.

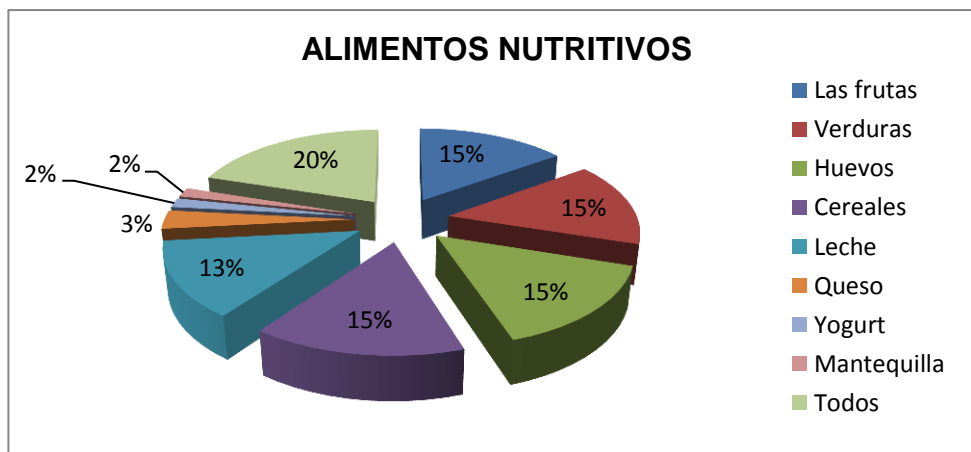
ANÁLISIS

Desde el punto de vista crítico, analítico y reflexivo, los hábitos alimenticios son muy importantes para la buena salud de nuestros hijos e hijas.

Cuadro N° 6

2. ¿Cuáles son los alimentos nutritivos para nuestra salud marque los más importantes?	fi	pi%
Las frutas	9	15%
Verduras	9	15%
Huevos	9	15%
Cereales	9	15%
Leche	8	13%
Queso	2	3%
Yogurt	1	2%
Mantequilla	1	2%
Todos	12	20%
TOTAL	60	100%

Gráfico N° 6



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

El total de padres y madres de familia encuestados, respondieron que la mayoría de ellos consumen alimentos nutritivos como ser: frutas, verduras, huevos y cereales en un 15% pero además existe un 20% que indica consumir todo, el 13% toma leche, un 3% queso y finalmente el 2% entre yogurt y mantequilla.

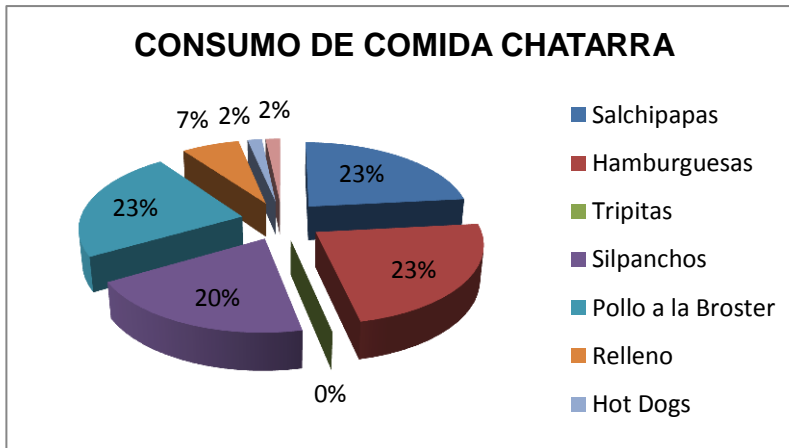
ANÁLISIS

El consumo de alimentos nutritivos ayuda a fortalecer al desarrollo del ser humano en todos los parámetros como ser: biológico, psicológico, etc.

Cuadro N° 7

3. ¿Usted qué tipo de comida chatarra consume?	fi	pi%
Salchipapas	14	23%
Hamburguesas	14	23%
Tripitas	0	0%
Silpanchos	12	20%
Pollo a la Broster	14	23%
Relleno	4	7%
Hot Dogs	1	2%
Anticuchos	1	2%
TOTAL	60	100%

Gráfico N° 7



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

A pesar que los padres y madres de familia consumen alimentos nutritivos, también consumen comida chatarra, el grafico muestra que el 23% consumen entre salchipapa, hamburguesa, pollo broster; así mismo el 20% consume silpanchos un 7% rellenos, un 2% hot dogs y anticuchos.

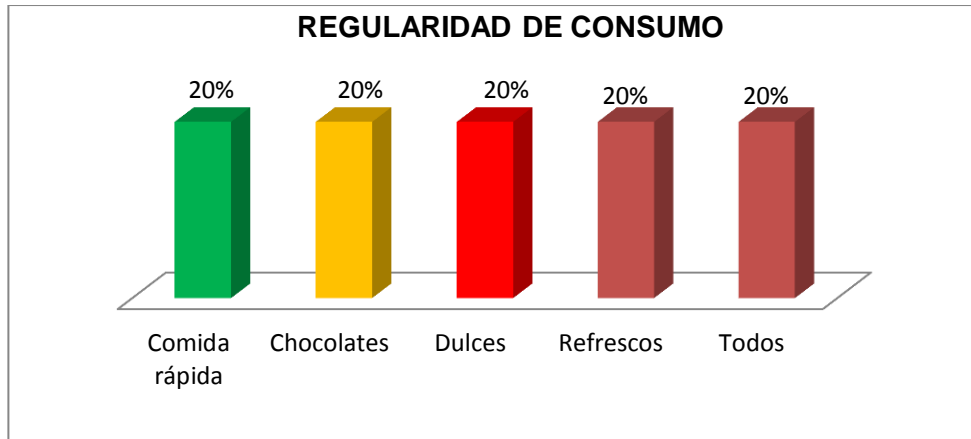
ANÁLISIS

Los PP.FF. de la Unidad Educativa están perdiendo los hábitos de la buena alimentación porque el contexto social incide de manera significativa al consumo de comidas chatarra.

Cuadro Nº 8

4. ¿Qué consume con mayor regularidad?	fi	pi%
Comida rápida	12	20%
Chocolates	12	20%
Dulces	12	20%
Refrescos	12	20%
Todos	12	20%
TOTAL	60	100%

Gráfico N° 8



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

En la encuesta aplicada (cuestionario), vemos en el gráfico de arriba que los padres y madres de familia de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana consumen con regularidad las comidas chatarras en un 20%, asumiendo que la mayoría come: comida rápida, chocolates, dulces, refrescos entre otros.

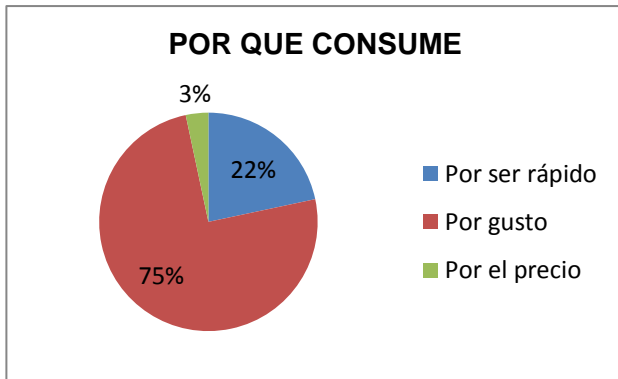
ANÁLISIS

En efecto, el consumo con mayor regularidad de comidas chatarras se identifica en las familias de la zona de Senkata, donde los padres y madres de familia no cuidan su salud por que probablemente no hay un proyecto o programa que se aplique en el Distrito 8 de la ciudad de El Alto.

Cuadro N° 9

5. ¿Por qué lo consume?	fi	pi%
Por ser rápido	13	22%
Por gusto	45	75%
Por el precio	2	3%
TOTAL	60	100%

Gráfico N° 9



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Del total de 60 padres y madres de familia, el 75% de ellos consume porque les da gusto, un 22% menciona y justifica por ser rápido y finalmente el 3% indicó que la razón es por el precio de la comida.

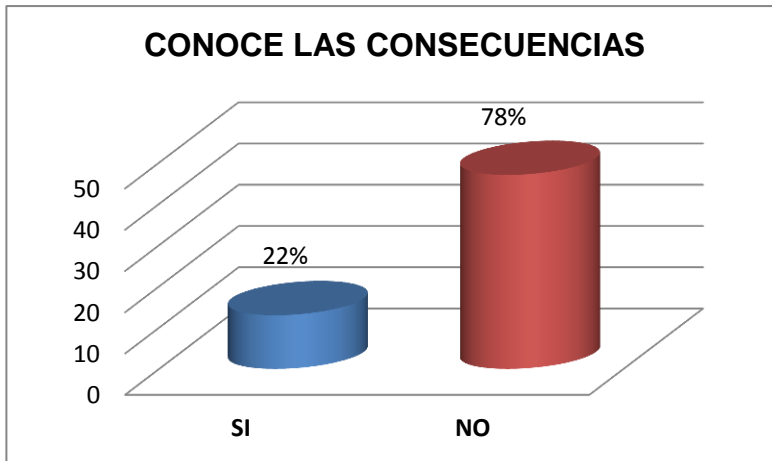
ANÁLISIS

En efecto, de esta manera los padres y madres de familia de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana están atentando contra la salud de sus hijos e hijas llevándolos así a una adicción a la comida chatarra, y por consiguiente obtener enfermedades que no tiene cura rápida como por ejemplo: la diabetes como factor de muerte.

Cuadro N° 10

6. ¿Sabías que estas comidas perjudican a la salud y a la ves contraen enfermedades?	fi	pi%
SI	13	22%
NO	47	78%
TOTAL	60	100%

Gráfico N° 10



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Como se puede observar el 78% de los padres y madres de familia indicaron y respondieron que no tiene conocimiento ni sabían que estas comidas perjudican a la salud; pero existe un 22% que si tiene conocimiento y sabe sobre las comidas chatarras y su consecuencia.

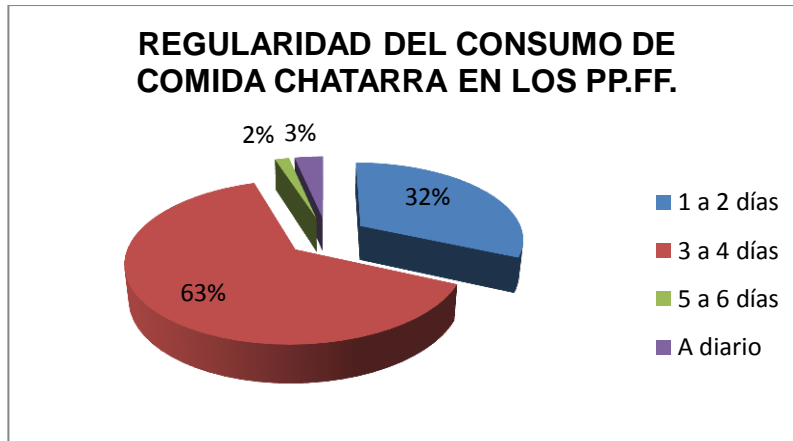
ANÁLISIS

De manera resumida se puede llegar a concluir que los padres y madres de familia de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana están atentando contra la salud de los estudiantes (hijos e hijas). Por esta razón es que tanto como padres e hijos en la mayoría no saben el mal que hace estas comida.

Cuadro N° 11

7. ¿Con que regularidad consumes la comida chatarra a la semana?	fi	pi%
1 a 2 días	19	32%
3 a 4 días	38	63%
5 a 6 días	1	2%
A diario	2	3%
TOTAL	60	100%

Gráfico N° 11



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Se puede ver en el gráfico correspondiente al cuadro de arriba que de un total de 60 padres y madres de familia encuestados, el 63% respondió que consume de 3 a 4 días, el 32% mencionó que consume de 1 a 2 días, el 3% indica a diario el consumo y finalmente el 2% menciona que consumen de 5 a 6 días.

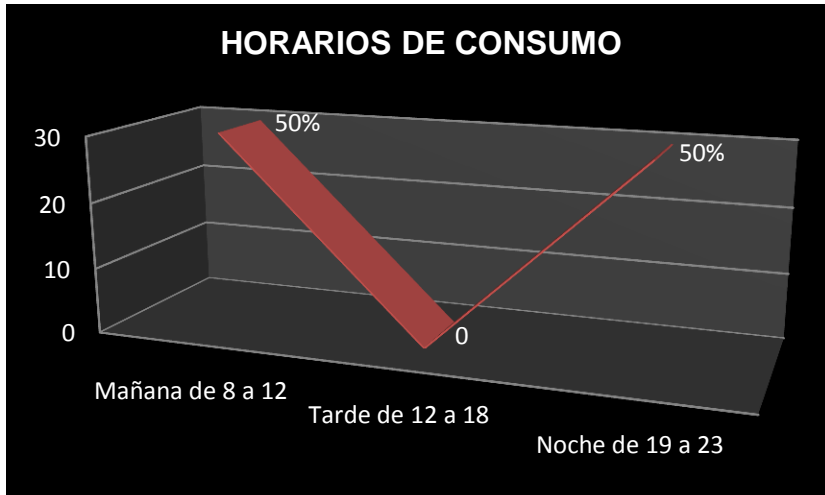
ANÁLISIS

Los padres y madres de familia de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana consumen regularmente y casi a diario, por lo cual es necesario realizar actividades de concientización sobre los alimentos peligrosos que hay en la zona

Cuadro N° 12

8. ¿En qué horarios consume la comida chatarra?	fi	pi%
Mañana de 8 a 12	30	50%
Tarde de 12 a 18	0	0%
Noche de 19 a 23	30	50%
TOTAL	60	100%

Gráfico N° 12



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Como podemos apreciar el gráfico de arriba nos indica que el 50% consume en el horario de 8 a 12 por la mañana la comida chatarra, el otro 50% menciona que también se consume por la noche y un 0% no respondieron por la tarde.

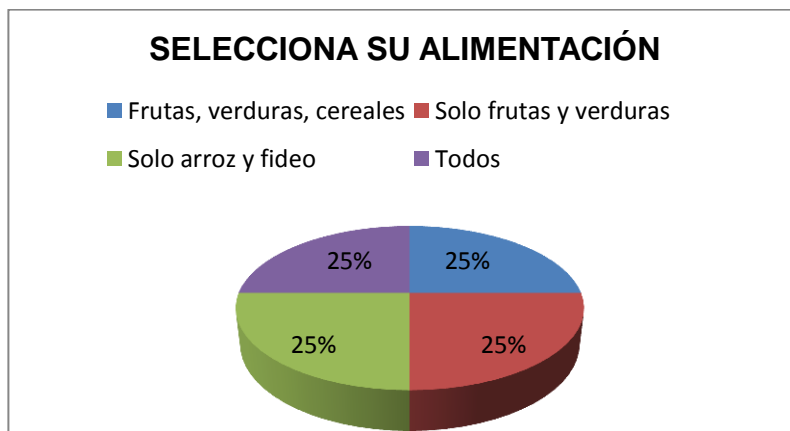
ANÁLISIS

Efectivamente, los padres y madres de familia de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana consumen por las mañanas y por las noches cada día y es que ellos no están informados sobre el malestar que están haciendo a sus hijos e hijas ni miden las consecuencias en su salud.

Cuadro Nº 13

9. ¿Usted selecciona los alimentos para su alimentación?	fi	pi%
Frutas, verduras, cereales	15	25%
Solo frutas y verduras	15	25%
Solo arroz y fideo	15	25%
Todos	15	25%
TOTAL	60	100%

Gráfico N° 13



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Como podemos apreciar el gráfico de arriba nos indica que la mayoría de los padres y madres de familia en un 25% seleccionan entre las frutas, verduras y cereales además existe un 25% que selecciona solo frutas y verduras, pero hay un 25% que indica solo arroz y fideo y todos un 25% del total de los encuestados.

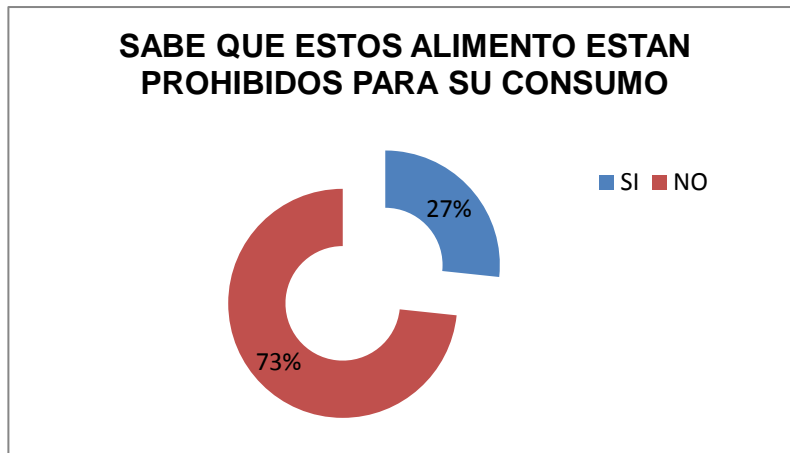
ANÁLISIS

Efectivamente, los padres y madres de familia de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana de todo un poco desde frutas hasta fideos porque eso es lo que se tiene en la zona de Senkata, y recordar que los estudiantes están atentados por estas comidas que algunas son nutritivas y otras chatarras.

Cuadro N° 14

10. ¿Sabías que estos alimentos están prohibidos para su consumo?	fi	pi%
SI	16	27%
NO	44	73%
TOTAL	60	100%

Gráfico N° 14



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Evidentemente, como podemos observar en el gráfico de arriba nos indica que el 73% de los padres y madres de familia de la Unidad Educativa, no sabían la prohibición del consumo de la comidas chatarra; pero existe una pequeña parte de un 27% que indican que si tiene conocimiento y saben sobre la prohibición de estas comidas.

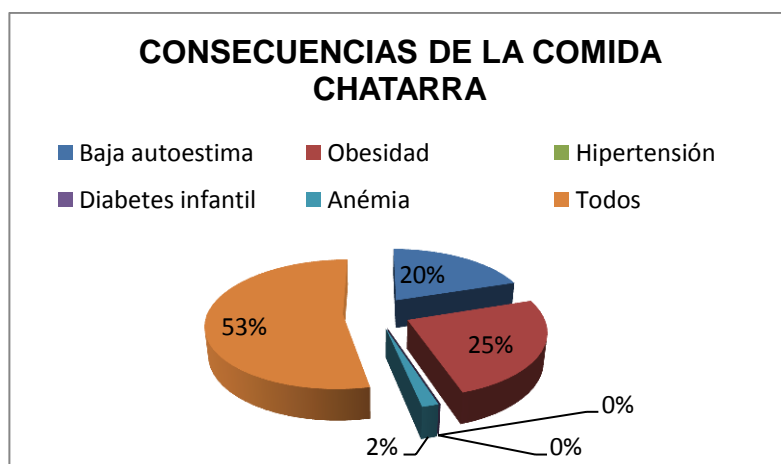
ANÁLISIS

Efectivamente, los padres y madres de familia de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana en su mayoría no están informados sobre las consecuencias y prohibiciones de la comida chatarra, posiblemente por falta de información y comunicación.

Cuadro N° 15

11. ¿Usted conoce qué consecuencias puede causar en los niños el consumo de comida chatarra?	fi	pi%
Baja autoestima	12	20%
Obesidad	15	25%
Hipertensión	0	0%
Diabetes infantil	0	0%
Anemia	1	2%
Todos	32	53%
TOTAL	60	100%

Gráfico N° 15



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Evidentemente, como podemos observar en el gráfico el 53% de los padres y madres de familia de la Unidad Educativa, indican que genera varias enfermedades en los niños, un 25% indica que genera la obesidad, el 20% respondió que genera baja autoestima y finalmente un 2% dijo anemia.

ANÁLISIS

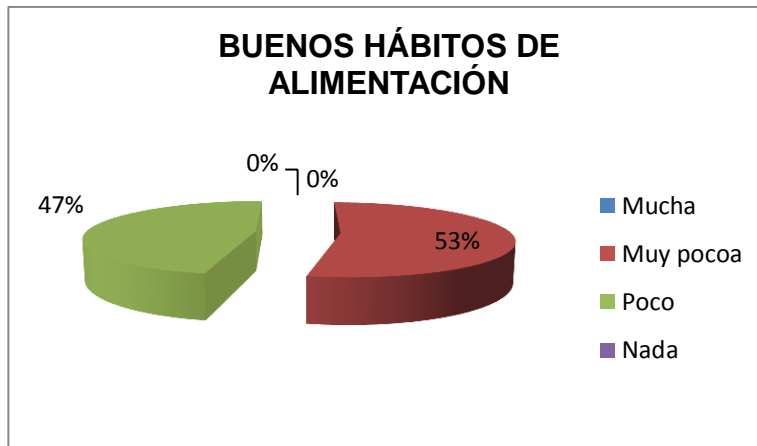
Efectivamente, los padres y madres de familia, requieren mayor información sobre las enfermedades que generan las comidas chatarras, posiblemente por falta de talleres de comunicación en la Unidad Educativa.

Cuadro N° 16

12. ¿Usted considera que tiene los buenos hábitos de alimentación?	fi	pi%
Mucha	0	0%
Muy poca	32	53%
Poco	28	47%
Nada	0	0%

TOTAL	60	100%
-------	----	------

Gráfico N° 16



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Evidentemente, como podemos observar en el gráfico de arriba nos indica que el 53% de los padres y madres de familia de la Unidad Educativa, consideran que tiene muy poco hábito de alimentación, el 47% tiene poco hábito para su dieta balanceada.

ANÁLISIS

Entonces, los padres y madres de familia requieren de un proyecto para fortalecer los buenos hábitos de alimentación sana en la Unidad Educativa Virgen de Copacabana y así corregir los errores que hasta ahora siguen haciendo en maltratar su cuerpo humanos y la de sus hijos e hijas.

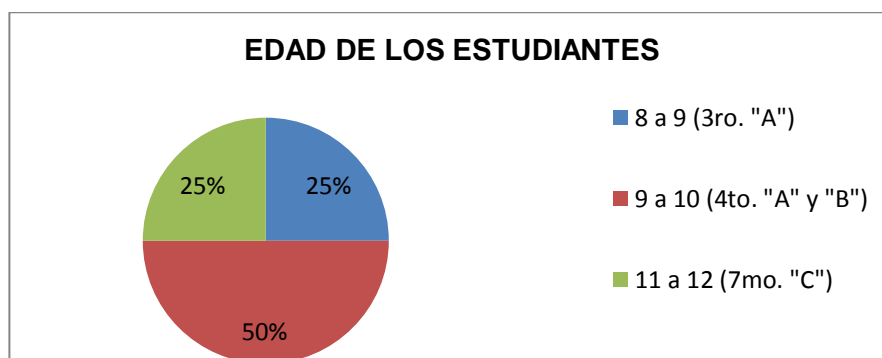
4.2. CUESTIONARIO A LOS ESTUDIANTES

Los siguientes resultados fueron obtenidos a través de la aplicación del instrumento "Guía del Cuestionario" a **80 estudiantes regulares inscritos** de la U.E. Virgen de Copacabana del distrito 8 de la zona de Senkata.

Cuadro N° 17

Edad (años)	fi	pi%
8 a 9 (3ro. "A")	20	25%
9 a 10 (4to. "A" y "B")	40	50%
11 a 12 (1ro. "A")	20	25%
TOTAL	80	100%

Gráfico N° 17



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Como podemos ver en el cuadro y gráfico correspondiente, el 50% tiene una edad entre 9 a 10 años; el 25% de los estudiantes tienen una edad de 8 a 9 años, y similarmente el 25% tienen una edad entre 11 a 12 años de edad.

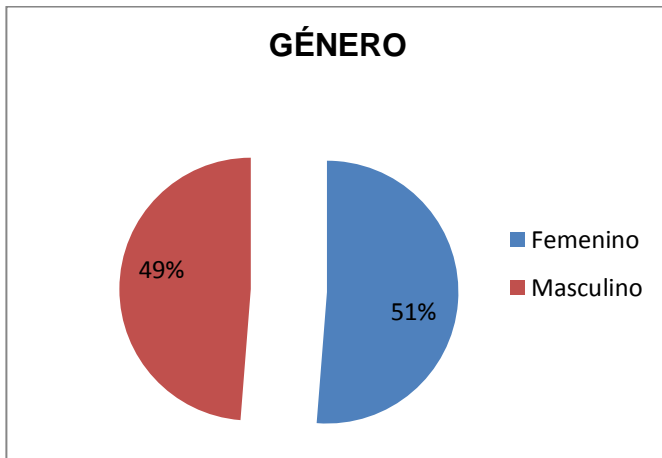
ANÁLISIS

Efectivamente, la encuesta realizada y aplicada fue a los estudiantes del tercer grado, de cuarto grado y 7mo. Grado escolar en la Unidad Educativa Virgen de Copacabana que se ubica en la zona de Senkata del distrito 8 de la ciudad de El Alto.

Cuadro N° 18

Género	fi	pi%
Femenino	41	51%
Masculino	39	49%
TOTAL	80	100%

Gráfico N° 18



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Como se puede observar en el gráfico de arriba, los estudiantes encuestados de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana del distrito 8; del total de 80 estudiantes de los diferentes niveles o grados de escolaridad el 51% son de género femenino y el 49% son de género masculino.

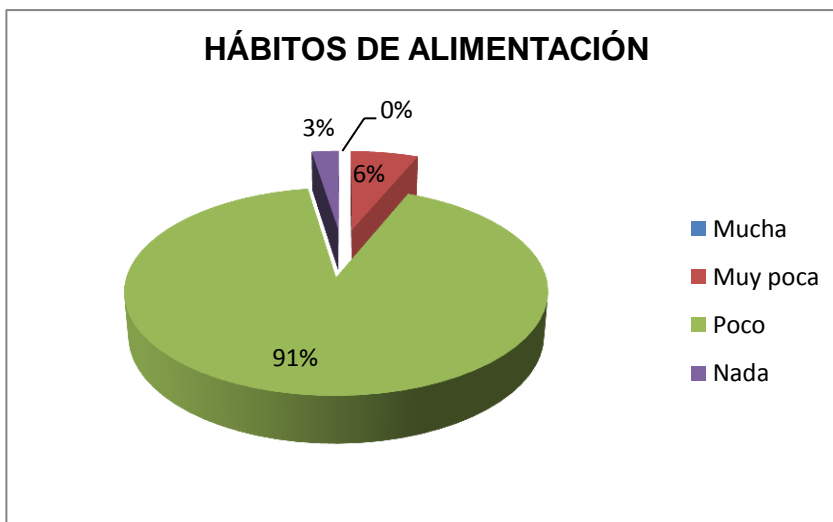
ANÁLISIS

En efecto, la Unidad Educativa en su mayoría de inscritos pertenecen al género femenino; es decir, hay más mujeres que varones en institución ya que la zona tiene una gran cantidad de mujeres.

Cuadro N° 19

1. ¿Usted considera que tiene los buenos hábitos de alimentación?	fi	pi%
Mucha	0	0%
Muy poca	5	6%
Poco	73	91%
Nada	2	3%
TOTAL	80	100%

Gráfico N° 19



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Como se puede observar en el gráfico de arriba el 91% de los estudiantes respondieron que tienen poco hábito de alimentación, pero existe un 6% que tiene muy poco hábito alimenticio, un 3% respondieron que no tiene nada de hábitos y finalmente un 0% de “mucho” hábito.

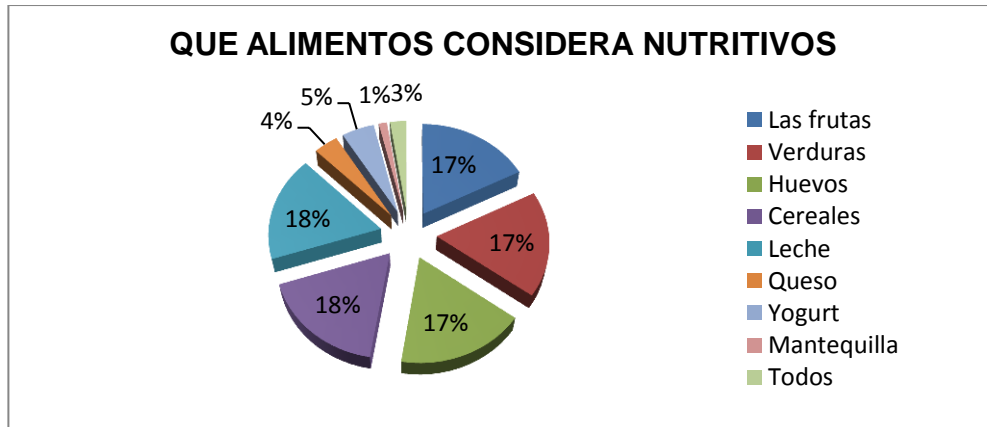
ANÁLISIS

Entonces, desde el punto de vista crítico, analítico y reflexivo, los hábitos alimenticios en los estudiantes son muy bajos, ya que no tiene buenos hábitos de alimentación en la Unidad Educativa.

Cuadro N° 20

2. ¿Conoces que alimentos son nutritivos para nuestra salud?	fi	pi%
Las frutas	14	18%
Verduras	14	18%
Huevos	14	18%
Cereales	14	18%
Leche	14	18%
Queso	3	4%
Yogurt	4	5%
Mantequilla	1	1%
Todos	2	3%
TOTAL	80	100%

Gráfico N° 20



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

El total de estudiantes encuestados, respondieron un 18% y que la mayoría de ellos consideran que son alimentos nutritivos como ser: frutas, verduras, huevos y leche; un 5% dice que es el yogurt, un 4% indica que es el queso, un 3% dice que son todos los mencionados y finalmente el 1% dice que es la mantequilla.

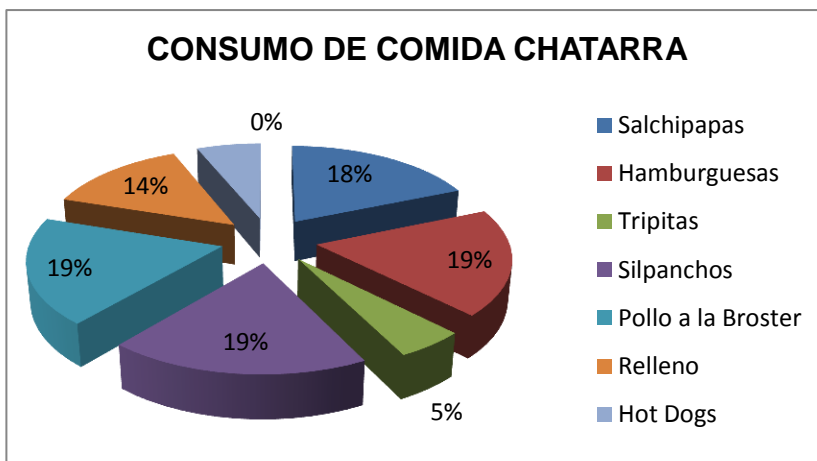
ANÁLISIS

Los estudiantes saben cuáles son los alimentos nutritivos para su salud, posiblemente por el buen aprendizaje de sus cursos en la Unidad Educativa.

Cuadro N° 21

3. ¿Usted qué tipo de comida chatarra consume?	fi	pi%
Salchipapas	15	19%
Hamburguesas	15	19%
Tripitas	4	5%
Silpanchos	15	19%
Pollo a la Broster	15	19%
Relleno	11	14%
Hot Dogs	5	6%
Anticuchos	0	0%
TOTAL	80	100%

Gráfico N° 21



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Efectivamente en el gráfico y cuadro de arriba indica que los estudiante consumen comida chatarra que 19% consumen entre: salchipapa, hamburguesa, pollo broster y silpanchos; así mismo el 5% consume tripitas un 14% rellenos, un 6% hot dogs.

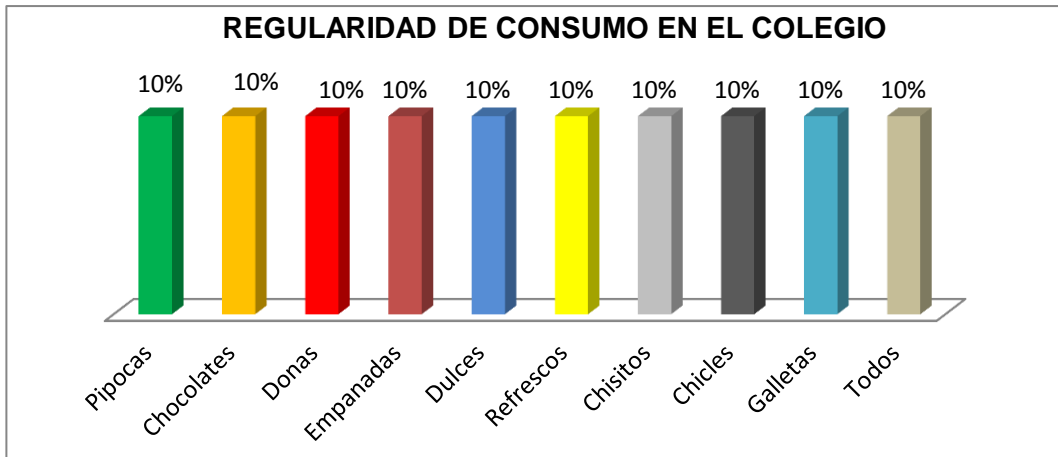
ANÁLISIS

Los estudiantes de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana tienen bajos hábitos de la buena alimentación porque el contexto social incide de manera significativa al consumo de comidas chatarra.

Cuadro N° 22

4. ¿Qué consume con mayor regularidad en el colegio?	fi	pi%
Pi pocas	8	10%
Chocolates	8	10%
Donas	8	10%
Empanadas	8	10%
Dulces	8	10%
Refrescos	8	10%
Chisitos	8	10%
Chicles	8	10%
Galletas	8	10%
Todos	8	10%
TOTAL	80	100%

Gráfico N° 22



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

En la encuesta aplicada (cuestionario), vemos en el gráfico de arriba que los estudiantes de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana consumen con regularidad las comidas chatarras en un 100%, como: pi pocas, chocolates, dulces, empanadas, refrescos, chisitos, chicles, galletas entre otros.

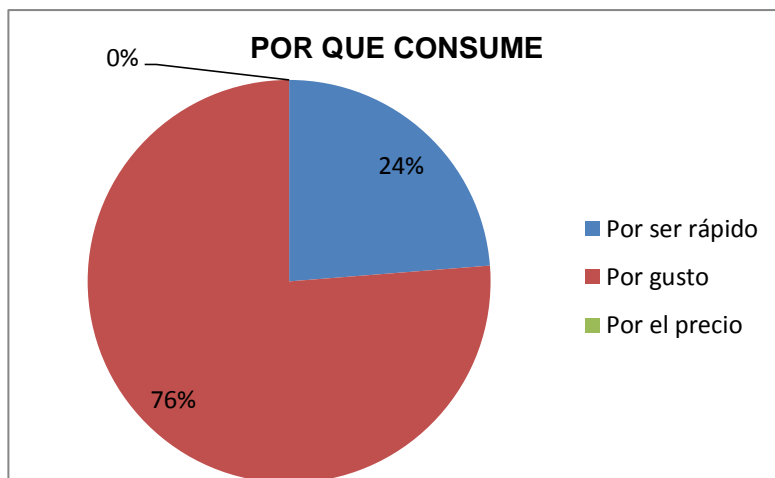
ANÁLISIS

En efecto, el consumo de comida chatarra es muy alto y con mayor regularidad de los estudiantes de la zona de Senkata, porque no hay prevención a su salud.

Cuadro N° 23

5. ¿Por qué lo consume?	fi	pi%
Por ser rápido	19	24%
Por gusto	61	76%
Por el precio	0	0%
TOTAL	80	100%

Gráfico N° 23



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Del total de 80 estudiantes de diferentes niveles, el 76% de ellos consume porque les da gusto, un 24% menciona y justifica por ser rápido y finalmente el 0% indica que la razón no es por el precio de la comida.

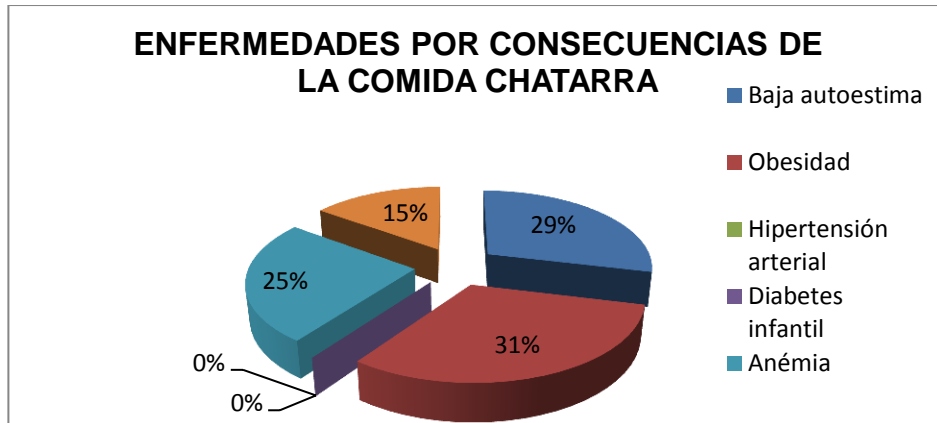
ANÁLISIS

En efecto, de esta manera los estudiantes de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana están atentando contra su salud llevándolos así a una adicción a la comida chatarra, y por consiguiente obtener enfermedades y algunas lesiones físicas en su cuerpo como ser en este caso al aparato digestivo.

Cuadro N° 24

6. ¿Qué enfermedades cree que puede contraer con estas comidas chatarras?	fi	pi%
Baja autoestima	23	29%
Obesidad	25	31%
Hipertensión arterial	0	0%
Diabetes infantil	0	0%
Anemia	20	25%
Todos	12	15%
TOTAL	80	100%

Gráfico N° 24



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Evidentemente, como podemos observar en el gráfico el 53% de los estudiantes de la Unidad Educativa, indican que genera varias enfermedades en ellos, un 31% indica que genera la obesidad, el 29% respondió que genera baja autoestima, el 15% indica todos y finalmente un 25% dijo anemia.

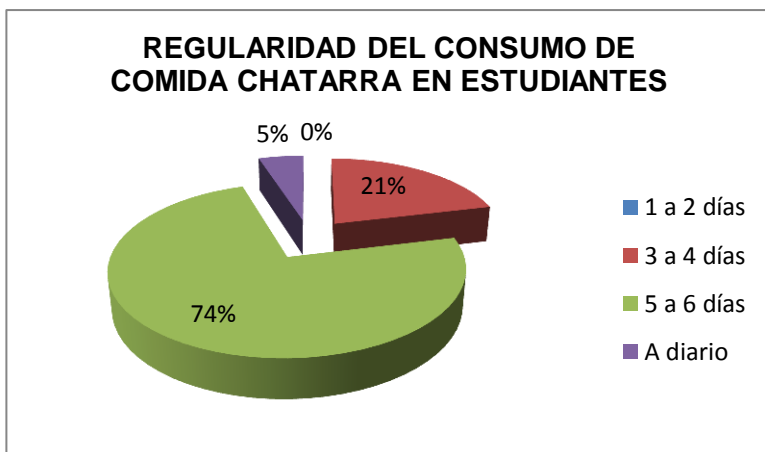
ANÁLISIS

Efectivamente, los estudiantes del nivel primario y secundario, requieren mayor información sobre las enfermedades que generan las comidas chatarras, posiblemente por falta de talleres de comunicación en la Unidad Educativa.

Cuadro N° 25

7. ¿Con que regularidad consumes la comida chatarra a la semana?	fi	pi%
1 a 2 días	0	0%
3 a 4 días	17	21%
5 a 6 días	59	74%
A diario	4	5%
TOTAL	80	100%

Gráfico N° 25



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Se puede ver en el gráfico correspondiente al cuadro de arriba que de un total de 80 estudiantes encuestados, el 74% respondió que consume de 5 a 6 días, el 21% mencionó que consume de 3 a 4 días, el 5% indica a diario el consumo y finalmente el 0% no menciona que consumen de 1 a 2 días.

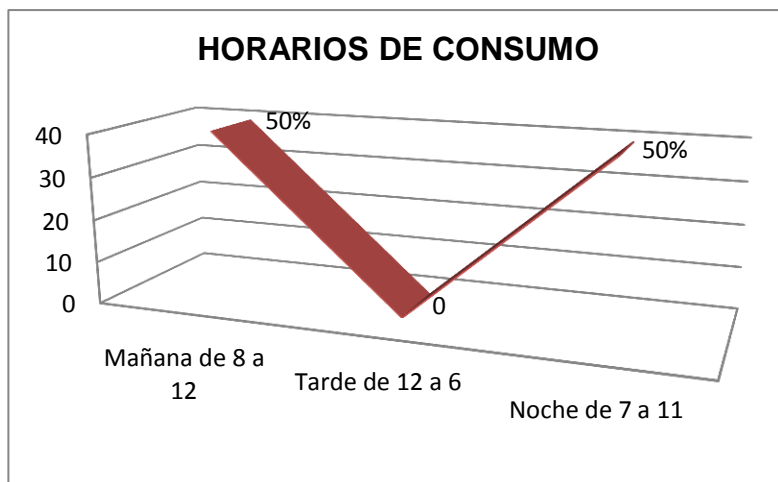
ANÁLISIS

Los estudiantes de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana consumen comida chatarra en el colegio toda la semana de clases de lunes a viernes ya que en los mismos puestos de venta están expandidas sin ningún control de salubridad.

Cuadro N° 26

8. ¿En qué horarios consume la comida chatarra?	fi	pi%
Mañana de 8 a 12	40	50%
Tarde de 12 a 6	0	0%
Noche de 7 a 11	40	50%
TOTAL	80	100%

Gráfico N° 26



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Como podemos apreciar el gráfico de arriba nos respondieron los estudiantes que el 50% consume en el horario de 8 a 12 por la mañana la comida chatarra, el otro 50% menciona que también se consume por la noche de 7 a 11 y un 0% no respondieron por la tarde.

ANÁLISIS

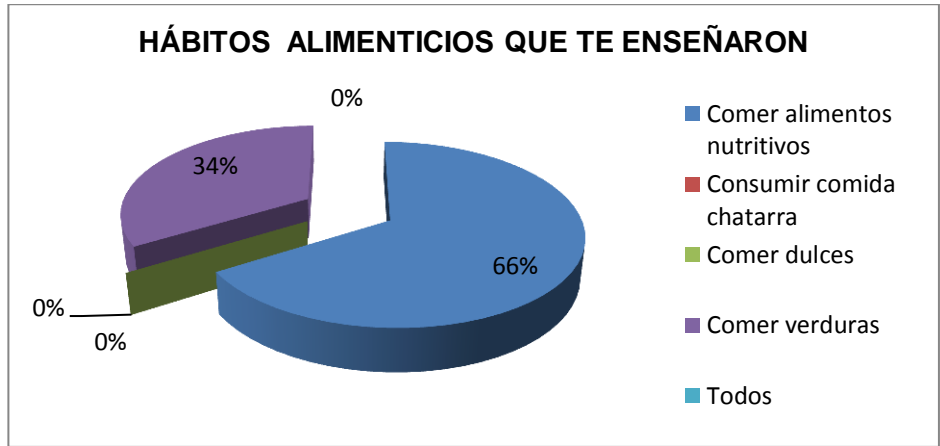
Evidentemente, los estudiantes de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana consumen por las mañanas porque pasan clases en ese horario y por las noches porque sus mismos padres los invitan a comer pollos spiedo, broster, chocolates, salchipapas, entre otras comidas que se presentan en la zona de Senkata.

Cuadro N° 27

9. ¿Qué hábitos alimenticios te enseñaron en casa?	fi	pi%
Comer alimentos nutritivos	53	66%
Consumir comida chatarra	0	0%
Comer dulces	0	0%
Comer verduras	27	34%
Todos	0	0%

TOTAL	80	100%
--------------	-----------	-------------

Gráfico N° 27



Fuente: Elaboración propia en base al Cuestionario, 2017

INTERPRETACIÓN

Como se puede ver en el gráfico de arriba el 66% de los estudiantes respondieron que les enseñaron a comer alimentos nutritivos, el 34% indico que las verduras son alimento para la salud, un 0% no respondieron comer dulces y todos.

ANÁLISIS

Se puede verificar que los datos obtenidos por los estudiantes mencionan que en la casa los enseñan a consumir alimentos nutritivos como frutas, verduras, entre otros, pero existe el indicio en el que la misma familia los influye en también consumir comidas chatarras porque la zona, el entorno y su contexto tienen este tipo de alimentos que atentan contra la salud de los estudiantes de la Unidad Educativa Virgen de Copacabana

12. ENTREVISTA. (AL DIRECTOR)

De la unidad educativa Virgen de Copacabana Lic.: Fausto Apala Flores.

PREGUNTAS.	ANÁLISIS.
<p>1. ¿En qué horarios el estudiante consume la comida chatarra?</p> <p>R... El consumo de comida chatarra los</p>	<p>Desde el punto de análisis nos dice el</p>

<p>estudiantes consumen 10 a 15 minutos antes del recreo ya que primeramente salen a comprarse este tipo de alimentos en el momento de ir a recoger el desayuno escolar.</p> <p>2. ¿Cuál es la razón principal por la que consumen esta comida chatarra?</p> <p>R... En la unidad educativa se dice que van en contra de la comida chatarra ya que dice el señor director que no es nada nutritivo, más bien queremos que los estudiantes coman alimentos ecológicos y naturales y no así la comida chatarra.</p> <p>3. ¿Usted señor director que tipo de comida recomienda para los estudiantes?</p> <p>R... Se recomienda sobre todo que sean alimentos nutritivos, como frutas y verduras y como productos lácteos.</p> <p>4. Porque lo consumen esta comida chatarra los estudiantes como golosinas.</p> <p>R.... Muchas veces los estudiantes se compran al parecer más por gusto sin saber que les hace daño pese q a veces se les recomienda.</p> <p>5. Usted señor director sabe que causa podría causar estas comidas chatarras.</p> <p>El cual no beneficia ni nutre estas comidas a un mediano plazo podrían contraer enfermedades crónicas.</p> <p>6. que se recomienda e los estudiantes en una conclusión.</p> <p>R.... Lo que se recomienda siempre a los estudiantes que consuman alimentos nutritivos y que vayan en beneficio de su propio cuerpo y también consumir toda comida que se prepare en casa como ser las verduras ,frutas leche, los cereales y quinua.</p>	<p>señor director que los alumnos salen faltando 10 minutos del recreo a comprar algunos dulces o galletas en si golosinas, en ese tiempo aprovechan para consumir el desayuno y a la vez las cosas ya mencionadas</p> <p>Nos dice que la unidad educativa más bien van en contra de las comidas chatarras y todo alimento que no es nada nutritivo ya que a la vez es muy perjudicial para ellos</p> <p>Nos dice en este punto que siempre se les recomienda a los estudiantes a consumir alimentos nutritivos</p> <p>Desde este punto se dice que los estudiantes pese que se les recomienda no consumir comida chatarra lo consumen por gusto</p> <p>Ya que se les recomienda y se les comunica de las enfermedades el alumno en muchos casos no lo toma en cuenta.</p> <p>Nos dice que en la unidad educativa siempre se les recomienda a que deben consumir alimentos nutritivos en base a un beneficio de su propio cuerpo</p>
--	--

FODA

MATRIZ" FODA "DEL DIAGNÓSTICO SOBRE "LA COMIDA CHATARRA"

EN LA UNIDAD EDUCATIVA "VIRGEN DE COPACABANA"

FORTALEZA	DEBILIDADES	OPORTNIDADES	AMENAZAS
-Cumplimiento de las normas educativas.	-Bajo rendimiento en el aprendizaje	-Apoyo de las instituciones del	-Falta de apoyo y control de los padres de

<p>-Personal docente organizado por áreas de aprendizaje y comisiones</p> <p>-capacitación de los docentes</p> <p>-Cumplimiento del calendario escolar</p>	<p>-Actitudes y malos hábitos alimenticios</p> <p>-Consumo de alimentos chatarras en la unidad educativa</p> <p>-Carencia de textos y materiales educativos</p>	<p>entorno en los aspectos pedagógicos y socio comunitarios</p> <p>-Apoyo de los padres de familia a la escuela</p> <p>-Apoyo por las autoridades educativas en la implementación de nuevas ideas.</p>	<p>familia. Asia sus hijos</p> <p>-Existencia de vendedoras de comidas chatarras dulces golosinas y otros</p> <p>-Existencia de niños con problemas de aprendizaje por falta de una buena alimentación.</p> <p>-Baja autoestima y obesidad en algunos niños.</p>
--	---	--	--

ANEXO

4

**CERTIFICACIONES O
CARTAS DE
CONVENIO.**

ANEXO

5

REGISTRO FOTOGRAFICA.

FUENTE ELABORACION PROPIA



FUENTE ELABORACION PROPIA



FUENTE ELABORACION PROPIA





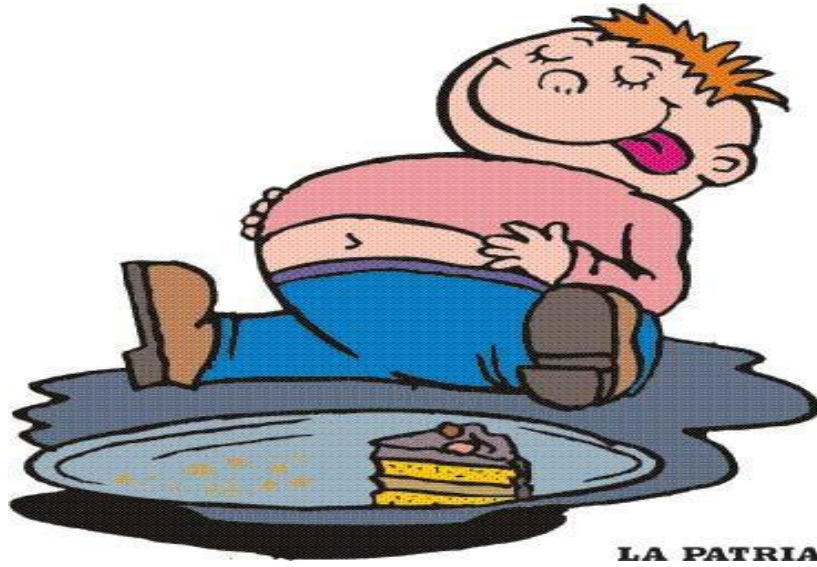






COMIDAS CHATARRA





Bendice señor estos alimentos que

Ni tú te los Comerías .Amén.



J. Kalvellido