

**UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS**  
**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**  
**CARRERA CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN SOCIAL**



**TRABAJO DIRIGIDO**

**“UTILIZACIÓN DE MINIMEDIOS COMO ESTRATEGIA  
COMUNICATIVA PARA LA BUENA ALIMENTACIÓN EN LA  
UNIDAD EDUCATIVA SIMÓN BOLÍVAR EL ALTO-1”**

**POSTULANTE: MARIELA CUEVAS PAUCARA**

**TUTOR: Dr. IVAN FELIX CUEVAS PAUCARA Ph.D.**

**LA PAZ – BOLIVIA**

**2023**

## RESUMEN

### **“UTILIZACIÓN DE MINIMEDIOS COMO ESTRATEGIA COMUNICATIVA PARA LA BUENA ALIMENTACIÓN EN LA UNIDAD EDUCATIVA SIMÓN BOLÍVAR EL ALTO-1”**

El presente trabajo dirigido denominado “Utilización de minimedios como estrategia comunicativa para la buena alimentación en la Unidad Educativa Simón Bolívar El Alto-1” tiene como fin realizar una estrategia comunicativa, a través de los minimedios alternativos para fortalecer la práctica y el conocimiento de los buenos hábitos alimenticios de los estudiantes.

El problema principal radicaba en la práctica de inadecuados hábitos alimenticios, la cual es muy importante para una salud integral. Estos hábitos tienen como principal factor la escasa información adecuada, por parte de especialistas y padres de familia, que son encargados de inculcar estos hábitos dentro de la familia.

En ese marco, el presente Trabajo Dirigido, con una estrategia comunicativa a través de minimedios alternativos, está orientado a fortalecer, en los estudiantes: hábitos, conocimientos, costumbres, actitudes y habilidades de manera teórica y práctica.

Por último, mantener una comunicación constante e intercambio de opiniones, posiciones y experiencias propias de la comunidad educativa en la cual se analizó una realidad que está en proceso de desarrollo para un bien común. De este modo, se sentó las bases para la creación de una estrategia de comunicación que se enfatizó en el desarrollo de una propuesta dirigida a solucionar una problemática.

### ***Dedicatoria***

*Con mucho cariño a mis padres Felipe y Santusa por su apoyo incondicional en todos los momentos. A mis hermanas Vanesa y Pamela por su gran ayuda y motivación. Y a toda mi familia en general por estar siempre para mí.*

### ***Agradecimientos***

*A Dios por guiar mi vida y darme fortaleza para no desfallecer en el camino.  
A mi tutor Dr. Ivan Felix Cuevas Paucara Ph.D., mi más grande agradecimiento por su ejemplo de vida, que me inspiró a entender la importancia que significaba los estudios.*

*A la casa superior de estudios U.M.S.A. que me brindó la oportunidad de formarme en sus aulas y a mis Docentes por llenarme de conocimientos durante mi formación.*

*Al Lic. Willy Valerio Ticona Ticona, por confiar en mí y brindarme la oportunidad de la realización del presente Trabajo Dirigido.*

*Al Maestro Erlan Josué Quispe Cocaure, por su colaboración y apoyo incondicional.*

*Finalmente, a La Unidad Educativa “Simón Bolívar”, Maestros, estudiantes y padres de familia por abrirme las puertas y su colaboración constante.*

## ÍNDICE

RESUMEN.....	I
<i>Dedicatoria</i> .....	II
<i>Agradecimientos</i> .....	III
ÍNDICE .....	IV
Introducción .....	1
1. Aspectos Generales.....	3
1.1. Título .....	3
1.2. Planteamiento del problema .....	3
1.3. Objetivos.....	5
1.3.1. Objetivo General .....	5
1.3.2. Objetivos Específicos.....	5
1.4. Alcances y limites.....	5
1.4.1. Alcances .....	5
1.4.2. Limites.....	6
1.5. Justificación .....	6
2. Estrategia Metodológica .....	8
2.1. Universo, población y muestra .....	9
2.2. Método de la investigación.....	10
2.3. Técnicas de recolección de información .....	11
2.4. Instrumentos .....	12
2.5. Técnicas de comunicación.....	13
3. Análisis e Interpretación de Datos .....	14

4. Marco Referencial.....	29
4.1. Misión.....	29
4.2. Visión .....	29
4.3. Antecedentes y Ubicación .....	29
4.4. Datos Referenciales .....	30
4.5. Servicios Públicos .....	30
4.6. Aspectos socio - culturales .....	31
4.7. Instituciones cercanas a la Unidad Educativa Simón Bolívar .....	31
4.8. Hábitos en consumo de alimentos nutritivos.....	32
4.9. Costumbres y actitudes de los estudiantes.....	34
4.10. Utilización de la Comunicación Alternativa entendida como la producción de minimedios en la Unidad Educativa y la participación .....	35
4.11. Comunicación Alternativa como forma de participación en la Unidad Educativa .....	35
4.12. Medios de comunicación de preferencia de los estudiantes .....	37
4.13. Actividades realizadas por los estudiantes para la difusión de la alimentación nutritiva como estrategia comunicativa.....	37
5. Marco Teórico Conceptual .....	39
5.1. Comunicación Social.....	39
5.2. Comunicación para el Desarrollo .....	41
5.3. Comunicación Alternativa.....	42
5.4. Minimedios Alternativos .....	43
5.5. Comunicación Oral.....	45
5.6. Comunicación Educativa.....	46

5.7.	Comunicación en Salud.....	47
5.7.1.	Adolescencia .....	48
5.7.2.	Definición de Alimentación .....	48
5.7.3.	Alimentación en la Adolescencia.....	49
5.7.4.	Hábitos Alimenticios.....	51
5.7.5.	Adolescencia y Conocimientos sobre Alimentación.....	52
5.8.	Factores que Influyen en la Alimentación.....	52
5.9.	Comunicación para la Prevención .....	54
6.	Marco General o Estrategia Operativa.....	55
6.1.	Descripción del Trabajo Dirigido.....	55
6.2.	Destinatarios.....	55
6.3.	Beneficiarios.....	56
6.4.	Delimitación del trabajo .....	56
6.4.1.	Delimitación de los participantes .....	56
6.4.2.	Delimitación espacial .....	56
6.4.3.	Delimitación temporal.....	56
6.5.	Marco Lógico .....	56
6.6.	Matriz del Marco Lógico.....	59
7.	Aplicación de la Estrategia Comunicacional.....	64
7.1.	Estrategia Comunicacional.....	64
7.2.	Metodología.....	64
7.3.	Técnica .....	64
7.4.	Abordaje .....	65
7.5.	Enfoque.....	65

7.6.	Organización para el Desarrollo de las Actividades.....	65
7.6.1.	Actividad de difusión – 1: Taller informativo.....	65
7.6.2.	Actividad – 2: Elaboración y presentación de títeres.....	67
7.6.3.	Actividad – 3: Campaña para una buena alimentación.....	72
7.6.4.	Actividad – 4: Elaboración de periódicos murales .....	74
7.6.5.	Actividad – 5: Segunda Campaña “Consume leche” .....	76
7.6.6.	Actividad – 6: Feria interactiva “Anatañanaka - Alimentación saludable”.....	78
7.7.	Evaluación.....	81
8.	Conclusiones y Recomendaciones.....	85
8.1.	Conclusiones.....	85
8.2.	Recomendaciones.....	86
9.	Cronograma de Actividades.....	87
10.	Bibliografía General .....	89



## Introducción

El presente trabajo dirigido se refiere a la utilización de minimedios como estrategia comunicativa para el fortalecimiento de la práctica y conocimiento de buenos hábitos alimenticios en la Unidad Educativa Simón Bolívar de la Ciudad de El Alto.

La comunicación alternativa juega un papel muy importante ya que es un medio para el cambio, mejora y desarrollo social donde los propios actores sociales construyen y utilizan los medios alternativos como los minimedios más adecuados según su necesidad.

Una de estas necesidades importantes es mantener hábitos alimentarios saludables en la vida, fundamental para tener un individuo sano y una sociedad sana. Según la Universidad Abierta Interamericana se estima que entre el 30% y 40% de las comidas de los adolescentes es fuera de sus hogares, lo que hace imposible a los padres controlar la alimentación de sus hijos, por eso es tan importante la comunicación, información y educación nutricional para fortalecer estos hábitos, y que se puedan mantener tanto fuera como dentro del ámbito familiar acompañando al estudiante durante toda su vida.

Es así que el presente Trabajo Dirigido tiene la finalidad de fortalecer la práctica y el conocimiento de buenos hábitos alimenticios en los estudiantes del nivel secundario de educación comunitaria productiva de la Unidad Educativa Simón Bolívar, a través de minimedios como herramienta estratégica comunicativa en la gestión 2019.

De igual manera, se da a conocer las teorías y conceptos dentro del trabajo de investigación, las definiciones que se tomó como: La comunicación alternativa, comunicación oral y medios alternativos.

A continuación, presentamos por capítulos la estructura del presente trabajo:

- **En el primer capítulo** se encuentran los aspectos generales realizado en la Unidad Educativa, como: el planteamiento problema, antecedentes y necesidades, objetivos, justificación, y por último los alcances y límites de la investigación.

- **En el segundo capítulo** se desarrolló todo lo concerniente a los aspectos metodológicos: Enfoque, métodos, técnicas e instrumentos empleados en el Trabajo Dirigido.
- **En el tercer capítulo** se presenta el análisis e interpretación de datos extraídos en base a las técnicas e instrumentos aplicados.
- **En el cuarto capítulo** se describe el marco referencial: misión, visión, características generales y análisis del contexto interno de la comunidad Educativa.
- **En el quinto capítulo** se presenta el marco teórico conceptual en el que se encuentra la fundamentación teórica revisada.
- **En el sexto capítulo** se expone el marco general o estrategia operativa donde se describe como se aplicará el Trabajo dirigido, también se encuentra a los destinatarios, beneficiarios, delimitación, límites y el marco lógico.
- **En el séptimo capítulo** se da a conocer el desarrollo de la aplicación de la estrategia comunicativa con todas las actividades que se llevaron a cabo durante el Trabajo Dirigido. También se encuentra la respectiva evaluación.
- **En el octavo capítulo** están las conclusiones y recomendaciones, el cronograma de actividades, fuentes consultadas y anexos.

# **CAPÍTULO I**

## **ASPECTOS GENERALES**

### **1. Aspectos Generales**

#### **1.1. Título**

“UTILIZACIÓN DE MINIMEDIOS COMO ESTRATEGIA COMUNICATIVA PARA LA BUENA ALIMENTACIÓN EN LA UNIDAD EDUCATIVA SIMÓN BOLÍVAR EL ALTO-1”

#### **1.2. Planteamiento del problema**

La importancia de una buena información sobre la alimentación es uno de los pilares fundamentales para que el ser humano tenga un desarrollo íntegro a lo largo de su vida, contribuyendo a la generación de interés y compromiso. Según estudio del Postgrado en Ciencias del Desarrollo (CIDES) Universidad Mayor de San Andrés (UMSA), realizado con el apoyo de UNICEF, tres de cada diez estudiantes bolivianos tienen sobrepeso y obesidad, del mismo modo, plantea que el 35,6% de los escolares de 5 a 18 años de Bolivia tienen prevalencia de malnutrición.

En la Ciudad de El Alto, a pesar de que cuentan con alimentos asequibles y nutritivos como cereales, frutas y verduras que se producen en las montañas de los Andes, muchas familias en El Alto tienen una dieta deficiente compuesta principalmente de carbohidratos de bajo costo y de otros productos con un alto contenido en grasa y almidón. Esto conduce no solamente a la prevalencia del retraso en el crecimiento, sino que también da lugar a unas tasas de obesidad cada vez mayores. Este binomio de tendencias poco saludables puede aumentar la propensión a padecer numerosas enfermedades (Johannes, 2013, p.5).

Situación que se presentó después del análisis, observación y recojo de información en la Unidad Educativa Simón Bolívar, donde se pudo evidenciar a través de la observación que existen hábitos de mala alimentación en los estudiantes del nivel secundario, quienes

consumen a diario golosinas, “chizitos”, “pipocas”, sopa de fideo y otros productos que son contraproducentes para la salud y el rendimiento escolar. Así mismo es necesario mencionar que según los datos obtenidos a través del cuestionario realizado que el 49% indica que no desayuna, el 27% menciona que solo toma té, café con pan. Datos que sin duda son muy preocupantes puesto que el desayuno es considerado la principal y la más importante comida del día y como consecuencia de ello los estudiantes no logran asimilar el aprendizaje de manera positiva por el cansancio, fatiga, falta de nutrientes que el organismo requiere. Así mismo, se evidencio que los estudiantes tienen poco conocimiento e información sobre lo importante que es tener una buena alimentación y las consecuencias de no tenerla, todo esto desencadena en la práctica de malos hábitos alimenticios.

De igual manera, se pudo evidenciar que la Unidad Educativa Simón Bolívar, no cuenta con los servicios básicos adecuados y de manera constante, como el agua potable que es uno de los servicios más importantes para la salud e higiene del estudiante. Lo que ocasiona que muchas veces los estudiantes, no puedan lavarse las manos o consumirla.

Otra de las dificultades evidenciadas fue el Proyecto Socioproductivo, un proyecto con el cual la comunidad estudiantil lograría solucionar la problemática de los hábitos de mala alimentación identificada en los estudiantes, pero que el proyecto no tuvo sostenibilidad, por tanto, no lograron tener un impacto positivo ni alcanzar sus objetivos, debido a que no existía la forma de organizar y encaminar de manera adecuada el proyecto, a pesar de que los maestros estuvieron comprometidos con el mencionado proyecto.

Los principales indicadores de esta situación muestran el escaso conocimiento, información y práctica de buenos hábitos alimenticios. Según todo lo expuesto se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿De qué manera los minimedios como estrategia comunicativa fortalecerán la práctica y el conocimiento de buenos hábitos alimenticios en los estudiantes de secundaria de la Unidad Educativa Simón Bolívar, durante la gestión 2019?

### **1.3. Objetivos**

#### **1.3.1. Objetivo General**

Fortalecer la práctica y el conocimiento de hábitos alimenticios en los estudiantes del nivel secundario de la Unidad Educativa Simón Bolívar, a través de minimedios como estrategia comunicativa durante la gestión 2019.

#### **1.3.2. Objetivos Específicos**

- ✓ Diagnosticar el nivel de conocimiento de los estudiantes sobre la alimentación nutritiva.
- ✓ Promover la alimentación nutritiva realizando actividades, a través de la utilización de los minimedios.
- ✓ Concientizar a los estudiantes sobre el consumo de alimentos nutritivos a través de la estrategia comunicacional.
- ✓ Incentivar a los estudiantes, el compromiso de la comunicación activa, participativa y práctica de la buena alimentación, a través de una feria interactiva con la utilización de la comunicación oral y elaboración de minimedios como ser: volantes, periódicos murales, juegos artesanales elaborados por los estudiantes.

### **1.4. Alcances y límites**

#### **1.4.1. Alcances**

- La investigación proporcionó información a través de los minimedios para fortalecer los buenos hábitos alimenticios en los estudiantes.
- Registro fotográfico de la alimentación de los estudiantes en horas del recreo.
- Servirá como base para la realización de futuros estudios más específicos sobre la importancia de la comunicación alternativa que coadyuven a resolver problemáticas y necesidades.

### **1.4.2. Limites**

- No se evaluó la buena alimentación de los estudiantes dentro de sus hogares.
- No se evaluó el rendimiento académico en función a la buena alimentación.

### **1.5. Justificación**

La comunicación alternativa hace referencia a las distintas formas de hacer comunicación sin límites al usar los distintos minimedios con el único fin de transmitir y llegar a las personas con el mensaje propuesto. En ese sentido, la comunicación alternativa permite trabajar de manera participativa ofreciendo ventajas a la hora de cubrir necesidades en la cual los actores sean partícipes y puedan tener: accesibilidad, mayor alcance, creatividad logrando un mayor impacto. Una de esas necesidades es contar con buena información sobre una buena alimentación en edad escolar.

De esta manera, el presente trabajo dirigido se enfocó en fortalecer la práctica y el conocimiento de los hábitos alimenticios para un cambio de actitud en los estudiantes frente a la alimentación, a través de la organización, realización, elaboración y participación conjunta con la utilización de minimedios como herramienta estratégica comunicativa los cuales fueron: talleres, títeres, periódicos murales, elaboración de cartilla, campaña de concientización y ferias interactivas que son parte fundamental de la comunicación alternativa, porque la importancia de la presente investigación radica en que el conocimiento y la práctica de la buena alimentación, en edad escolar juega un papel esencial en el estudiante. Tomando en cuenta que existe una evidencia sólida que demuestra que una buena alimentación no solo se previene enfermedades, sino que incide durante todo el desarrollo de la vida.

De tal manera, que la presente estrategia nos permitió mostrar el cambio de actitud y hábitos en los estudiantes y que ellos mismos pudieron profundizar sus conocimientos y practicarlos.

Así mismo se hizo referencia a la gran importancia que tiene la comunicación alternativa en educación, a través de la utilización de minimedios y el papel que desempeñan para

contribuir y solucionar un problema o necesidad por el bien de la comunidad educativa, además que con el presente trabajo se logró aportar y ofrecer una mirada integral sobre el daño que causa la mala alimentación y lo importante que es estar informado.

## CAPÍTULO II

### ESTRATEGIA METODOLÓGICA

#### 2. Estrategia Metodológica

Para implementar el presente trabajo dirigido, el procedimiento metodológico que se empleó fue el cualitativo y cuantitativo, que nos permitió la recolección de datos de forma directa y la realización de descripciones detalladas. El presente trabajo dirigido responde al enfoque cualitativo. Según Rodríguez, Gil y García (1996) afirma:

Estudia la realidad en su contexto natural, tal y como sucede, intentando sacar sentido de, o interpretar los fenómenos de acuerdo con los significados que tienen para las personas implicadas. La investigación cualitativa implica la utilización y recogida de una gran variedad de materiales—entrevista, experiencia personal, historias de vida, observaciones, textos históricos, imágenes, sonidos – que describen la rutina y las situaciones problemáticas y los significados en la vida de las personas. (p.32)

Tal como lo menciona el autor, se pudo realizar la recogida de información y aplicación de distintas actividades que describieron la realidad y coadyuvaron con la solución problemática. Sin embargo, para complementar al enfoque cualitativo, y tener un panorama más completo fue necesario utilizar también el enfoque cuantitativo para analizar una parte de la investigación que es estadística y representada por datos.

Tintaya (2008) plantea:

Es determinar cuantitativamente los atributos y relaciones de los objetos, establecer la frecuencia, el tipo/forma y el grado/nivel de sus variaciones. Para tales propósitos, emplean procedimientos estandarizados, métodos e instrumentos que permiten medir y expresar las conductas y relaciones en términos numéricos. (p.35)



Datos con los cuales se logró recoger información importante para el debido análisis de manera conjunta.

## 2.1. Universo, población y muestra

DISEÑO DE LA MUESTRA	
UNIVERSO	Unidad Educativa Simón Bolívar.
POBLACIÓN	340 estudiantes del Nivel de Educación Secundaria
MUESTRA	112 estudiantes del Nivel de Educación Secundaria

*Fuente: Elaboración propia*

La población de estudio está conformada por 340 estudiantes del Nivel de Educación Secundaria Comunitaria Productiva de la Unidad Educativa Simón Bolívar. Trabajando con un nivel de confianza del 93% y aceptando un margen de error del 7%. El tamaño de la muestra que se requiere para realizar la investigación será el siguiente:

### Datos:

$N = 340$  estudiantes

$z = 1.81$  (93%)

$p = 50\%$

$q = 50\%$

$e = 7\%$

### Muestra Probabilística:

$$n = \frac{z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{(N - 1) \cdot e^2 + z^2 \cdot p \cdot q}$$

$$n = \frac{1.81^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5 \cdot 340}{(340 - 1) \cdot 0.07^2 + 1.81^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5}$$

$$n = 112.28$$

$$n = 112 \text{ estudiantes}$$

Como el Nivel de Educación Secundaria Comunitaria Productiva se encuentra distribuido en 6 grados, se procedió a realizar el cálculo para un muestreo estratificado de asignación proporcional en función a la cantidad de estudiantes de cada curso, datos que se presentan en la siguiente tabla:

<b>Estrato</b>	<b>Curso</b>	<b>Población N<sub>i</sub></b>	<b>Peso Proporcional</b>	<b>Muestra Asignación Proporcional</b>
1	1° de Secundaria	64	18,82%	21
2	2° de Secundaria	67	19,71%	22
3	3° de Secundaria	63	18,53%	21
4	4° de Secundaria	60	17,65%	20
5	5° de Secundaria	44	12,94%	15
6	6° de Secundaria	42	12,35%	13
<b>TOTAL:</b>		<b>340</b>	100,00%	<b>112</b>

*Fuente: Elaboración propia*

## **2.2. Método de la investigación**

“Es el camino por el que se llega a cierto resultado en la actividad científica, cuando dicho camino no ha sido fijado por anticipado de manera deliberada y reflexiva” (Moreira, 2015, p.88). Lo que nos permitió trazar nuestros objetivos de manera secuencial y por un camino. Así que los métodos que nos permitieron trazar nuestras actividades fueron: teóricos y empíricos.

### **✓ Analítico**

A través del método analítico se pudo analizar de manera detallada la información.

El método analítico requiere de la separación de un todo en las partes o elementos que se constituyen, se dice que para poder comprender algo, es necesario desmenuzar correctamente cada uno de sus componentes, ya que es la manera de conocer la naturaleza del fenómeno y objeto que se estudia. (Angler, 2017, p.17)

De esta manera el método analítico permitió adentrarnos más a comprender la realidad y los fenómenos de estudio.

### **✓ Sintético**

Según Jalal, et al. (2015)

El Método Sintético es un proceso de razonamiento que tiende a reconstruir un todo, a partir de los elementos distinguidos por el análisis; se trata en consecuencia de hacer una explosión metódica y breve, en resumen. En otras palabras, debemos decir que la síntesis es un procedimiento mental que tiene como meta la comprensión cabal de la esencia de lo que ya conocemos en todas sus partes y particularidades (p.17). Lo que permitió acceder de manera detallada a la información e identificación de actividades.

### **2.3. Técnicas de recolección de información**

Las técnicas que se utilizaron para el presente trabajo fueron las siguientes:

#### **✓ Observación de campo**

La observación “es una técnica que consiste en visualizar o captar mediante la vista, en forma sistemática, cualquier hecho, fenómeno o situación que se produzca en la naturaleza o en la sociedad en función de unos objetivos de investigación preestablecidas” (Arias, 1999, p.69).

De esta forma con la técnica de la observación, se observó el comportamiento de los actores y así obtener información necesaria y de manera detallada en la realización de actividades.

#### **✓ Entrevista**

Janesick (1998, como se citó en Hernández, Fernández y Baptista, 2014) menciona que:

La entrevista se define como una reunión para conversar e intercambiar información entre una persona (el entrevistador) y otra (el entrevistado) u otras (entrevistados). En el último caso podría ser tal vez una pareja o un grupo pequeño como una familia o un equipo de manufactura. En la entrevista, a través de las preguntas y respuestas se logra una comunicación y la construcción conjunta de significados respecto a un tema. (p.403)

Así a través de la entrevista se logró establecer mecanismos de comunicación y poder recoger información valiosa para llevar a cabo la estrategia comunicativa.

✓ **Encuesta**

Según Casas et al. (2003) “La técnica de encuesta es ampliamente utilizada como procedimiento de investigación, ya que permite obtener y elaborar datos de modo rápido y eficaz” (p.143). En ese sentido, con la técnica de la encuesta se logró recolectar información que coadyuvaron a la realización de la investigación.

➤ **Análisis de documentación**

El análisis de documentación “gravita en revisar detenidamente los documentos adquiridos para su posterior crítica y síntesis de los mismos, además sirve para confrontar la información concluida de la observación de campo” (Cossío, 2013, p.121). Por tanto, para el análisis documental se recurrió a la observación documental y observación de campo con los cuales se logró evidenciar y definir las bases teóricas que apoyaron a la hora de establecer las acciones pertinentes.

## **2.4. Instrumentos**

Los instrumentos utilizados para el presente trabajo de investigación fueron las herramientas que coadyuvaron con el recojo de información en base a las técnicas y metodologías empleadas. En ese sentido para alcanzar los objetivos propuestos los instrumentos fueron los siguientes:

- ✓ Guía de entrevista
- ✓ Diario de campo.
- ✓ Cuestionario.
- ✓ Documentos recopilados.
- ✓ Celular.
- ✓ Programa Nvivo.

- ✓ Programa SPSS.

## **2.5. Técnicas de comunicación**

“Las técnicas para la comunicación, también llamadas productos de apoyo, son los instrumentos mecánicos o electrónicos diseñados para que la persona pueda comunicarse más fácilmente” (Atención Socio-Sanitaria, 2022). Para lograr los objetivos propuestos en el presente trabajo dirigido fue de gran importancia y necesario las técnicas de comunicación alternativa como ser:

- ✓ Periódicos murales.
- ✓ Cartilla informativa.
- ✓ Títeres.
- ✓ Volantes.
- ✓ Campaña de difusión.
- ✓ Taller informativo.
- ✓ Feria informativa.

### CAPÍTULO III

## ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

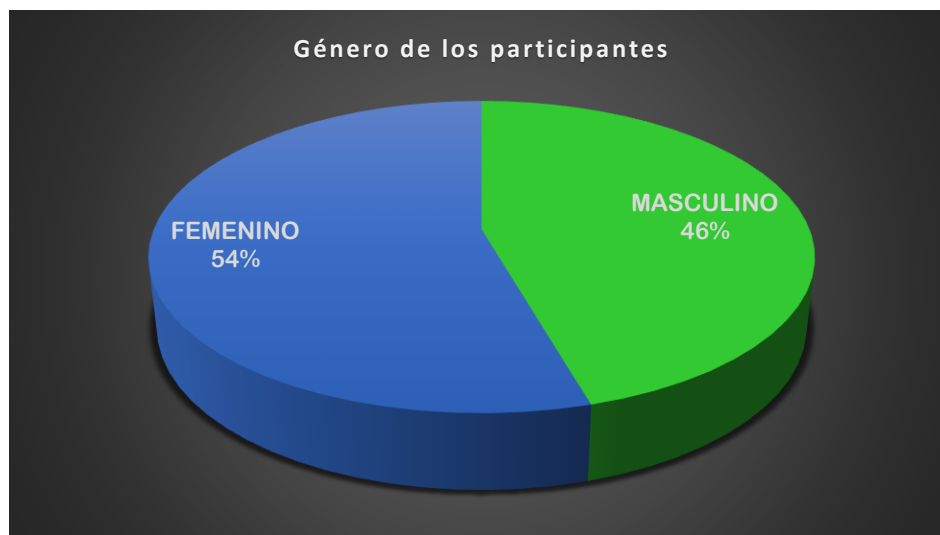
### 3. Análisis e Interpretación de Datos

TABLA N° 1

Género de los participantes		
	Frecuencia	Porcentaje
MASCULINO	51	46%
FEMENINO	61	54%
Total	112	100%

*Fuente: Elaboración propia*

GRÁFICO N° 1



*Fuente: Elaboración propia*

**Interpretación:** En el gráfico se observa que de los participantes el 46% son del género masculino y el 54% son del género femenino.

**Análisis:** En el gráfico se puede apreciar una dinámica diferente en la cual las mujeres tienen mayor representación que los hombres, es decir que la población que está en edad escolar son más mujeres que varones.

**TABLA N° 2**

Situación laboral de los participantes		
	Frecuencia	Porcentaje
TRABAJANDO	25	22%
ESTUDIANDO	87	78%
Total	112	100%

*Fuente: Elaboración propia*

**GRÁFICO N° 2**



*Fuente: Elaboración propia*

**Interpretación:** El 22% de los participantes menciona que está trabajando, el 78% que solamente estudia.

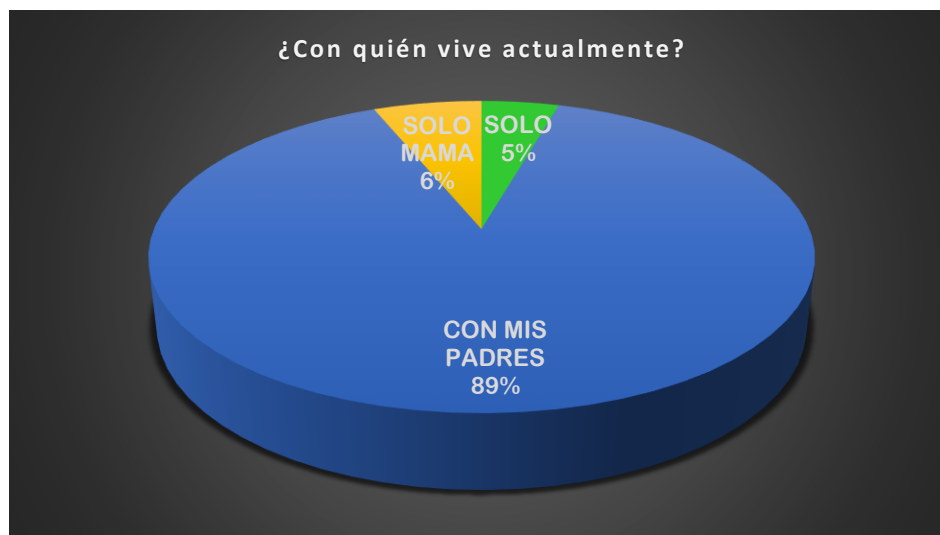
**Análisis:** En el gráfico claramente se puede evidenciar que la mayor parte de los estudiantes de la Unidad Educativa solo se dedica a estudiar y una minoría es la que se encuentra trabajando con su familia u otros lugares, para solventar sus estudios en el colegio.

**TABLA N° 3**

¿Con quién vive actualmente?		
	Frecuencia	Porcentaje
SOLO	5	5%
CON MIS PADRES	100	89%
SOLO MAMÁ	7	6%
Total	112	100%

*Fuente: Elaboración propia*

**GRÁFICO N° 3**



*Fuente: Elaboración propia*

**Interpretación:** Del total de los participantes el 5% vive solo, el 6% vive solo con la mamá y el 89% vive con papá y mamá.

**Análisis:** Se puede apreciar que una mayoría de los estudiantes vive con sus padres y una minoría es atendida solo por mamá y una pequeña parte de los estudiantes vive solo.



**TABLA N° 4**

Señala que alimentos consumiste hoy en el desayuno antes de salir de casa		
	Frecuencia	Porcentaje
LECHE, BATIDO YOGURT	5	4%
NO DESAYUNE	55	49%
TÉ O CAFÉ CON PAN	30	27%
OTROS	22	20%
Total	112	100%

*Fuente: Elaboración propia*

**GRÁFICO N° 4**



*Fuente: Elaboración propia*

**Interpretación:** Según los datos obtenidos en la encuesta se pudo evidenciar que un 4% indica que consumió leche, yogurt o batidos, el 49% indica que no desayunó, el 27% menciona que solo tomo té, café con pan y el 20% desayuna otros alimentos.

**Análisis:** Estos datos denotan que una minoría solo desayuna te o café con pan y la otra parte es la más alarmante ya que no desayuna antes de salir de casa. Así mismo se puede

reflejar que una pequeña parte de los estudiantes realmente consume un desayuno completo.

**TABLA N° 5**

¿Qué comiste ayer a media mañana en el recreo?		
	Frecuencia	Porcentaje
GOLOSINAS QUE COMPRÉ DE LA PORTERA	29	26%
SOPA DE FIDEO	10	9%
UNA FRUTA	17	15%
PIPOCAS, PAPAS FRITAS, CHIZITOS	23	21%
NO COMÍ NADA	33	29%
<b>Total</b>	<b>112</b>	<b>100%</b>

*Fuente: Elaboración propia*

**GRÁFICO N° 5**



*Fuente: Elaboración propia*

**Interpretación:** El 26% de los participantes indica que compro golosinas de la portera, el 9% comió sopa de fideo, el 15% frutas, el 21% consume “pipocas”, “papas fritas” y el 29% no comió nada.

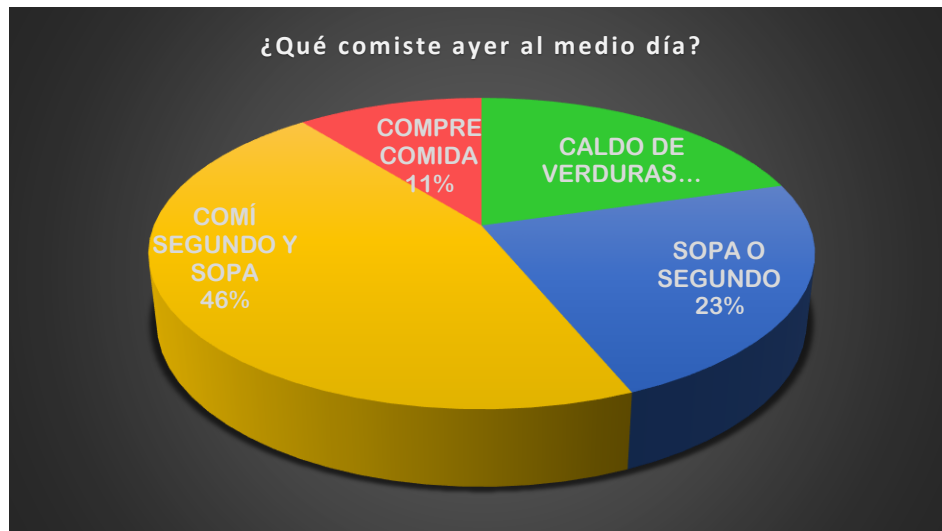
**Análisis:** Claramente se puede apreciar que los estudiantes prefieren consumir golosinas, papas fritas, sopa de fideo, pero también sucede que una gran parte de los estudiantes no consumen nada en el recreo; es decir no llevan recreo o no quieren comer nada y una pequeña parte consume algo nutritivo como una fruta.

**TABLA N° 6**

¿Qué comiste ayer al medio día?		
	Frecuencia	Porcentaje
CALDO DE VERDURAS	23	20%
SOPA O SEGUNDO	26	23%
COMÍ SEGUNDO Y SOPA	51	46%
COMPRE COMIDA	12	11%
<b>Total</b>	<b>112</b>	<b>100%</b>

*Fuente: Elaboración propia*

**GRÁFICO N° 6**



*Fuente: Elaboración propia*

**Interpretación:** El 20% consumió a media mañana caldo de verduras, el 23% consumió sopa o segundo, el 46% segundo y sopa y un 11% compró comida.

**Análisis:** Estos datos demuestran que los estudiantes tienen una alimentación regular ya que ninguno consume un almuerzo completo y una parte compra la comida.

**TABLA N° 7**

¿Qué tomaste ayer por la tarde?		
	Frecuencia	Porcentaje
LECHE CON CHOCOLATE	21	19%
TÉ, CAFÉ, SULTANA CON PAN	59	53%
NO TOME NADA	32	28%
Total	112	100%

*Fuente: Elaboración propia*

**GRÁFICO N° 7**



*Fuente: Elaboración propia*

**Interpretación:** El 19% tomó leche con chocolate, el 53% té, café y sultana con pan, el 28% no tomó nada.

**Análisis:** Estos datos hacen detonar que una mayor parte de los estudiantes por la tarde toma sultana, te o café con pan y una minoría leche con chocolate y una parte no toma nada. Lo que indica que por su alimentación es básica y precaria para algunos estudiantes.

**TABLA N° 8**

¿Comes algo en la cena?		
	Frecuencia	Porcentaje
SI	33	29%
NO	26	23%
ALGUNAS VECES	41	37%
SIEMPRE	12	11%
Total	112	100%

*Fuente: Elaboración propia*

**GRÁFICO N° 8**



*Fuente: Elaboración propia*

**Interpretación:** El 29% cena, el 23% no cena, el 37% solo cena algunas veces y el 11% siempre cena.

**Análisis:** Según estos datos se puede evidenciar que con muy poca regularidad los estudiantes cenan por las noches los alimentos complementarios que se debe. Sin embargo, solo una minoría cena de manera adecuada.

**TABLA N° 9**

¿Cuántos vasos de agua tomas al día?		
	Frecuencia	Porcentaje
1 - 3	62	55%
1 - 5	34	31%
NO TOMO AGUA	16	14%
<b>Total</b>	<b>112</b>	<b>100%</b>

*Fuente: Elaboración propia*

**GRÁFICO N° 9**



*Fuente: Elaboración propia*

**Interpretación:** Como se puede observar los estudiantes que beben agua por día de 1 a 3 vasos son un 55%, de 1 a 5 vasos son un 31% y un 14% no bebe agua.

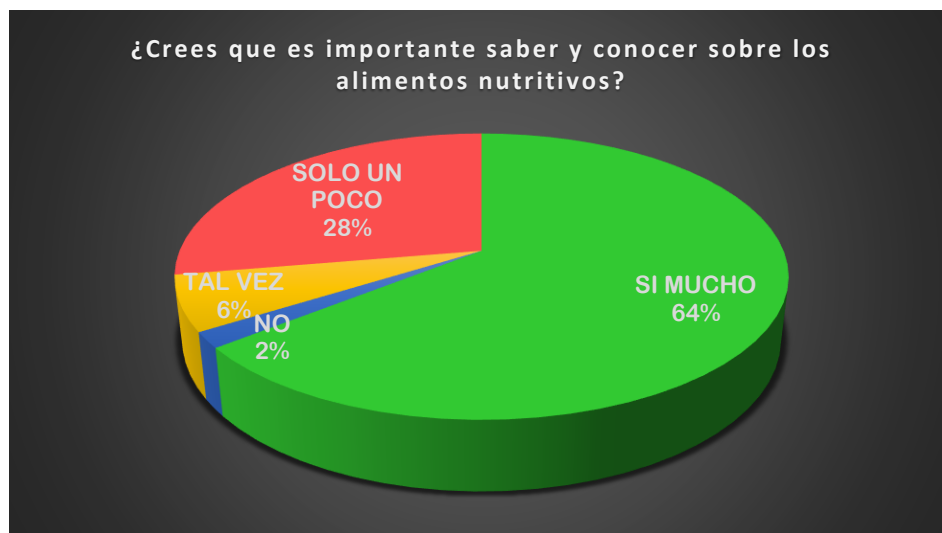
**Análisis:** Según los datos se pudo evidenciar que los estudiantes beben agua de manera irregular puesto que el agua es muy importante para la salud y la otra parte bebe agua pocas veces y una minoría no consume agua lo cual nos lleva a indicar que no cumplen con los 8 vasos de agua por día y no tienen hábitos de beber agua.

**TABLA N° 10**

¿Crees que es importante saber y conocer sobre los alimentos nutritivos?		
	Frecuencia	Porcentaje
SI MUCHO	72	64%
NO	2	2%
TAL VEZ	7	6%
SOLO UN POCO	31	28%
Total	112	100%

*Fuente: Elaboración propia*

**GRÁFICO N° 10**



*Fuente: Elaboración propia*

**Interpretación:** Según los datos obtenidos el 64% cree que es importante saber y conocer sobre los alimentos nutritivos, el 2% indica que no, el 6 % tal vez y el 28% solo un poco.

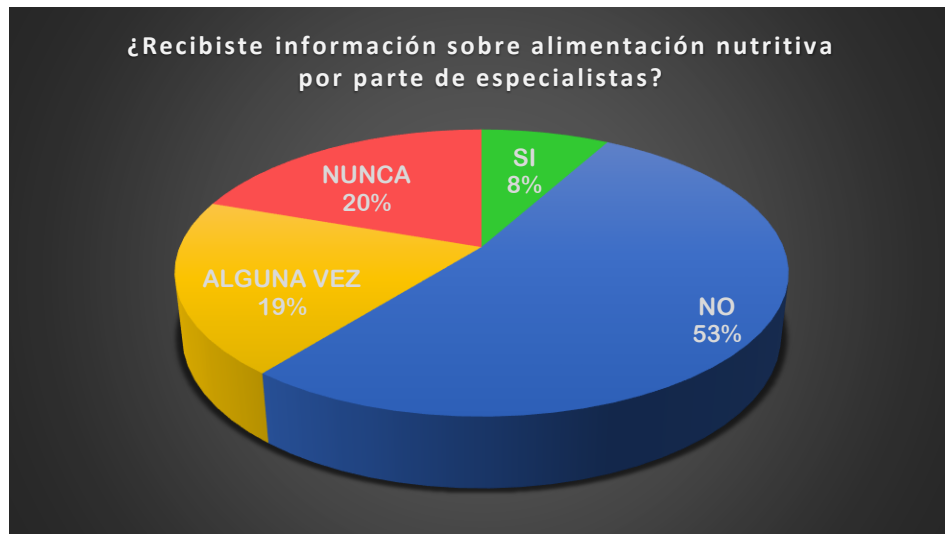
**Análisis:** Datos que demuestran que una gran parte de los estudiantes creen que es importante conocer sobre los alimentos nutritivos, para su vida y salud.

**TABLA N° 11**

¿Recibiste información sobre alimentación nutritiva por parte de especialistas?		
	Frecuencia	Porcentaje
SI	9	8%
NO	59	53%
ALGUNA VEZ	22	19%
NUNCA	22	20%
Total	112	100%

*Fuente: Elaboración propia*

**GRÁFICO N° 11**



*Fuente: Elaboración propia*



**Interpretación:** El 8% de los estudiantes si recibió información sobre lo que es alimentación, el 53% no recibió información, el 19% solo recibió información alguna vez y un 20% nunca recibió información.

**Análisis:** Como se puede observar una gran mayoría de los estudiantes no recibió información sobre alimentación nutritiva por parte de especialistas y solo una pequeña parte lo recibió. Lo que indica que los estudiantes conocen muy poco o casi nada sobre la alimentación nutritiva.

**TABLA N° 12**

¿Te gustaría informarte y aprender sobre la alimentación nutritiva?		
	Frecuencia	Porcentaje
SI	77	69%
NO	14	12%
TAL VEZ	21	19%
Total	112	100%

*Fuente: Elaboración propia*

**GRÁFICO N° 12**



*Fuente: Elaboración propia*

**Interpretación:** Según los datos obtenidos al mayor porcentaje de los estudiantes con un 69% si les gustaría informarse y aprender sobre alimentación nutritiva, a un 19% tal vez y a un 12% no le gustaría.

**Análisis:** Estos datos nos demuestran que a una gran parte de los estudiantes les gustaría informarse y aprender sobre la alimentación nutritiva para contribuir a sus conocimientos y salud.

**TABLA N° 13**

¿Consideras que tienes una buena alimentación?		
	Frecuencia	Porcentaje
SI	34	30%
NO	40	36%
SOLO UN POCO	8	7%
NO SE	30	27%
<b>Total</b>	<b>112</b>	<b>100%</b>

*Fuente; Elaboración propia*

**GRÁFICO N° 13**



*Fuente: Elaboración propia*

**Interpretación:** Según los datos un 30% considera que, si tiene una buena alimentación, un 36% considera que no, un 7% indica que solo un poco.

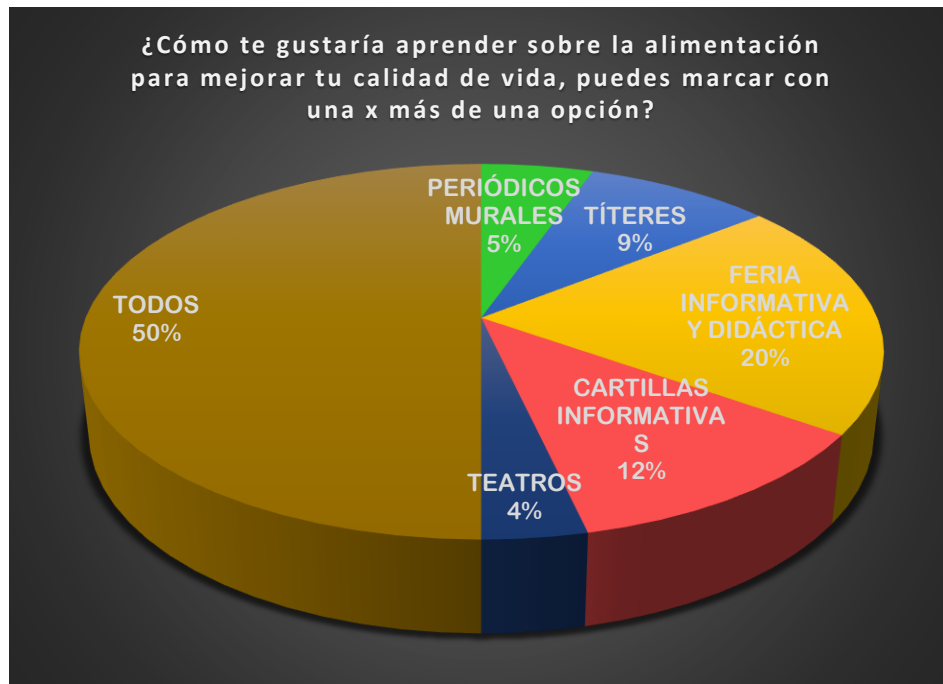
**Análisis:** Datos que demuestran que una mayoría de los estudiantes considera que no tiene una buena alimentación, la otra parte indica que no sabe si tiene una buena alimentación. Lo cual demuestra que no existen buenos hábitos alimenticios.

**TABLA N° 14**

¿Cómo te gustaría aprender sobre la alimentación para mejorar tu calidad de vida, puedes marcar con una x más de una opción?		
	Frecuencia	Porcentaje
PERIÓDICOS MURALES	6	5%
TÍTERES	10	9%
FERIA INFORMATIVA Y DIDÁCTICA	23	21%
CARTILLAS INFORMATIVAS	13	12%
TEATROS	4	4%
TODOS	56	50%
Total	112	100%

*Fuente: Elaboración propia*

**GRÁFICO N° 14**



*Fuente: Elaboración propia*

**Interpretación:** Según los datos obtenidos un 5% le gustaría aprender con periódicos murales, a un 9% con títeres, a un 21% con una feria informativa, a un 12% con cartillas informativas, a un 4% con teatros y a un 50 % le gustaría aprender con todos los minimedios.

**Análisis:** Aspecto que denota que a una gran mayoría de todos los estudiantes les gustaría realizar todas las actividades a través de los minimedios mencionados y algunos tienen preferencias específicas por ciertas formas de aprender e informarse.

## **CAPÍTULO IV**

### **MARCO REFERENCIAL**

#### **4. Marco Referencial**

##### **4.1. Misión**

Impartir una educación de calidad, basada en valores y principios socio comunitarios; para formar estudiantes autocríticos, reflexivos, respetuosos, democráticos y productivos en el marco del desarrollo humano local y universal en equiparación y proyección científica.

##### **4.2. Visión**

Contar con estudiantes críticos, reflexivos, autocríticos, propositivos, productivos; comprometidos a un aprendizaje que va más allá de las exigencias. En el marco del desarrollo humano local y universal en equiparación y proyección científica; ya que ellos y ellas son el principal recurso de nuestra ciudad y del Estado.

##### **4.3. Antecedentes y Ubicación**

La Unidad Educativa Simón Bolívar se encuentra ubicada en la Ciudad de El Alto 1 Distrito-14 de la zona Porvenir, entre calles Aniceto Arce y Los Andes, Carretera a Copacabana.

La Unidad Educativa se fundó el 2 de febrero del 2004 como un colegio privado a la cabeza del entonces Profesor Mario Siñani, Profesor Pedro Hilarión Gomes Mamani y Profesora Martha Estela Lucana. Para el 2012 con la resolución N°727 se realizó el trámite para los turnos inicial, primaria y secundaria. La Unidad Educativa empezó a trabajar con tres aulas y un baño. Actualmente viene funcionando 14 años a la cabeza del Director Lic. Willy Valerio Ticona Ticona y el plantel administrativo.

<b>UNIDAD EDUCATIVA SIMÓN BOLÍVAR</b>	
DIRECTOR	Lic. Willy Valerio Ticona Ticona
CONSEJO EDUCATIVO	Compuesto por seis carteras
PROFESORES	Comité de Gestión

*Fuente: Extraída del P.S.P. U.E.*

#### 4.4. Datos Referenciales

<b>UNIDAD EDUCATIVA SIMÓN BOLÍVAR</b>	
DIRECCIÓN	Carretera a Copacabana, entre calles Aniceto Arce y Los Andes.
DISTRITO	14
S.I.E.	40730463
RESOLUCIÓN ADMINISTRATIVA	RA727/2012
TURNOS	Mañana
PLANTEL DOCENTE Y ADMINISTRATIVO	43 docentes
Nº DE ESTUDIANTES	Inicial: 102 estudiantes Primaria: 402 estudiantes Secundaria: 340 estudiantes

*Fuente: Archivos Unidad Educativa.*

#### 4.5. Servicios Públicos

Según la observación realizada la Unidad Educativa Simón Bolívar, durante la segunda semana de julio hasta la primera semana de septiembre, se pudo evidenciar que el establecimiento y zona cuenta con los servicios públicos de agua y electricidad, pero no son constantes puesto que la zona está en crecimiento poblacional. Sin embargo, no cuenta aún con alcantarillado propio, solo con un pozo ciego, lo que ocasiona que los estudiantes

no puedan algunas veces lavarse las manos ni poder utilizar el agua. La electricidad en la zona no es constante puesto que hay días en los que se corta la luz.

#### **4.6. Aspectos socio - culturales**

La zona reúne condiciones sociales propias de colectividad acentuadas en la periferia urbana, por lo tanto, los vecinos pertenecen a sectores populares de tradición aymara arraigadas a costumbres ancestrales y que ideológicamente pretenden aspirar a un mejor desarrollo social, económico y mejorar su calidad de vida, la mayoría de los hijos son emigrantes de las provincias cercanas a la ciudad de La Paz. Según (R.U.D.E.) Registro Único de Estudiantes en la cual indica, que la población estudiantil de la institución son en su mayoría hijos de emigrantes de las provincias cercanas a la ciudad de La Paz. En la zona las autoridades están organizadas por políticas de coordinación y de asesoramiento con la junta escolar, cada uno de ellos cumple sus funciones específicas de acuerdo a normas establecidas, con miras a un cambio de política educativa en cuanto se refiere a la ley.

La Unidad Educativa realiza las actividades que son tradiciones y costumbres como ser: carnavales, todos santos, fiestas patrias y actos cívicos según a la fecha de cada mes. También, celebran el aniversario de la Unidad Educativa cada 24 de octubre. Cada lunes la Unidad Educativa se realiza el acto de la iza de la bandera realizando este acto dirigido a fomentar y promover los valores.

#### **4.7. Instituciones cercanas a la Unidad Educativa Simón Bolívar**

La Unidad Educativa tiene convenios de trabajo por el bien de la comunidad estudiantil con instituciones como ser: ONG, Alcaldía, para la atención de orientación vocacional, psicológica y salud de los estudiantes.

INSTITUCIONES	
SALUD	Centro de Salud - San Roque
POLICÍA	Módulo Policial Comunitario
SUB –ALCALDÍA	Distrito 14

*Fuente. Elaboración propia*

#### **4.8. Hábitos en consumo de alimentos nutritivos**

Se pudo observar durante los meses de septiembre y octubre que en la Unidad Educativa a diario se les da el desayuno escolar, que viene desde la alcaldía media hora antes del recreo. Así mismo, una vez al mes se prepara el “desayuno saludable”. Sin embargo, los estudiantes a la hora del recreo que es a partir de las 10:40 a.m., salen y el primer lugar a que acuden es al puesto de ventas de la portera del colegio, del cual adquieren una variedad de dulces y golosinas, entre ellos: “pipocas”, “papas fritas”, “chupetes” y otros.

El maestro del Área de Comunicación y Lenguaje, Freddy Cruz, en una entrevista indicó que “desde el área de lenguaje se trabaja lo que son los minimedios como parte elemental del currículo y los estudiantes conocen y saben sobre la realización de los mismos. Ahora sobre el tema de lo que es la alimentación puedo decir que es un problema en los estudiantes desde la casa, por el mismo contexto en el que trabajamos, porque la mayor parte de los estudiantes son provenientes de área rural y tienen muy poco conocimiento sobre los alimentos energéticos, proteínicos y nutrientes. Pese a que se viene trabajando el Proyecto Socioproductivo de la Unidad Educativa desde las diferentes áreas y como maestros tratamos de informar a los estudiantes que alimentos deben consumir, así mismo en los temas de avance hacemos referencia sobre la alimentación. Habría que buscar otras estrategias de manera conjunta para ir inculcando para que los estudiantes vayan aprendiendo” (Cruz F., 15 de noviembre, 2018).

Argumentando a la entrevista se observó que los estudiantes van al puesto de la señora que prepara sopa de fideo y arroz con lentejas, siendo la primera opción la más adquirida y requerida por los estudiantes. El estudiante, Brayan Mendoza, indicó en la entrevista



realizada que “cuando toca el timbre del recreo salimos con mis amigos a comprar dulces o sopa de fideo, porque es muy rica y además me llena el estómago y a la salida vuelvo a comprarme otra vez para llevar a mi casa y comer con mis hermanitos” (Mendoza B., 5 de noviembre, 2018). Se pudo constatar que gran parte de los estudiantes a la hora del recreo optan por consumir sopa de fideo y golosinas de todo tipo, masitas, galletas, chupetes, pipocas, sopa de fideo que no coadyuvan con su alimentación.

Según los datos del cuestionario aplicado, se evidencio que el 26% de los participantes indica que consumió golosinas, el 9% sopa de fideo, el 15% frutas, el 21% pipocas o papas fritas y el 29% no comió nada. Eso demuestra que los estudiantes prefieren consumir golosinas, papas fritas, sopa de fideo, pero también sucede que una gran parte de los estudiantes no consumen nada en el recreo, es decir no traen recreo o no quieren comer nada; y un grupo reducido consume algo nutritivo como una fruta. Existe un total desconocimiento sobre la importante que es tener una buena alimentación y especialmente en la etapa de la adolescencia.

La señora, Wilma Choque Acho mencionó “soy la portera de la Unidad Educativa y solo vendo productos de 50 centavos en adelante, de todo surtido un poco porque a los chicos les gusta. A principios de año yo pensé en traer frutas, pero rápido se hace daño y si los chicos no me compran se haría daño y ahí nomás se va la ganancia, ellos prefieren comprar golosinas o sopa de fideo antes que frutas. Igual afuera creo que traían ensaladas, pero los chicos no consumían; solo chicles, masticables, chizitos eso nomas consumen” (Choque W., 25 de noviembre de 2018).

Así mismo se pudo observar que a la hora del recreo algunos estudiantes no consumían en su totalidad el desayuno escolar dejándolos en distintos lugares de la Unidad Educativa, la fruta y el desayuno escolar que se les había otorgado. Otro dato importante fue que el desayuno distribuido a diario era el mismo producto, el cual no era del agrado de los estudiantes.

En cuanto a la hora de la salida, también se pudo evidenciar que una gran mayoría de los estudiantes de la Unidad Educativa, antes de ir a su casa, consumen dulces y alimentos que no son nutritivos, de los puestos que están en frente del colegio. Este es un hábito que gran parte de los estudiantes lo tiene adquirido.

(Luna S., 15 de noviembre, 2018) La maestra del área de Religión y valores indicó que “los estudiantes no son participativos en el aula, sin embargo, el rendimiento escolar no es integral y uno de los factores es la irresponsabilidad; y por otro lado, algunos estudiantes no están bien alimentados en el curso están soñolientos o desganados. Aunque, se está trabajando para fortalecer la buena alimentación en los estudiantes de manera conjunta con los profesores de la Unidad Educativa de distintas maneras, hace falta una orientación de otra forma para que ellos puedan entender que su alimentación es muy importante”.

Por otro lado, la enfermera del Centro de salud “San Roque” (Condori A., 1 de noviembre, 2018) indicó que “Nosotras venimos a realizar el control y las vacunas en los estudiantes de la Unidad Educativa y algunos aún no están acostumbrados a las vacunas o vitaminas y no la aceptan, no se dan cuenta que es por su salud y la mayoría de los estudiantes no cumplen con la talla y el peso adecuado según su edad, es por eso que nosotras hacemos los esfuerzos por el bien de la salud”.

En ese sentido cabe resaltar que en la Unidad Educativa no practican los hábitos alimenticios adecuados y si los estudiantes no conocen sobre la importancia de la alimentación demuestran bajo aprendizaje, habilidades cognitivas y este seguiría siendo uno de los principales problemas en los estudiantes para su desarrollo integral y saludable.

#### **4.9. Costumbres y actitudes de los estudiantes**

Tomando en cuenta el contexto y la ubicación de la Unidad Educativa, se pudo evidenciar que los adolescentes aún mantienen arraigadas las características socioculturales y demográficas, estas características que se han convertido en ventajas respecto a la de sus padres como la oportunidad de contar con mayores niveles de escolaridad, cambios en su

estructura familiar. Sin embargo, los adolescentes aún conservan costumbres de las provincias aledañas de las que ellos provenían como ser el pastoreo, crianza de animales gallinas, conejos y cerdos, actividad deportiva en las canchas de la zona como el fútbol que son una de las actividades practicado con mayor frecuencia. En cuanto a sus actitudes y comportamientos se pudo observar la búsqueda y la pertenencia a un grupo de pares con los cuales se identifiquen, para realizar distintas actividades como asistir a la iglesia, formar grupos de música denominados “kantus” y la participación activa en las fechas festivas de la zona y de la Unidad Educativa.

#### **4.10. Utilización de la Comunicación Alternativa entendida como la producción de minimedios en la Unidad Educativa y la participación**

La Unidad Educativa por estar ubicada en una zona alejada y aledaña al área rural de la Ciudad de El Alto, entre Docentes y estudiantes elaboran minimedios para el avance curricular de clase según la materia y el tema de cada grado y curso. Entre los medios alternativos que ellos producen están:

- Los periódicos murales realizados por estudiantes referentes a un tema particular.
- Teatro como parte del currículo en la materia de lenguaje y comunicación.
- Títeres para fortalecer la comunicación oral en la materia de lenguaje.
- Los comics artesanales referidos a los temas de avance de la materia de lenguaje y comunicación.
- La comunicación oral como medio de comunicación directa todos los lunes en la iza de la bandera a cargo del Director, Docentes y estudiantes con el fin de informar sobre un tema específico.

#### **4.11. Comunicación Alternativa como forma de participación en la Unidad Educativa**

La Unidad Educativa viene trabajando desde hace dos años el Proyecto Socioproductivo (PSP) “Consumo de alimentos nutritivos para una vida saludable”. En una entrevista el

Director de la Unidad Educativa manifestó que “la comunicación ha sido permanente con los padres de familia, docentes y estudiantes con el fin de mejorar los hábitos alimenticios de los estudiantes. “Se realizan distintas actividades y también de manera personal pasando curso por curso a hablar de manera reflexiva con los estudiantes sobre la importancia de la alimentación, pero lamentablemente el tiempo y la organización son un factor decisivo en todas las actividades, para concretar al cien por ciento y eso es lo que es nuestra limitante por lo cual nuestro proyecto no se pudo completar. Así mismo la participación total y activa de la comunidad como ser los padres de familia para llegar a cumplir de manera positiva y lograr sostenibilidad”. Es por tanto que a pesar de las actividades y el compromiso total del Director y plantel Docente no se logró concretar de manera positiva con el Proyecto Socioproductivo.

Los minimedios utilizados para el Proyecto Socioproductivo de la Unidad Educativa son:

<b>MEDIOS DE COMUNICACIÓN ALTERNATIVA UTILIZADOS EN LA UNIDAD EDUCATIVA</b>		
<b>Minimedios</b>	<b>Actividad</b>	<b>Responsables</b>
Preparación de desayuno en base a frutas del contexto.	Desayuno saludable una vez a la semana.	Docentes de la comisión.
1. Comunicación oral en el avance curricular.	Introducción del tema de la alimentación en el avance de temas.	Docentes
2. Panel informativo.	En cada curso existe un panel a través del cual se comunican las diferentes actividades.	Docentes de la comisión.

*Fuente. Elaboración propia.*

Si bien la Comunicación Alternativa se hace visible y presente en la Unidad Educativa Simón Bolívar, ésta tiene falencias que afectan y no ayudan al fortalecimiento y buenos hábitos en la alimentación de los estudiantes que continúan incurriendo en tener los hábitos del consumo de alimentos que no son nutritivos y no ayudan en nada a su salud, y

buen rendimiento escolar. Esta situación en relación a la observación y análisis se podría contrastar con lo que Beltrán (1968) “indica que el desarrollo implica interacción, movilización y participación universal en la toma de decisiones en cuestiones de interés público y en el proceso de logro de los objetivos nacionales. Y la interacción, la movilización y la participación no pueden tener lugar sin las comunicaciones” (p.3).

#### **4.12. Medios de comunicación de preferencia de los estudiantes**

Tomando en cuenta que hoy en día la tecnología está al alcance de la sociedad y en especial de los adolescentes, en la Zona Porvenir las preferencias y la conexión con la tecnología tiene características diferenciales ya que la dotación de recursos y el nivel socioeconómico es asimétrica a diferencia de las zonas urbanas. La zona aún no cuenta con electricidad constante, lo que los limita más aun a estar conectados. Del mismo modo según el reglamento de la Unidad Educativa está prohibido el uso de los celulares. Sin embargo, ellos están relacionados constantemente con espacios de comunicación diferente en la que interactúan de forma directa y dinámica a través de las habilidades que tienen para producir sus propios materiales y comunicar algo, como los periódicos murales, cuadros, el teatro, que constantemente es realizado por estudiantes, al igual que las ferias en las que se pudo evidenciar la gran variedad de materiales elaborados por ellos mismos.

#### **4.13. Actividades realizadas por los estudiantes para la difusión de la alimentación nutritiva como estrategia comunicativa**

Según los datos obtenidos que se realizaron en el cuestionario aplicado el 64% cree que es importante saber y conocer sobre los alimentos nutritivos, el 2% indica que no, el 6 % tal vez y el 28% solo un poco.

Datos que demuestran que una gran parte de los estudiantes consideran que es importante conocer sobre los alimentos nutritivos, para su vida y salud, ya que el 53% indico que no recibió información sobre alimentación nutritiva. Lo que indica que los estudiantes conocen muy poco o casi nada sobre la alimentación nutritiva.

Así mismo un 69% indicó que sí es importante informarse y aprender sobre alimentación nutritiva, el mismo que ayudaría a fortalecer los hábitos alimenticios.

Es en ese sentido y por tal razón que se trabajó bajo la categorización de los minimedios elegidos por los estudiantes para poner en marcha la estrategia comunicativa y tener la participación total de todos los estudiantes.

## **CAPÍTULO V**

### **MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL**

#### **5. Marco Teórico Conceptual**

##### **5.1. Comunicación Social**

Rizo (2009) establece que “la comunicación, como vínculo, como relación social, es el fundamento de la construcción de los mundos de vida, es el conjunto de asociaciones entre procesos de la experiencia, que permite la construcción de mundos compartidos. Desde este punto de vista el campo académico de la comunicación debería ocuparse fundamentalmente de los procesos de construcción de sentido de estudiar los procesos a partir de las cuales los individuos, las comunidades y las culturas construyen y adjudican sentidos y valores a sus mundos de la experiencia”. (p.34)

Por lo tanto, la comunicación social es constante y dinámica, permite la transmisión de experiencias de las distintas comunidades y culturas.

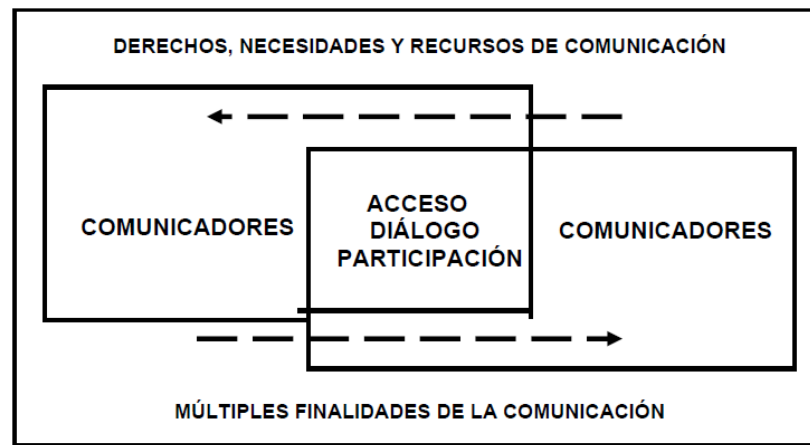
Para Kaplun (2002) “la verdadera comunicación no está dada por un emisor que habla y un receptor que escucha, sin por dos o más seres o comunidades humanas que intercambian y comparten experiencias, conocimientos, sentimientos, aunque sea a distancia a través de medios artificiales. A través de ese proceso de intercambio los seres humanos establecen relaciones entre sí a pasan de la existencia individual aislada a la existencia social comunitaria”. (p.58)

Así mismo señala Kaplun (2002) “que la comunicación es un conjunto realizado por dos o más personas las cuales intercambian ideas o pensamientos de manera participativa estableciendo una comunicación social no aislada, sino más bien conjunta e integral”.

Por tanto, la comunicación social es la construcción constante de intercambio de ideas, pensamientos, mensajes en las cuales los actores son participantes a priori en el sistema de comunicación social.

Como lo plantea Beltrán (2007 “La comunicación es el proceso de interacción social democrática que se basa sobre el intercambio de símbolos, por los cuales los seres humanos comparten voluntariamente experiencias bajo condiciones de libre acceso e igualitario, dialogo y participación” (p.17).

### Modelo de la comunicación horizontal de Luis Ramiro Beltrán



Así se plantean en las siguientes líneas según Beltrán:

- **Acceso:** es el ejercicio efectivo del derecho a recibir mensajes.
- **Diálogos:** es el ejercicio efectivo del derecho a recibir y al mismo tiempo emitir mensajes.
- **Participación:** es el ejercicio efectivo del derecho a emitir mensajes.
- **Comunicadores:** son todos los seres humanos aptos tanto para recibir mensajes como para emitirlos.
- **Necesidad de comunicación:** es tanto una demanda natural individual como un requerimiento de la existencia social para usar los recursos de comunicación a fin de entrar a compartir las experiencias por interacción mediada por símbolos.
- **Recurso de comunicación:** es cualquier elemento energía/materia-símbolos entre los seres humanos.



Beltrán también señala que la comunicación social es la forma más democrática de hacer comunicación pues esta implica una interrelación a través del uso del lenguaje compuesto de signos. Una forma de hacer comunicación a través de intercambios y experiencias entre personas, grupos y comunidades construyendo su propia forma de emitir ideas y pensamientos.

Para los autores citados anteriormente, la comunicación social es la más adecuada y democrática en el proceso de comunicarse, pues indican que esta comunicación posee una función dinámica que implica interacción, participación e intercambio de experiencias de manera voluntaria.

Se debe entender a la comunicación social como un proceso de diálogo público y constante de participación activa entre los participantes como actores y protagonistas de su propia comunicación. De igual forma Montes (1983). Indica que “La comunicación es un fenómeno complejo, ya que es un hecho social; pero es también una categoría que debe ser elaborada teóricamente y definirse como proceso con elementos, estructura, relaciones, dinámica” (p.15). Una comunicación basada en la relación constante y dinámica en cual el sujeto es parte del hecho social. Así también argumenta Schütz (1993) “la comunicación ya presupone una interacción social sobre la cual se fundamenta, tal como la relación de sentirse “sintonizados” uno con otro, de estar motivado a dirigirse al otro o escucharle” (p.38).

Una comunicación social accesible en la cual los participantes puedan ser los propios constructores de los medios a utilizar, que puedan ser empleados a la hora de emitir una idea o pensamiento; como un núcleo generador de una comunicación democrática y para todos.

## **5.2. Comunicación para el Desarrollo**

Cossío (2013) señala que “la comunicación para el desarrollo es un término abarcador que designa las investigaciones e intervenciones relacionadas con el mejoramiento de las condiciones de la gente que está luchando con problemas

económicos, sociales y políticos en los países no occidentales. En la cual las comunidades son consideradas principales actores, en vista de una mejor integración para el Desarrollo” (p.32)

Tal como define:

Beltrán (2005) “La comunicación alternativa para el desarrollo democrático es la expansión y el equilibrio en el acceso de la gente al proceso de comunicación y en su participación en el mismo empleando los medios masivos, interpersonales y mixtos para asegurar, además del avance tecnológico y del bienestar material, la justicia social, la libertad para todos y el gobierno de la mayoría”. (p.21)

Así los comunicadores latinoamericanos construyen este nuevo modelo que sirve de base para el desarrollo que las personas son los propios actores de la comunicación. Con la comunicación alternativa se busca el desarrollo y el cambio social para lograr la equidad y la autodeterminación de sus propias problemáticas.

### **5.3. Comunicación Alternativa**

“La teoría de la comunicación alternativa es el ámbito de estudio orientado a investigar, teorizar y planear estrategias a partir de este tipo de experiencias comunicativas, incluyendo exposiciones en soportes mediáticos diversos: prensa, radio, televisión, internet, artes, música, teatro, comic, etc.” (Barranquero, 2010, p.5).

Para Simpson (1986), democratizar significa hacer que el derecho a la comunicación esté garantizado para todos, que no sea el privilegio de una minoría, menos aún si esta se constituye a raíz de su poder económico. Democratizar significa que la sociedad hace posible la realización de ese derecho sobre la base de la participación organizada y el financiamiento social de la actividad comunicativa. Democratizar significa que la comunicación vertical y la producción industrial de los bienes portadores de mensajes se ponen al servicio del desarrollo de la convivencia social, de la comunicación horizontal, de la creación

artesanal, de la participación social activa y responsable; en suma, del proceso de democratización. (p.99)

Un tipo de comunicación que inserte de manera constructiva a los medios con los cuales se va a comunicar algo. A través de la participación conjunta que puedan crear los propios medios para transmitir información.

Corrales y Hernández (2014) “afirman que la comunicación alternativa es una respuesta no autoritaria a la voluntad del cambio social, gracias a ella conocemos la voz de los actores sociales: hombres y mujeres que viven, piensan y sienten, y que buscan ser escuchados” los medios de comunicación alternativa siempre han existido por la forma en la que estas se han ido construyendo por medio de los actores sociales que son base para el desarrollo social. Una realidad innegable, que está latente en la sociedad.

#### **5.4. Minimedios Alternativos**

Según Vera (2008) los minimedios “son los medios opcionales (alternativos) a los medios masivos de comunicación, que llega a un grupo heterogéneo de la población, en donde el mensaje debe ser para un receptor conocido, surge por y para una organización” (p.4).

El autor señala los siguientes minimedios alternativos:

##### **✓ El periódico mural**

Es de contenido didáctico o educativo político generalmente realizado a mano u ocupando una hoja de gran tamaño que se coloca sobre un espacio fijo, este es un medio de comunicación social de bajo costo está compuesto por texto e imágenes, exhibido en sitios públicos.

##### **✓ El afiche**

El afiche es un minimedio de carácter formal, los mensajes deben ser breves, pero completos y prevalece más la imagen.

### ✓ Teatro popular

El teatro popular es un medio excelente para ayudar al pueblo a estar más consciente de las necesidades y capacidades de las personas. En el teatro popular, pueden participar como artistas diferentes personas deshabilitadas, padres de niños deshabilitados, promotores de salud o rehabilitación y niños de escuela. Para montar una obra, no se necesita un escenario especial, pero por lo general sirve mejor un área un poco elevada, con una pared lisa o una cortina de fondo. Una obra de teatro también se puede montar con éxito en plena calle, en la plaza del pueblo o en el mercado. Entre otros también se encuentran los títeres, trípticos, radio bocinas o megáfonos.

### ✓ Títeres

Así Baird (1965) “define el títere como una figura inanimada que se mueve mediante el esfuerzo humano delante un público”. Un títere es un muñeco que se mueve mediante hilos u otro procedimiento, puede estar fabricado con trapo, madera o cualquier otro material y permite representar obras de teatro, en general dirigidas al público infantil.

Según el autor se pueden definir más concretamente y establecer que existen tres grandes tipos de títeres:

Títere de guante. Como su propio nombre indica, es aquel que tiene forma de guante por lo que el artista que trabaja con él inserta su mano en este para luego moverlo a su antojo. No obstante, existe una variación y es aquel conjunto de títeres que se insertan en los dedos.

Títere de hilos, que se mueve a través de unos hilos que tiene enganchados y en cuyo final se encuentran las manos del titiritero que es el que los moverá.

Títere de peana. Se dan en llamar así porque tiene un soporte de madera y también una varilla que son los elementos que permiten trabajar con él al tiempo que sostenerlo.

Los títeres juegan un papel preponderante en la educación del niño, porque intervienen en el desarrollo normal de la fantasía e imaginación y consecuentemente en sus habilidades, inteligencia, aptitudes.

### ✓ **Volantes**

Es un papel impreso, generalmente del tamaño de media cuartilla, que se distribuye directamente de mano en mano a las personas en las calles y en el cual se anuncia, pide, cuestiona o hace constar algo. Su mensaje es breve y conciso, por lo cual se diferencia del tríptico y del folleto, aunque se acepta que el volante es un cierto tipo de folleto breve. Se conoce en inglés como flyer. (Broca, s.f., p.1)

Tipos de volantes Por su contenido, un volante puede ser:

**Informativo:** Contiene información de interés general. (Avisos usados por ayuntamientos, juntas de vecinos, asociaciones, iglesias, etc.).

**Publicitario:** Anuncia un producto comercial, un establecimiento o un servicio.

**Panfletario:** Difama o critica a algo o a alguien. Recaudatorio – Hace una petición a quien lo recibe, generalmente de dinero.

## **5.5. Comunicación Oral**

Así como su propio nombre lo dice “comunicación oral” refiere específicamente de un tipo de comunicación y transmisión de mensajes continuos, donde la voz es el elemento base para comunicarse con el otro.

Fonseca, Correa, Pineda y Lemus (2011) explican que: “La comunicación oral está ligada a un tiempo, siempre dinámica en un continuo ir y venir. Normalmente, las personas interactúan hablando y escuchando; el hablante tiene en mente al oyente y el oyente al hablante”.

Una comunicación constante donde intervienen personas que necesariamente quieren decir o emitir un mensaje, idea o pensamiento a través de cualquier medio donde intervenga la voz como: el teatro, un discurso, teatro de títeres y otros.

La comunicación oral tiene la capacidad de utilizar la voz, los gestos y todos los recursos de expresividad de movimientos del hablante. La entonación de la voz, la gesticulación y los movimientos ayudan a interpretar con más exactitud el significado de los mensajes; lo apoyan y complementan. (Fonseca et al., 2011, p.14)

La comunicación oral tiene como característica principal transmitir, enviar y recibir el mensaje a través de cualquier medio que vaya acompañado de la voz como prioridad.

## **5.6. Comunicación Educativa**

Para Freire (como se citó en Ortiz, 2012) “La educación es comunicación, es diálogo en la medida en que no es transmisión de un saber, sino un encuentro de sujetos interlocutores que buscan la significación de los significados” (p.1).

Tomando en cuenta lo planteado por Freire, se afirma que comunicación y educación son dos conceptos relacionados, pues no sería posible una tarea educativa sin la acción comunicativa.

Ortiz (2012) señala que la comunicación, en tanto que lenguaje permea toda la práctica educativa; por ello, hablar allí de comunicación es hablar de relaciones y prácticas, de saberes, de poder y dominación, de construcción de identidades, y constitución de espacios democráticos. La enseñanza educativa así puede entenderse como un proceso de comunicación humana en donde existe el reconocimiento legítimo de sujetos con sus formas particulares de pensar. (p.12)

Prácticamente no existiría educación sin comunicación, pues los medios son el eje central entre el docente y estudiante como emisor y receptor. Relación en la cual interactúan ambos; es decir no habría enseñanza sin el acto comunicativo, a la hora de impartir conocimiento al estudiante y este tampoco podría realizar una retroalimentación.

Sin lugar a dudas, el educador brasileño Paulo Freire es considerado la principal inspiración de los estudios y la práctica de la comunicación/educación para el desarrollo en Latinoamérica, especialmente por su comprensión pionera del vínculo

entre ambos procesos y por la importancia que atribuyo a los mismos en la planificación del cambio social. (Barranquero, 2006, p.4)

Entonces se podría afirmar que la educación es en particularidad un proceso de comunicación en la cual los estudiantes o participantes intercambian significados que los ayude a aprender y agrandar sus conocimientos, a través de distintos medios como la comunicación oral, visual, gestual y otros. No hay Comunicación sin Educación, como no hay Educación sin Comunicación.

### **5.7. Comunicación en Salud**

La comunicación para la salud ha ido ocupando cada vez más un lugar muy importante a la hora de informar y brindar orientación o prevención sobre algún cuidado para la sociedad.

Choque (2005) indica que la comunicación para la salud es el proceso social, educativo y político que permite y promueve la conciencia pública sobre la salud, promueve estilos de vida saludables y la acción comunitaria a favor de la salud, brindando oportunidades y ofreciendo a la gente poder ejercer sus derechos y responsabilidades para formar ámbitos sociales y políticos favorables a la salud y al bienestar (p.8).

Es así como la comunicación para la salud es muy importante en la consecución de políticas públicas que vayan a favor de los individuos y las comunidades. La comunicación, educación y salud van de la mano.

La comunicación favoreciendo y mejorando los estilos de vida saludables a través de los medios de comunicación conjuntamente con la educación que ayude a interactuar constantemente para un cambio de vida a un estilo de vida saludable. En la cual las personas tengan el acceso al intercambio de información, la difusión abierta que les permita mejorar su salud.

### **5.7.1. Adolescencia**

Según Papalia (2012) “la adolescencia, una transición del desarrollo que implica cambios físicos, cognoscitivos, emocionales y sociales, y que adopta distintas formas en diferentes escenarios sociales, culturales y económicos” (p.354). Por otro lado, también la Organización Mundial de la Salud define a la adolescencia como el período de crecimiento que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y 19 años. Independientemente de la dificultad para establecer un rango exacto de edad es importante el valor adaptativo, funcional y decisivo que tiene esta etapa.

De modo que esta etapa es de vital importancia en esa transición del paso a la adultez, pero en esencia es una etapa en cual el adolescente atraviesa diversas situaciones, desafíos, cambios, dudas para ellos y para los que los rodean.

### **5.7.2. Definición de Alimentación**

Según el Dr. Juan Carlos Ticona “la alimentación es la ingesta de alimentos por parte del ser humano a través de los organismos para conseguir los nutrientes necesarios que el cuerpo necesita y así sobrevivir realizando todas las actividades necesarias del día a día”.

Martínez y Pedrón (2016) señalan que “La alimentación es una actividad fundamental en nuestra vida. Por una parte, tiene un papel importantísimo en la socialización del ser humano y su relación con el medio que le rodea. Por otra, es el proceso por el cual obtenemos los nutrientes que nuestro cuerpo necesita para vivir”. (p.7)

Como lo señalan las autoras, la alimentación es una parte fundamental y esencial para el ser humano y que este no debe olvidar que una alimentación completa y equilibrada trae como consecuencia beneficios positivos con probabilidades mínimas de desarrollar alguna enfermedad y así este pueda tener y gozar de una vida saludable a lo largo de su vida en todos los aspectos.



### 5.7.2.1. Tipos de Nutrientes

- **Proteínas:**

Son los ladrillos necesarios para crecer y reparar daños en el cuerpo. Se encuentran en las carnes (de res, aves de casería), pescado, huevos, leche, quesos, (mortadela, salchichón), granos como frijoles, arvejas, lentejas.

Las proteínas representan una de las tres principales clases de macronutrientes junto los hidratos de carbono y los lípidos. Se requieren las proteínas de la alimentación como fuente de aminoácidos, tanto esenciales como no esenciales, para usarlos en la síntesis de proteínas corporales estructurales y funcionales. (Katz et al., 2015)

- **Carbohidratos:**

“Los hidratos de carbono representan la principal fuente de toda materia viva y, asimismo, la más importante fuente de energía alimenticia para los seres humanos en casi todas las culturas” (Katz et al., 2015). Dan energía y calor para moverse y desarrollar todas las actividades diarias. Se encuentran en los cereales: maíz, trigo, tubérculos o verduras como la papa, apio, yuca, plátano; azúcar (blanca o morena), miel y granos.

- **Grasas:**

“Los lípidos se clasifican de manera general como compuestos solubles en disolventes orgánicos, pero no en agua, y derivan de productos vegetales y animales” (Katz et al., 2015). Son la fuente de energía para nuestro cuerpo y cerebro. Forman parte de los tejidos del cuerpo y de algunas vitaminas.

### 5.7.3. Alimentación en la Adolescencia

La adolescencia es una etapa de la vida marcada por importantes cambios tanto físicos como emocionales y sociales. Sobre estos cambios, la alimentación cobra una esencial importancia para un desarrollo integral y saludable en esta etapa de su vida. Según la

Organización Mundial de la Salud (OMS) se considera adolescente a los jóvenes entre 10 y 19 años de edad. Etapa en la cual los nutrientes deben estar presentes diario en especial proteínas, zinc, hierro, calcio, fibra, almidones, omega 3, complejo b, vitamina A, D, y C. Una dieta que cuente con todos los nutrientes mencionados anteriormente que no sean monótonos a la hora de su consumo.

Lograr que el adolescente coma de todo y saludable no es tan fácil, es por eso que para evitar una dieta inadecuada es necesario una buena información e inculcar buenos hábitos.

Los aspectos específicos de la alimentación, la salud y la adolescencia se relacionan con los patrones de actividad física y las circunstancias de la imagen corporal. Los adolescentes relativamente sedentarios tienen riesgo de desarrollar obesidad porque la ingestión de nutrimentos energéticos es mayor que las necesidades. La obesidad en la adolescencia es un adelanto de la obesidad en la edad adulta. De manera similar, la combinación de inactividad y consumo excesivo de productos procesados y comida rápida, ricos en grasas saturadas, de azúcar, sal y calorías predispone a los aumentos de colesterol, insulina y, tal vez, presión arterial. (Katz et al., 2015, p.707)

Tal como lo indican los autores, los patrones de alimentación en la adolescencia son muy importantes y así también se pueden desarrollar hábitos si se tratan los factores ambientales y conductuales con los nutrientes necesarios.

Sin embargo, en todo el mundo la mala nutrición es más frecuente entre las poblaciones económicamente deprimidas o aisladas, pero también puede ser resultado de la preocupación por la imagen corporal y el control del peso (Vereecken y Maes, 2000, como se citó en Papalia, 2012). Los trastornos alimentarios, entre ellos la obesidad, son más prevalentes en las sociedades industrializadas donde abunda la comida y el atractivo se equipará con la delgadez; pero al parecer esos trastornos también van en aumento en los países no occidentales (Makino, Tsuboi y Dennerstein, 2004, como se citó en Papalia, 2012).

Tal como los autores lo señalan que la nutrición debe ser un punto de atención y en especial para los adolescentes que están en pleno desarrollo y que estos marcaran su vida en la adultez.

#### **5.7.4. Hábitos Alimenticios**

Antes de explicar que son los hábitos alimenticios es necesario mencionar que “Un hábito se refiere a un acto que es tomado por costumbre, es una acción que alguien realiza tantas veces que se vuelve parte del día a día en su rutina. Los hábitos por lo general son movimientos sencillos de las personas para complementar su vida de momentos y funciones”. (Rodríguez, 2021, p.1)

En ese sentido los hábitos son acciones que el ser humano realiza de manera constante haciéndolo parte de su vida y su rutina en el diario vivir. En ese sentido los hábitos alimenticios según la Fundación Española de la Nutrición (FEN, 2014,) indica que “los hábitos alimentarios son comportamientos conscientes, colectivos y repetitivos, que conducen a las personas a seleccionar, consumir y utilizar determinados alimentos o dietas, en respuesta a unas influencias sociales y culturales”.

De modo que para hablar de los hábitos alimenticios es necesario tomar en cuenta aspectos importantes, según Yudkin (1993):

**Preferencias Alimenticias:** Son los alimentos especiales que le gustan o no a los individuos. **Elección alimenticia:** Son los alimentos elegido determinado. s por el individuo en un momento **Hábitos alimenticios:** Son la suma de alimentos elegidos por un individuo y constituye su dieta total.

**Costumbres alimenticias:** Este concepto se refiere a los patrones de consumo de poblaciones o grupos, quizá de una familia. No obstante, dichos patrones se les conoce con frecuencia hábitos alimenticios.

“El conocimiento profundo sobre la naturaleza de los hábitos alimenticios y de cómo se generan y evolucionan, es la piedra angular para comprender la conducta alimenticia y modificarla en caso necesario” (Bourgues, 1990, p.20).

### **5.7.5. Adolescencia y Conocimientos sobre Alimentación**

Según Cano et al. (1998):

La adolescencia es una época especialmente importante, debido a que los jóvenes son muy susceptibles a aceptar los mensajes que reciben, siendo además blanco preferido de los mensajes publicitarios y de las modas, se les incita a consumir determinados alimentos, actuar de determinadas maneras e incluso se les impone una imagen corporal ideal a seguir por todos, cuerpos fuertes, atléticos y musculosos, y sobre todo y en las chicas cuerpos delgados y esbeltos, lo cual influye decisivamente en los hábitos alimentarios de nuestros jóvenes.

En ese sentido los conocimientos sobre alimentación por parte de los adolescentes son guiados por la información que adquieren a través de los medios de comunicación y que además los adolescentes “se encuentran en una etapa en la cual imitan hábitos de consumo de su familia y amigos. Otro factor que influye es la publicidad, la cual está modificando sus hábitos alimentarios” (Alvarado y Luyano, 2013, p.42). Lo que conlleva a indicar que este conocimiento sobre alimentación por parte de los jóvenes ingresa también por el entorno en el que ellos se desenvuelven.

### **5.8. Factores que Influyen en la Alimentación**

Passmore et al. (1975, como se citó en Camargo, 2021) afirman que existen algunos factores que intervienen en el consumo de los alimentos y se clasifican en dos grupos: factores económicos (I) y factores sociales y culturales (II) clasificados de la siguiente manera:

- ✓ Factores económicos: Juegan un papel muy importante en la cantidad y tipo de alimentos que se pueden consumir. Los autores consideran que se deben analizar los precios de los alimentos en una región en especial y la confrontación entre el costo de una dieta suficiente y el nivel de los salarios, los cuales pueden revelar hasta qué punto los ingresos son un factor determinante de la suficiencia o la insuficiencia dietética. Y como consecuencia, el alto costo de los alimentos de mayor valor nutritivo como el huevo, carne, pescado, puede privar al estudiante de adquirirlos y, por tanto, desequilibrar su alimentación.
- ✓ Factores sociales y culturales: Influyen de manera considerable en el consumo de los alimentos, se puede decir que la causa de un estado nutricional deficiente o de una alimentación adecuada se debe en gran medida a los hábitos sociales y culturales. Algunos alimentos son considerados por su valor social más que por su valor nutricional. Se puede decir, que la preferencia por algún tipo de alimento está basada en proporcionar cierto prestigio al consumidor.

En ese entendido los autores señalan que las costumbres, los mandatos socioculturales y factores económicos son los principales factores que influyen en la elección de un tipo de alimento.

Según Camargo (2021)

Otro de los factores externos que influyen también son el contexto, La alimentación también está determinada por la influencia de numerosos factores externos (características familiares, amigos, valores sociales y culturales, medios de comunicación social, conocimientos nutricionales, experiencias y creencias personales, etc.) e internos (características y necesidades fisiológicas, imagen corporal, preferencias y aversiones en materia de alimentación, desarrollo psicosocial, salud, etc.). (p.68)

## **5.9. Comunicación para la Prevención**

Durante mucho tiempo, las deficiencias y los hábitos alimentarios han sido la principal amenaza nutricional a la salud de los niños, adolescentes y adultos. Sin embargo, el objetivo de la salud es otorgar una vida saludable al ser humano. Y es de esa manera que Katz et al. (2015) nos plantea lo siguiente:

No obstante, los posibles beneficios de la promoción exitosa de la salud alimentaria justifican un abordaje intensivo en la práctica clínica. El conocimiento de la alimentación y la salud, y también las técnicas de asesoramiento conductual eficaz constituyen actividades en constante proceso, pero lo suficientemente adelantadas como para sustentar su aplicación constructiva.

Es decir que una buena información en salud asegura la calidad de la alimentación y que esta pueda influir en todos los aspectos de nuestra salud. Tomando en cuenta que la comunicación en salud es sensibilizar y cambiar las actitudes, así como inculcar nuevos comportamientos generando interés.

## **CAPÍTULO VI**

### **MARCO GENERAL O ESTRATEGIA OPERATIVA**

#### **6. Marco General o Estrategia Operativa**

##### **6.1. Descripción del Trabajo Dirigido**

El presente Trabajo Dirigido se enfocó en presentar las actividades prácticas y útiles que coadyuvaron a la Comunidad Educativa y tuvo como propuesta principal desarrollar una estrategia comunicacional. Por lo tanto, el presente trabajo dirigido fue dividido de la siguiente manera:

- ✓ Organización con la Comunidad Educativa: en la cual se llevó a cabo toda la propuesta: Director, maestros, padres y madres de familia y estudiantes con los cuales se trabajó.
- ✓ Así mismo se pasó a explicar a cada curso que son los minimedios alternativos y el fin con los que serán utilizados. Seguidamente se les presento los contenidos a trabajar en cada actividad y la clasificación por cursos para que de manera intercalada puedan trabajar de manera simultánea.
- ✓ Elaboración de materiales.
- ✓ Selección de los materiales realizados.
- ✓ Producción y puesta en marcha de todas las actividades
- ✓ Evaluación.

##### **6.2. Destinatarios**

El presente trabajo, fue dirigido a estudiantes del Nivel de Educación Secundaria Comunitaria Productiva de la Unidad Educativa Simón Bolívar.

### **6.3. Beneficiarios**

**Directos:** Los beneficiarios directos fueron todos los estudiantes del nivel de Educación Secundaria Comunitaria Productiva de la Unidad Educativa Simón Bolívar.

**Indirectos:** Los beneficiarios indirectos fueron toda la Comunidad Educativa, conformado por los estudiantes de los diferentes niveles, padres y madres de familia, vendedoras del colegio, maestros y comunidad en general.

### **6.4. Delimitación del trabajo**

#### **6.4.1. Delimitación de los participantes**

Los participantes fueron 112 estudiantes del Nivel de Educación Secundaria Comunitaria Productiva de la Unidad Educativa Simón Bolívar.

#### **6.4.2. Delimitación espacial**

Se realizó en el Departamento de La Paz, Ciudad de El Alto, Distrito 14, Zona Porvenir, en inmediaciones de la carretera a Copacabana, Unidad Educativa “Simón Bolívar”

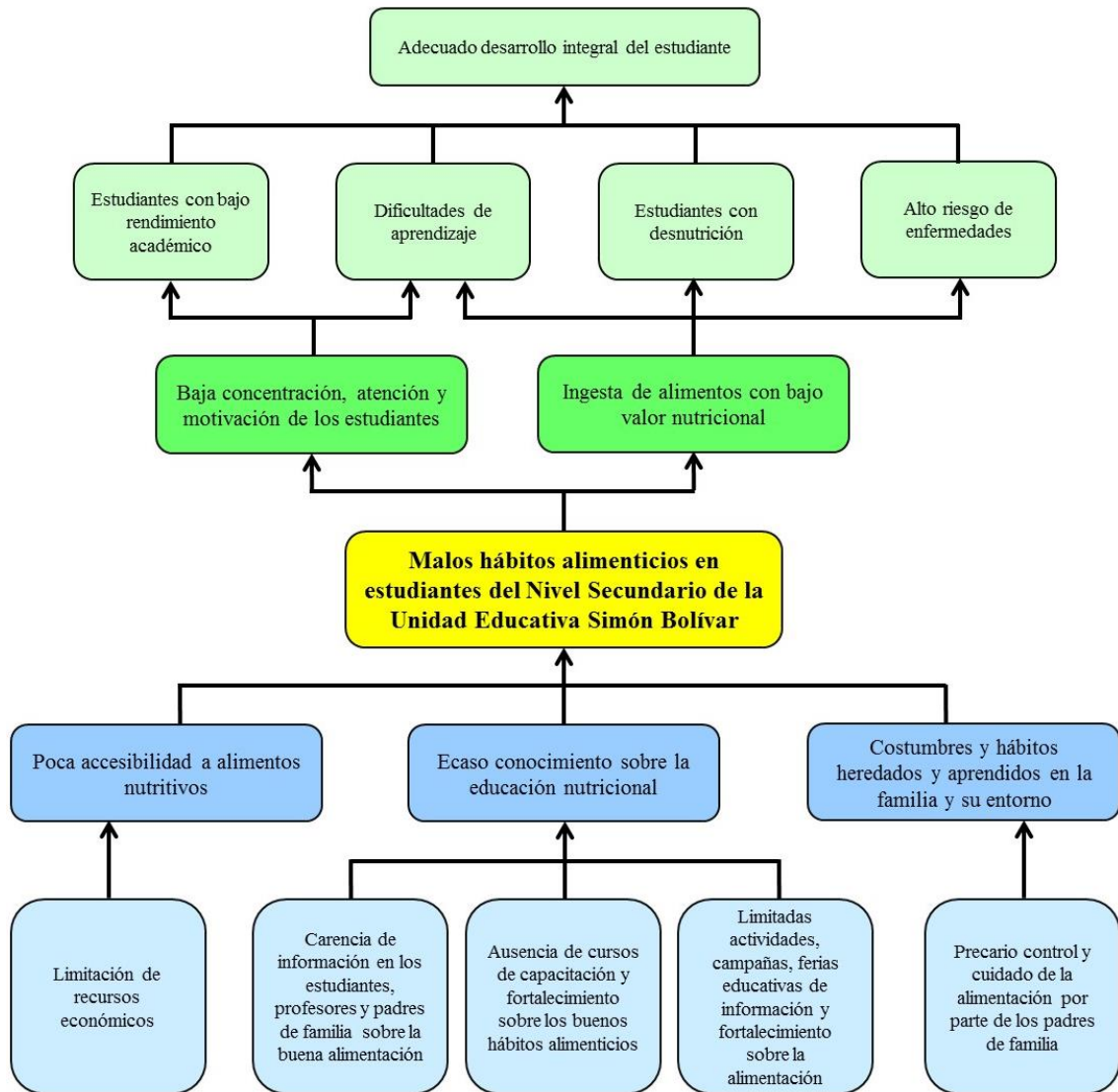
#### **6.4.3. Delimitación temporal**

El trabajo dirigido se llevó a cabo desde la gestión 2018 hasta junio del 2019.

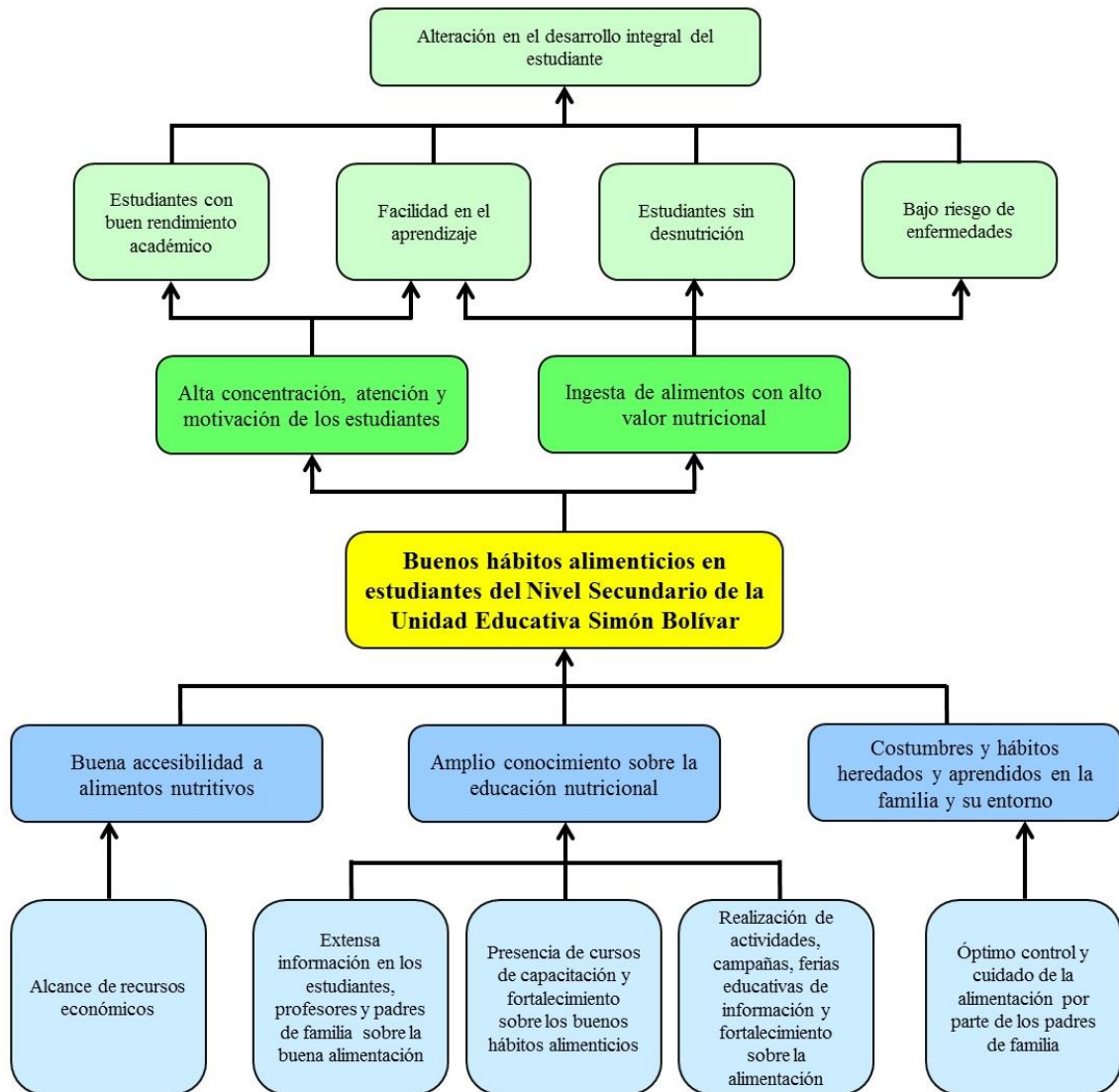
### **6.5. Marco Lógico**



## Árbol de Problemas



## Árbol de Objetivos



## 6.6. Matriz del Marco Lógico

RESUMEN	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACIÓN	SUPUESTOS
<p><b>Finalidad</b></p> <p>Estudiantes del nivel secundario con buenos hábitos alimenticios y conocimiento sobre la buena alimentación en la Unidad Educativa Simón Bolívar.</p>	<p>Estudiantes de secundaria con buenos hábitos alimenticios y conocimiento sobre la buena alimentación en la Unidad Educativa Simón Bolívar.</p>	<p>Lista de participantes</p> <p>Entrevista a estudiantes.</p> <p>Fotografías.</p>	<p>Autoridades de toda la comunidad educativa están de acuerdo y apoyan a la aplicación de la estrategia comunicativa para la buena alimentación.</p>
<p><b>Propósito</b></p> <p>Fortalecer la práctica y conocimiento de hábitos alimenticios en los estudiantes del nivel secundario de la Unidad Educativa Simón Bolívar, a través de minimedios como estrategia comunicativa durante la gestión 2019.</p>	<p>Un total de 112 estudiantes del nivel secundario de la Unidad Educativa Simón Bolívar fue participe del fortalecimiento de la práctica y conocimiento de hábitos alimenticios.</p>	<p>Lista de participantes.</p> <p>Fotografías</p> <p>Entrevista de opinión a los estudiantes.</p>	<p>Apoyo de toda la comunidad Educativa.</p> <p>Amplio interés por parte de los estudiantes y profesores.</p>
<p><b>COMPONENTES</b></p> <p><b>COMPONENTE 1</b></p> <p>Capacitación y difusión sobre la buena alimentación.</p>	<p>Un total de 112 estudiantes participaron de la capacitación sobre la buena alimentación.</p> <p>Un total de 43 maestros fueron participes del taller de capacitación sobre la alimentación.</p>	<p>Lista de participantes.</p> <p>Fotografías.</p>	<p>Apoyo total de los estudiantes del nivel secundario interesados en participar en las capacitaciones.</p> <p>Maestros motivados e interesados en participar de la capacitación.</p>

	Un total 34 padres y madres de familia delegados de curso fueron capacitados en el taller sobre la buena alimentación.		Disposición total de los padres de familia en participar en las capacitaciones.
<b>COMPONENTE 2</b> Concientización y elaboración de materiales.	Un total de 24 estudiantes fueron participes de la elaboración de los minimedios alternativos.  30 niños de primaria fueron participes de la presentación de títeres sobre la buena alimentación por parte de estudiantes de secundaria.  Un total de 340 estudiantes y 43 maestros fueron beneficiados con la campaña la buena alimentación y las cartillas sobre los buenos hábitos alimenticios.	Lista de participantes.  Fotografías.  Materiales elaborados.  Cartillas  Lista de entrega de las cartillas	Estudiantes motivados y con total disponibilidad de elaborar los minimedios alternativos con una masiva participación en la campaña durante el recreo.  Maestros del nivel de primaria apoyaron a las actividades realizadas por parte de los estudiantes de secundaria.  Maestros y estudiantes hacen el uso adecuado de las cartillas.
<b>COMPONENTE 3</b> Prevención e información	Un total de 340 estudiantes se beneficiaron con la	Lista de participantes  Fotografías	Autoridades de la Comunidad Educativa apoyaron a las actividades realizadas.

	<p>campaña un vaso de leche.</p> <p>Un total de 742 estudiantes del nivel primario y secundario fueron participes de la feria interactiva sobre la buena alimentación.</p>		<p>Director, maestros y estudiantes motivados en todas las actividades y con total predisposición de participación activa.</p>
<p><b>COMPONENTE 1</b></p> <p><b>ACTIVIDADES:</b></p> <p><b>1. Actividad de difusión taller informativo sobre la alimentación</b></p>	<p>Un total de 43 docentes de la Unidad Educativa, 3 representantes del Consejo Educativo, 32 delegados de curso padres y madres de familia y 7 vendedoras externas y una interna de la Unidad Educativa fueron capacitados en el taller informativo sobre la buena alimentación.</p>	<p>Lista de participantes</p> <p>Fotografías</p> <p>Entrevista a las vendedoras</p> <p>Entrevista a los maestros.</p>	<p>Aceptación total de toda la Comunidad Educativa en la realización del taller.</p>
<p><b>COMPONENTE 2</b></p> <p><b>ACTIVIDADES:</b></p> <p><b>1. Elaboración y presentación de títeres para promover la alimentación nutritiva a través de la utilización de los mini medios alternativos como</b></p>	<p>Se promovió la alimentación nutritiva en 30 niños del 1ro "A" de primaria, a través de la presentación de un cuento y títeres elaborados por los estudiantes de Secundaria.</p>	<p>Lista de participantes</p> <p>Fotografías</p>	<p>Aceptación de los padres de familia y maestra demostrando motivación con la presentación de títeres.</p>

<p><b>ser: títeres y una presentación.</b></p>			
<p><b>2. Se realizó una actividad para concientizar a los estudiantes sobre el consumo de alimentos nutritivos a través de la campaña denominada “campaña por una buena alimentación”.</b></p>	<p>340 estudiantes fueron participes y beneficiados de información y dotación de una ensalada de frutas por parte de los estudiantes de secundaria.</p> <p>27 maestros fueron participes de la actividad realizada.</p>	<p>Lista de participantes</p> <p>Fotografías</p> <p>Entrevista a Director</p>	<p>Estudiantes y maestros motivados por la actividad realizada.</p>
<p><b>3. Elaboración de periódicos murales con materiales artesanales que informen sobre la buena alimentación y las consecuencias de una mala alimentación.</b></p>	<p>340 Estudiantes beneficiados con la presentación de los periódicos murales en la hora cívica de lunes.</p> <p>Estudiantes de secundaria participaron en la elaboración de periódicos murales.</p>	<p>Lista de participantes</p> <p>Fotografías</p> <p>Entrevista a Director</p>	<p>Estudiantes de toda la comunidad Educativa con gran predisposición de participar en la actividad.</p>
<p><b>COMPONENTE 3</b></p> <p><b>ACTIVIDADES:</b></p> <p><b>1. Campaña “Consume leche” con el objetivo Promover el consumo de la leche en los estudiantes.</b></p>	<p>340 estudiantes fueron beneficiados con la campaña “Consume leche” al ser participes de la actividad y recibir información sobre la importancia del consumo de leche.</p>	<p>Lista de participantes</p> <p>Fotografías.</p>	<p>Aceptación y participación total por parte de los estudiantes durante la actividad.</p>

	<p>340 estudiantes recibieron un vaso de leche en su desayuno.</p> <p>Estudiantes de secundaria fueron partícipes de la organización de la campaña.</p>		
<p><b>2. Feria interactiva “Anatañanaka-alimentación saludable”.</b></p>	<p>Todos los cursos de 1ro a 6to de secundaria y primaria fueron partícipes de la feria interactiva con la aplicación y uso de minimedios alternativos para dar a conocer las diferentes temáticas sobre la alimentación saludable.</p> <p>Padres y madres de familia fueron partícipes de la feria sobre la alimentación saludable.</p>	<p>Fotografías</p> <p>Entrevistas a profesores</p> <p>Lista de participantes</p>	<p>Apoyo y aceptación total de las autoridades de la Comunidad Educativa.</p> <p>Participación activa de estudiantes, maestros y padres y madres de familia.</p>

## **CAPÍTULO VII**

### **APLICACIÓN DE LA ESTRATEGIA COMUNICACIONAL**

#### **7. Aplicación de la Estrategia Comunicacional**

##### **7.1. Estrategia Comunicacional**

(Mefalopulos y Kamlongera, 2008). “Una estrategia de comunicación es una serie de acciones bien planificadas que se propone lograr ciertos objetivos a través del uso de métodos, técnicas y enfoques de comunicación”.

Tal como lo plantean los autores una estrategia comunicacional son un conjunto de actividades planificadas dirigidas a lograr objetivos. En este caso se utilizó la estrategia la comunicación alternativa, para el fortalecimiento de los hábitos alimenticios. Según, Urzola (2018) “la comunicación alternativa de alguna forma lucha por establecer canales propios que resulten ser mediáticos en la medida en que puedan transmitir la información como un modelo diferente al de los de la comunicación global”. (p.32).

##### **7.2. Metodología**

La estrategia comunicacional responde a un tipo de “metodología participativa tiene como objetivo final el cambio social, desde el momento en que asume la máxima marxiana de que los filósofos no han hecho más que interpretar de diversos modos el mundo, pero de lo que se trata es de transformarlo” (Marx y Engels, 1973, p.10, como se citó en Barranquero y Saez, 2014, p.9).

##### **7.3. Técnica**

La técnica que se aplicó en el presente trabajo dirigido fueron los minimedios como lo afirma Elkan (2017) “Se trata de micromedios que utilizamos para realizar un trabajo con comunidades (del tipo que sea, colegios, en el barrio, con poblaciones pequeñas, etc.) en donde no se requiere llegar a grandes masas de público que es lo que hacen los medios



más tradicionales como la gran prensa, la televisión, la Radio. De tal manera que la estrategia comunicacional aplicada, a través de los minimedios coadyuvo a lograr y alcanzar el objetivo planteado.

#### **7.4. Abordaje**

El tipo de abordaje de la estrategia comunicacional es crítico, “asume la comunicación como un lugar y componente de la lucha por la liberación y las transformaciones sociales. Su matriz fundamental es la dialéctica crítica que a veces es combinada con el estructuralismo o el sistémico” (Torrice, 2004, p. 123).

#### **7.5. Enfoque**

La estrategia comunicacional responde al enfoque de comunicación alternativa, Según Torrice (2004) “Los sectores marginales y populares de las sociedades dependientes deben desarrollar una comunicación contestataria inserta en estrategias de cambio social y opuesta a las prácticas de los medios comerciales y las estructuras transnacionales” (p.34).

#### **7.6. Organización para el Desarrollo de las Actividades**

En primera instancia se llevó a cabo la reunión con el Director de la Unidad Educativa, Docentes, Consejo Educativo y estudiantes para planificar, organizar y estructurar la secuencia de las actividades a realizar.

Así mismo se eligió con los estudiantes que materiales se realizarán para el desarrollo de todas las actividades de difusión.

##### **7.6.1. Actividad de difusión – 1: Taller informativo**

**Temática: Alimentación nutritiva y consecuencias del consumo de comida chatarra.**

- ✓ **Objetivo:** Informar sobre alimentación nutritiva, a través de un taller dirigido a la Comunidad Educativa.

- ✓ **Técnica:** Comunicación oral.
- ✓ **Destinatarios:** Plantel Docente, Consejo Educativo, delegados de curso y vendedoras externas aledañas a los alrededores de la Unidad Educativa “Simón Bolívar”. Nivel primario y secundario.
- ✓ **Recursos:** Colaboración del Médico general Juan Carlos Paucara y la Nutricionista, fisioterapeuta Martha Ríos. Del mismo modo los recursos tecnológicos como ser: Data Show, laptop, refrigerios y cartilla elaborada.
- ✓ **Número de participantes:** 43 docentes de la Unidad Educativa, 3 representantes del Consejo Educativo, 32 delegados de curso y 7 vendedoras externas y 1 vendedora interna de la Unidad Educativa.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	TIEMPO	RESPONSABLES	RESULTADOS
Taller informativo sobre “la alimentación nutritiva ”	En el taller se realizó la información sobre la alimentación nutritiva, iniciando con unos ejercicios de motivación, seguidamente se invitó a pasar al médico Juan Carlos quien explicó sobre la temática definida.  Se realizó un descanso de 15	De 9 am a 13 pm  Fecha: Viernes 15 de febrero	Mariela Cuevas Paucara.  Medico Juan Carlos Paucara.  Nutricionista Lic. Martha Pomier Rios.  Comisión Pedagógica de la Unidad Educativa.	Los resultados que dieron en primera instancia fue que las vendedoras agregaron entre sus productos de venta frutas en mayor cantidad. Para que los estudiantes realicen el

	<p>minutos para el refrigerio.</p> <p>Seguidamente se continuó el taller con la participación de la nutricionista Lic. Martha Pomier Ríos, quien explicó que alimentos son adecuados para el consumo.</p> <p>Para finalizar se entregó la cartilla elaborada con la colaboración del médico al plantel docente y estudiantes, para que lo puedan utilizar.</p>			<p>consumo de los mismos.</p> <p>Así mismo los docentes replicaron a través de las cartillas a los estudiantes sobre la alimentación.</p>
--	--	--	--	---

### 7.6.2. Actividad – 2: Elaboración y presentación de títeres

- ✓ **Objetivo:** Promover la alimentación nutritiva realizando actividades, a través de la utilización de los minimedios alternativos como ser: títeres y una presentación.
- ✓ **Técnica:** Comunicación oral- cuento
- ✓ **Destinatarios:** niños de 1º de primaria A

- ✓ **Recursos:** Títeres, frutas y actores
- ✓ **Número de participantes:** 27 estudiantes del nivel secundario y 30 niños de primaria acompañados del Docente de aula.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	TIEMPO	RESPONSABLES	RESULTADOS
Elaboración y presentación de títeres.	Se elaboró con estudiantes del nivel secundario títeres que estaban representados por frutas. Seguidamente se realizó la presentación del cuento “TE CUENTO POR QUE SOY IMPORTANTE”.  A los estudiantes del 1ro de primaria “A”	Del 4 de marzo al 8 de marzo elaboración de los títeres.  Lunes 18 de marzo presentación del cuento a los niños de primaria.  De horas 9:20 am a 10:40 am.	Estudiantes del nivel secundario.  Mariela Cuevas Paucara.  Profesor del Área de lenguaje.	Elaboración de los títeres.  Ampliar los conocimientos en los niños de primaria sobre la importancia de la alimentación.

## **Temática: TE CUENTO POR QUÉ SOY IMPORTANTE**

### **Cuento: Elaboración propia**

En un lugar muy muy lejano, existían seres que eran de color verde, naranja, rojo, amarillo que se llamaban frutas. Pero, ellas se sentían muy tristes porque sabían que muchos niños no las querían y preferían comer dulces.

Un día la manzana de tanta tristeza dijo que ya no quería vivir porque veía que muchos niños no la consumían. En eso, el señor plátano le dijo que tenía una muy buena idea para que todos los niños sepan porque es importante que las consumieran. Fue entonces que planeo presentarse ante todos los niños y mostrarles sus cualidades, también decirles los poderes que podría otorgar a cada niño si las consumen con frecuencia. La idea le gustó mucho a la señora naranja y a manzanita. Así que decidieron hacerlo.

Así cuando llegaron a casa de una familia iniciaron su presentación:

El señor plátano dijo hola niños, yo soy muy dulce y te ayudo a ser más resistente cuando estás cansado y si me comes también podría protegerte de algunas enfermedades. En cambio, sí consumes dulces ellos ocasionaran que pierdas tus dientes y no te protegen de ninguna enfermedad.

La manzana ingreso rápidamente muy emocionada y dijo yo soy de color rojo y muy saludable puedo darte mucha energía comerme a cualquier hora y llevarme a todas partes.

Yo soy la naranja con mucha vitamina C y si mi comes puedo darte mucha protección y defensas para que ningún resfriado te ataque fue en ese instante en que los niños se pusieron a pensar y desde entonces las frutas ya no se sintieron tristes porque sabían que los niños habían cambiado de actitud animándose a comer más frutas, dejando de consumir dulces, “chizitos”, “pipocas” y se estaban alimentando muy bien para crecer fuertes e inteligentes. De ese modo las frutas se tomaron de la mano y se fueron felices.

## TE CUENTO POR QUÉ SOY IMPORTANTE

**Contexto:** Se trata sobre el consumo de las frutas y del por qué es muy importante consumirlas.

**Personajes:** El Sr. Plátano, la Sra. Naranja y la Srta. Manzana.

**Lugar:** Toda la actividad se realiza en un mismo cuadro escenográfico.

**Guion:**

<b>Escena - 1</b> <b>Narradora</b>	En un lugar muy muy lejano, existían seres que eran de color verde, naranja, rojo, amarillo que se llamaban frutas. Pero, ellas se sentían muy tristes porque sabían que muchos niños no las querían y preferían comer dulces.
<b>Escena - 2</b> <b>Srta. Manzana</b>	Estoy muy, muy triste porque ya ningún niño quiere comerme.
<b>Sr. Plátano</b>	Pero no te pongas triste manzanita, yo tengo una buena idea para que todos los niños sepan porque es tan importante que nos consuman. Así que prepárense para su presentación. Queridas frutas deberán decir que poderes les podemos otorgar a todos los niños para que ellos crezcan fuertes y sanos.
<b>Narradora</b>	Así que cuando llegaron a la casa de una familia, empezó cada una con su presentación.
<b>Sr. Plátano</b>	Hola niños yo soy el plátano, de color amarillo y soy muy dulce y te ayudo a ser más resistente cuando

	estás cansado y si me comes también podría protegerte de algunas enfermedades. En cambio, sí consumes dulces ellos ocasionaran que pierdas tus dientes y no te protegen de ninguna enfermedad.
<b>Narradora</b>	La manzana ingreso rápidamente muy emocionada.
<b>Srta. Manzanita</b>	Hola niños yo soy de color rojo y muy saludable, me llamo manzanita; puedo darte mucha energía ustedes pueden comerme a cualquier hora y llevarme a todas partes. También te protejo de muchas enfermedades y los quiero mucho.
<b>Sra. Naranja</b>	Yo soy la naranja con mucha vitamina C y si mi comes puedo darte mucha protección y defensas para que ningún resfriado te ataque.  Y decirles que los quiero mucho y es por eso deben dejar de consumir comida chatarra como: pipocas, chizitos que les causa mucho daño.
<b>Narradora</b>	Fue en ese instante en que los niños se pusieron a pensar y desde entonces las frutas ya no se sintieron tristes porque sabían que los niños habían cambiado de actitud animándose a comer más frutas, dejando de consumir dulces, chizitos, pipocas y se estaban alimentando muy bien para crecer fuertes e inteligentes. De ese modo las frutas se tomaron de la mano y se fueron felices.

### 7.6.3. Actividad – 3: Campaña para una buena alimentación

- ✓ **Objetivo** Concientizar a los estudiantes sobre el consumo de alimentos nutritivos a través de la campaña denominada “campaña por una buena alimentación”.
- ✓ **Técnica:** Comunicación oral
- ✓ **Destinatarios:** A toda la Unidad Educativa
- ✓ **Recursos:** Estudiantes de los distintos niveles disfrazados de frutas, refrigerio de frutas para ser distribuida a los estudiantes del colegio, parlantes y música ambiente.
- ✓ **Número de participantes:** Estudiantes de toda la Unidad Educativa.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	TIEMPO	RESPONSABLES	RESULTADOS
Campaña de concientización “campaña por una buena alimentación”.	Se inició la actividad con la elaboración de ensalada de frutas y gelatinas con los estudiantes de Secundaria para distribuirlos en la campaña a la hora del recreo.  Seguidamente con la colaboración de los profesores de curso se organizó a todos los	La campaña se llevó a cabo en dos fechas: la primera fue el 22 de marzo para la organización y la segunda fecha fue el 3 de abril día del a campaña y duro 1 hora	Director  Mariela Cuevas  Paucara	Concientización y ampliar los conocimientos en los estudiantes desde primaria hasta secundaria en la Unidad Educativa, a través de la campaña, sobre la importancia de las frutas.



	<p>estudiantes para disfrazarse de frutas y el armado de los parlantes para poner música de fondo y anunciar la importancia de los aportes vitamínicos que dan las frutas.</p> <p>Así al toque del timbre a horas 10:30 a.m. hasta 12:10 a.m. se inició con la campaña y todas las frutas agrupadas empezaron a explicar el aporte que cada una tenía a todos los estudiantes que se acercaban a los puestos donde ellos estaban ubicados. La</p>	<p>con 10 minutos.</p>		
--	---	------------------------	--	--

	participación de toda la comunidad educativa fue masiva, desde estudiantes de primaria, secundaria, profesores y Director de la Unidad Educativa. Quienes participaron y apoyaron para que la campaña se lleve a cabo.			
--	---	--	--	--

**7.6.4. Actividad – 4: Elaboración de periódicos murales**

- ✓ **Objetivo:** Elaborar periódicos murales que informen sobre la buena alimentación y las consecuencias de una mala alimentación.
- ✓ **Técnica:** Comunicación oral y periódicos murales.
- ✓ **Destinatarios:** A toda la Unidad Educativa
- ✓ **Recursos:** Estudiantes de Secundaria, cartilla de apoyo y materiales escolares.
- ✓ **Número de participantes:** Maestros de turno y estudiantes.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	TIEMPO	RESPONSABLES	RESULTADOS
Elaboración de periódicos murales.	<p>La actividad inicio con la organización por grupos en el curso con los estudiantes para la realización de los periódicos murales y pintados de letreros. Seguidamente se pasó a la elaboración de los periódicos murales con la temática abordada. Así mismo se realizó el pintado de letreros con los estudiantes para todos los cursos. Trabajo que nos llevó realizarlo en</p>	<p>Del 8 de abril al 15 de abril de elaboración de periódicos murales y pintado de letreros para todos los cursos.</p> <p>Lunes 15 de abril presentación de los periódicos murales y pegado en los predios de la Unidad Educativa.</p>	<p>Estudiantes del nivel Secundario.</p> <p>Mariela Cuevas Paucara.</p> <p>Profesor del Área de Comunicación y Lenguajes.</p>	<p>Pintado de letreros para todos los cursos con las temáticas frutas y verduras. Trabajo en equipo y mayor aprendizaje sobre la alimentación con la presentación de los periódicos murales.</p>

	<p>dos sesiones con la colaboración de la maestra de aula.</p> <p>Ya concluido los periódicos murales y los letreros se pasó a presentarlos en la hora cívica del lunes, para luego pasar a pegarlos en predios de toda la Unidad Educativa.</p>			
--	--	--	--	--

**7.6.5. Actividad – 5: Segunda Campaña “Consume leche”**

- ✓ **Objetivo** Promover el consumo de la leche en los estudiantes, a través de la campaña denominada “Consume leche”.
- ✓ **Técnica:** Comunicación oral
- ✓ **Destinatarios:** A toda la Unidad Educativa
- ✓ **Recursos:** Estudiantes de Secundaria, cartilla de apoyo, 50 litros de leche, vasos y materiales escolares para la realización del cuadro fotográfico.
- ✓ **Número de participantes:** Estudiantes y maestro de aula.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	TIEMPO	RESPONSABLES	RESULTADOS
Realización de la campaña denominada “Consume leche”.	La Actividad se llevó a cabo con el apoyo del Lic. Erlan Josué Quispe Cocaure, quien facilitó y entregó los 50 litros de leche con los cuales se pudo realizar la campaña. Actividad en la cual estudiantes del curso 1° “A” y 6° “B” se encargaron de la campaña brindando información en la hora cívica del lunes, explicando la importancia del consumo de la leche a toda la	La actividad se llevó a cabo en fecha 3 de mayo para la organización y elaboración de materiales. La campaña se llevó a cabo el lunes 6 de mayo desde horas 7:15 am hasta las 8:30am.	Director de la Unidad Educativa. Maestra de aula. Estudiantes de secundaria. Mariela Cuevas Paucara.	Se pudo constatar que estudiantes de la Unidad Educativa lograron recibir información sobre el consumo de la leche y su importancia. Así mismo se logró que los estudiantes consuman su vaso de leche como forma de concientización.

	<p>comunidad estudiantil.</p> <p>Actividad en la que se pudo observar la participación activa de todos los estudiantes.</p>			
--	---	--	--	--

**7.6.6. Actividad – 6: Feria interactiva “Anatañanaka - Alimentación saludable”**

- ✓ **Objetivo** Incentivar a los estudiantes, el compromiso de la comunicación activa, participativa y práctica de la buena alimentación, a través de una feria interactiva con la utilización de la comunicación oral y elaboración de minimedios como ser: volantes, periódicos murales, juegos artesanales elaborados por los estudiantes.
- ✓ **Técnica:** Comunicación oral, minimedios alternativos: periódicos murales, volantes, juegos recreativos elaborados artesanalmente.
- ✓ **Destinatarios:** A toda la Unidad Educativa
- ✓ **Recursos:** Estudiantes de 1° a 6° de Secundaria, cartilla de apoyo, participación de las maestras del campo Cosmos y Pensamiento.
- ✓ **Número de participantes:** Director, 12 cursos del nivel secundario, Maestras y Maestros del Campo Cosmos y Pensamiento, padres de familia y comunidad estudiantil.

ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	TIEMPO	RESPONSABLES	RESULTADOS
<p>Feria interactiva “Anatañanaka - Alimentación saludable”</p>	<p>Esta última actividad se realizó en tres etapas:</p> <p>La primera etapa fue de organización, donde se realizó la selección de temas y clasificación de cursos, fecha y lugar de la feria.</p> <p>En la segunda etapa se realizó la organización por cursos dividiéndoles los temas a exponer en la feria y los minimedios a ser usados para dicho evento.</p>	<p>La actividad se llevó a cabo en las fechas 14, 17 y 20 de mayo para la organización y en fecha 5 de junio se llevó a cabo la feria interactiva.</p>	<p>Director de la Unidad Educativa. Maestras del Campo Cosmos y Pensamiento. Estudiantes de 1° a 6° de Secundaria. Mariela Cuevas Paucara</p>	<p>Se logró elaborar minimedios alternativos a través de los cuales se benefició informar a toda la comunidad estudiantil sobre la buena alimentación.</p>

	<p>En la tercera etapa se realizó la revisión de los minimedios elaborados por cursos para la feria y detalles faltantes para la feria.</p> <p>Así la feria se desarrolló en predios del establecimiento con la participación de todos los estudiantes, padres de familia que hicieron presencia como invitados. En la feria se pudo observar como los grupos se desenvolvían informando a toda la</p>			
--	--	--	--	--



	<p>comunidad educativa sobre la alimentación saludable contrastándolos con los valores, que además de informar, a través de los minimedios, interactuaban con juegos artesanales y se vio como los padres de familia participaban de manera activa.</p>			
--	---	--	--	--

### 7.7. Evaluación

La evaluación del presente trabajo dirigido en la Unidad Educativa “Simón Bolívar”, se realizó en primera instancia mediante la observación, realización y concreción de actividades. Así mismo con los productos y resultados obtenidos con la aplicación de la estrategia comunicativa, que permitió evidenciar el cumplimiento de los objetivos propuestos en el trabajo dirigido. En segunda instancia se elaboró un sondeo de opinión a 30 estudiantes elegidos aleatoriamente en la cual se les realizó dos preguntas que reflejan lo siguiente:

1) ¿Qué aprendiste con los minimedios alternativos que realizaste?



Fuente: Elaboración propia

Como se puede evidenciar en el gráfico de los 30 estudiantes elegidos aleatoriamente las palabras que se dijeron con mayor frecuencia fueron: comer saludable, hábitos alimenticios, saludable, agua. Evidenciando lo importante que es tener buenos hábitos alimenticios

2) ¿Te gusto participar en las actividades realizadas, como estrategia comunicativa para fortalecer en tu alimentación? ¿Por qué?



Fuente: Elaboración propia

En esta pregunta las palabras con mayor prevalencia fueron: informarse jugando, fortalecer nuestro cuerpo, títeres. Lo cual indica que les gusto participar de todas las actividades realizadas durante la realización del trabajo dirigido que fueron acompañadas por diferentes actividades dinámicas y participativas.

3) **¿Consideras que ha sido de importante estar informados sobre la buena alimentación, a través de minimedios ¿Por qué?**



*Fuente: Elaboración propia*

Con respecto a esta pregunta, las palabras con mayor prevalencia fueron: ser creativos, comunicar, importante, conocer, aprender, información. Lo cual indica que ha sido de vital importancia estar informados y sobre la buena alimentación y así poder prevenir enfermedades que afecten a su salud para fortalecer sus hábitos alimenticios.



## CAPÍTULO VIII

### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

#### 8. Conclusiones y Recomendaciones

##### 8.1. Conclusiones

- El presente trabajo dirigido se propuso como objetivo general fortalecer la práctica y conocimiento de hábitos alimenticios en los estudiantes del nivel secundario de la Unidad Educativa Simón Bolívar, a través de minimedios como estrategia comunicativa con diferentes actividades produciendo materiales que coadyuvaron a solucionar la mala práctica de hábitos alimenticios, en un trabajo conjunto con toda la comunidad educativa. Con la cual se logró cumplir el objetivo planteado puesto que se fortaleció la práctica de los hábitos alimenticios desde las distintas actividades que se realizaron a través de los minimedios con la participación activa de los estudiantes, logrando así llevar información sobre la importancia de la buena alimentación y lo dañino que puede ser no estar informado. Se logró dar a conocer que son los minimedios y su importancia a la hora de solucionar una problemática de manera práctica y creativa. Así mismo se logró concientizar a los estudiantes sobre el consumo de alimentos nutritivos y lo mejor fue ver y evidenciar el cambio de actitud que se empezó a observar en los estudiantes, en las vendedoras de los alrededores del colegio, en la portera que cambió sus productos por otros saludables. Del mismo modo, las acciones que empezó a tomar la comunidad Educativa sobre la alimentación, desde el cuidado y atención de los padres de familia para con sus hijos, información constante de los docentes y la voluntad propia desde cada presidente de curso como guía y líder para sus compañeros.
- En ese sentido se evidencio que los minimedios como estrategia comunicativa son realmente importantes en el ámbito no solo comunicativo, sino que también en el ámbito educativo y la vital importancia de la comunicación alternativa, puesto que,

desde esa perspectiva de carácter social, se logra dar soluciones a las diferentes problemáticas con la participación activa para un cambio social.

- Con este conjunto de actividades comunicacionales en relación con la alimentación, el sustento teórico del presente trabajo dirigido y la estrategia comunicacional, se determinan claramente aspectos imprescindibles sobre la gran importancia de la comunicación en diferentes ámbitos. Que así mismo la comunidad educativa obtuvo una perspectiva diferente, a través del uso de los minimedios para coadyuvar y trabajar con el tema de la buena alimentación, ya que ello fue el inicio para un cambio de actitud en toda la comunidad Educativa.

## **8.2. Recomendaciones**

Las recomendaciones que se sugiere a continuación están enmarcadas y enfocadas a toda la comunidad Educativa que son las siguientes:

- La Unidad Educativa necesita mayor apoyo por parte de las instituciones con las que tiene relación para mejorar su infraestructura, servicios básicos como: alcantarillado, agua y luz.
- Realizar gestiones con algún hospital que se encargue específicamente en el área de salud y nutrición para los estudiantes.
- Solicitar a la alcaldía el apoyo desde el área comunicativa para brindar información, gestionar proyectos sobre temas transversales como la salud, alimentación, nutrición y comunicación.
- La Unidad Educativa debe mejorar su organización para coordinar con mayor efectividad actividades entre padres de familia, docentes y estudiantes.
- Trabajar con los padres de familia para hacerlos participes en distintas actividades y así exista mayor compromiso en el cambio de actitud del estudiante en cuanto a su alimentación.

## 9. Cronograma de Actividades

ACTIVIDADES	TIEMPO DE DURACIÓN																																			
	NOV				DIC				ENE				FEB				MAR				ABR				MAY				JUN				JUL			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
Aprobación del perfil																																				
Recopilación de información bibliográfica y ajustes																																				
Organización con el Director y Docentes																																				
Organización con estudiantes y maestros																																				
Actividad - 1 de difusión- Taller informativo																																				
Actividad - 2 Elaboración y presentación de títeres																																				
Actividad - 3 Campaña para una buena alimentación.																																				
Actividad - 4 Elaboración de periódicos murales																																				
Actividad - 5 Segunda Campaña "Consume leche"																																				





## 10. Bibliografía General

Alemán, A. y Cabrera, S., (2012). *Ensayo académico minimedios impresos: un soporte para proyectos de desarrollo*. Año 17- N°25. Universidad Católica Boliviana San Pablo. Cochabamba: U.C.B.

Alvarado, E. y Luyando, J. (2013). *Alimentos saludables: la percepción de los jóvenes adolescentes en Monterrey, Nuevo León*. Estudios sociales (Hermosillo, Son.), 21(41), 143-164. Recuperado de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0188-45572013000100006&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572013000100006&lng=es&tlng=es).

Andretich, V. (2010). *Un análisis cualitativo a partir del proceso de elección de modalidades en escuelas públicas*. Argentina.

Angler, R. (2017). *Ejemplos de métodos, análisis y sintético*. Colombia.

Arias, F. (1999). *El proyecto de investigación*. Guía para su elaboración. Caracas-Venezuela: Editorial. Episteme.

Atención Socio-Sanitaria (2022, 18 de enero). *Utilización de Técnicas de Comunicación Alternativa y Aumentativa*. Recuperado de: <https://atencion-sociosanitaria.com.es/tema-2-utilizacion-de-tecnicas-de-comunicacion-alternativa-y-aumentativa/>

Baird B. (1965). *The art of puppetry*. New York. Editorial. Mc Milan. En <https://definicion.de/titere/>

Barranquero, A (2006). Artículo. *Comunicación/educación para el desarrollo en Latinoamérica. Memorias de una fértil confluencia*. Madrid- España. DPCA – PER.

- Barranquero, A. (2010). *Comunicación alternativa y comunicación para el cambio social democrático*. Congreso internacional AR-IC. Málaga.
- Barranquero, A. y Saez, C. (2014). *Sección: Teorías y métodos de investigación en comunicación Congreso*. Recuperado de: <https://www.researchgate.net/publication/242546158>
- Beltrán, L. (1969). *Apuntes para un diagnóstico de la comunicación social en América Latina: la persuasión en favor del status quo*. Razón y fabula: Revista bimestral de la Universidad de Los Andes. Colombia.
- Beltrán, L. (2005). *La comunicación para el desarrollo en Latinoamérica: un recuento de medio siglo*. Documento presentado al III CONGRESO PANAMERICANO DE LA COMUNICACIÓN Panel 3: Problemática de la Comunicación para el Desarrollo en el contexto de la Sociedad de la Información Carrera de Comunicación de la Universidad de Buenos Aires Julio 12, 16.
- Beltrán, L. (2007). *Adiós a Aristóteles: La Comunicación Horizontal*. Mimeógrafo.
- Bourgues, H. (1990). *Cuadernos de nutrición*. Vol.13(2). México. Instituto Nacional de la Nutrición.
- Broca S. (1993). *Submódulo I: Utilización de software de diseño para el manejo de gráficos*. Recuperado en: [http://iscseleny.webcindario.com/arch\\_pdf/volante.pdf](http://iscseleny.webcindario.com/arch_pdf/volante.pdf).
- Burgoon, M. Hunsaker, F. y Dawson, E (1994). *Psicología Social comunicación interpersonal e interacción social*. Londres. Editorial: Human communication.
- Camacho, T. (2015). *Comunicación y educación alternativa (CEPA) La Paz- Bolivia*: Editorial.
- Casas, J., Repullo, J. y Donado, J. (2003). *La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I)*. Nivel

- Perfeccionamiento, del Instituto de Salud Carlos III. Recuperado de: <https://core.ac.uk/download/pdf/82245762.pdf>
- Choque, R. (2005). *Comunicación y educación para la promoción de la salud*. Lima-Perú. En <http://www.razonypalabra.org.mx/libros/libros/comyedusalud.pdf>
- Corrales, F. y Hernández, H. (2009). *La comunicación alternativa en nuestros días: un acercamiento a los medios de la alternancia y la participación*. Revista: Razón y Palabra. Monterrey- México. En <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=199520478050>
- Cossío A. (2013). *Comunicación Alternativa y Desarrollo Local endógeno de la zona Armando Escobar Uría, Distrito 16 de La Paz (Gestión 2011 – 2012)*. Universidad Mayor de San Andrés.
- Elkan, M. (2017). *Los Minimedios*. Recuperado de: <http://ticeducativo-com-len.blogspot.com/>
- Fernández, J. (1999). *Paulo Freire: una propuesta de comunicación para la educación en américa latina*. *Razon y Palabra*. Primera revista Electronica en America Latina Especializada en topicos de Comunicación. En <http://www.razonypalabra.org.mx/anteriores/n13/freirem13.html>
- Fundación Española de la Nutrición (2014). *Hábitos alimentarios*. Recuperado de: <https://www.fen.org.es/blog/habitos-alimentarios/#:~:text=Los%20h%C3%A1bitos%20alimentarios%20son%20comportamientos,unas%20influencias%20sociales%20y%20culturales>.
- Gregorio, J. (1995). *Comunicación y educación*. Memorias IX Versión Manuel Anizar. En <http://.aporea.org/medios/all4889html>.
- Hernández, R., Fernández, C., y Batista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. Editorial. Mc Graw-Hill. México.

Internacional AE-IC Málaga (2010). *Comunicación y desarrollo en la era digital*.

Jalal, J., C., Ramos, M., R., Ajcuc, A., Lorenty, C.,R., y Dieguez, P. (2015). *Métodos de Investigación*. Universidad San Carlos de Guatemala. Recuperado de: [https://metfahusac.weebly.com/uploads/6/5/0/9/65099471/informe\\_creativo-grupo\\_5.pdf](https://metfahusac.weebly.com/uploads/6/5/0/9/65099471/informe_creativo-grupo_5.pdf)

Johannsen, J. (2013). *Hábitos de alimentación en Bolivia*. Recuperado de: <https://blogs.iadb.org/salud/es/habitos-de-alimentacion-en-bolivia/>

Kaplun, M. (2002). *Una pedagogía de la comunicación (El comunicador popular)*. La Habana- Cuba: Caminos

Kaplún, M. (1992). *A la educación por la comunicación: la práctica de la comunicación educativa*. Santiago de Chile. UNESCO, OREALC.

Katz, D., Friedman R., y Lucan, S. (2015). *Nutrición médica*. Barcelona- España. Editorial. Wolters Kluwer Health, S.A

Loza, S. (2002). *Los Minimedios, Su Intencionalidad y Funcionalidad*. Recuperado de: <https://es.scribd.com/document/460242088/06-Los-minimedios-su-intencionalidad-y-funcionalidad#>

Madé, N. (2006). *Metodología de la investigación*. México. Mac Graw Hill.

Martínez, A. y Pedrón, G. (2016). *Conceptos básicos en alimentación*. Hospital Infantil Universitario Niño Jesús. Universidad Autónoma Madrid. España.

Mefalopulos, P. y Kamlongera, C. (2008). *Diseño participativo para una estrategia de comunicación*. Roma, Italia. FAO. Recuperado de <http://www.fao.org/3/y5794s/y5794s.pdf>

- Montes, E. (1983). *Hacia una fundamentación de la comunicación de la ciencia. En signo y pensamiento*. Num. 2, vol. II pp 12-15 Facultad de Comunicación y lenguaje. Pontificia Universidad Javeriana. Bogota- Colombia. Recuperado de: <http://www.javeirana.edu.co/signoyp/pdf/0201.pdf>.
- Orquillea, F. (2010). *La comunicación alternativa como espacio vital de las comunidades*.
- Ortiz, E. (2012). *Los aportes de Freire a la educación desde la comunicación*. Universidad del Tolima. Revista EDU-FISICA.
- Papalia, D., Duskin, R., y Martorell, G. (2012). *Desarrollo Humano*. Editorial: Mac Graw Hill.
- Pereira, J. (2015). *Cosmovisiones Filosofía y Psicología*. Bolivia. Ed. Kuipus.
- Rizo, M. (2009). *La comunicación, ¿ciencia u objeto de estudio?* Habana: Cuba. XIII encuentro latinoamericano.
- Rodríguez, G., García, E. y Gil, J. (1996). *Metodología de la investigación cualitativa*. Granada- España. Ajibe.
- Rodríguez, D. (2021). *Definición de Hábito*. Recuperado de: <https://conceptodefinicion.de/habito/>.
- Simpson, M. (1986). *Comunicación alternativa y cambio social*. México D F. Premia.
- Tejada, L. (2009). *A propósito de la comunicación verbal*. Universidad Nacional de Colombia. Tomo y función. Bogota- Colombia.
- Torrice, E. (2004). *Abordajes y periodos de la teoría de la comunicación*. (1°ed). Norma.
- UNICEF (2020). *Tres de cada diez estudiantes bolivianos tienen sobrepeso y obesidad*. Recuperado de: <https://www.unicef.org/bolivia/comunicados-prensa/tres-de-cada-diez-estudiantes-bolivianos-tienen-sobrepeso-y->



# ANEXOS

## **ANEXOS**



**Anexo 1. Ubicación de la Unidad Educativa.**



**Anexo 2. Unidad Educativa Simón Bolívar**





**Anexo 3. Predios de la Unidad Educativa Simón Bolívar**



**Anexo 4. Primeros cursos de la Unidad Educativa en su fundación.**



**Anexo 5. Predios de la Unidad Educativa.**



**Anexo 6. Atrio de la Unidad Educativa.**



**Anexo 7. Dirección de la Unidad Educativa.**



**Anexo 8. Módulo Policial de la Zona.**



**Anexo 9. Sanitario de la Unidad Educativa.**



**Anexo 10. Junta Escolar**



**Anexo 11. Personal de la Sub Alcaldía en la Unidad Educativa.**



**Anexo 12. Estudiantes en la hora del recreo.**



**Anexo 13. Estudiantes de la Unidad Educativa.**



**Anexo 14. Estudiantes en horario de clases.**



**Anexo 15. Estudiantes del 1ro de secundaria.**



**Anexo 16. Estudiante consumiendo una sopa de fideo.**



**Anexo 17. Estudiantes consumiendo productos de la portera.**



**Anexo 18. El puesto de venta de la portera de la Unidad Educativa.**





**Anexo19. Productos de venta.**



**Anexo20. Entrevista a los estudiantes de 3ro de secundaria.**



**Anexo 21. Estudiantes consumiendo chizitos y papas fritas.**



**Anexo 22. Estudiante indicando lo que consume a diario.**



**Anexo 23. Estudiantes en la hora del recreo.**



**Anexo 24. Hora del recreo en la Unidad Educativa.**



**Anexo 25. Entrevista con estudiante de 6to de secundaria.**



**Anexo 26. Minimedios alternativos que los docentes y estudiantes realizan en el avance curricular. (Comics)**



**Anexo 27. Estudiantes de 4to secundaria**



**Anexo 28. Medios alternativos que los estudiantes realizan.**



**Anexo 29. Estudiantes en el recreo saludable.**



**Anexo 30. Director de la Unidad Educativa: Lic. Willy Valerio Ticona.**



**Anexo 31. Entrevista con el profesor de la materia de Lenguaje y Comunicaciones:  
Prof. Freddy Cruz**



**Anexo 32. El desayuno escolar tirado en el patio del a Unidad Educativa.**



**Anexo 33. Entrevista con la Prof. Silvia Luna.**



**Anexo 34. Estudiantes de 2do de secundaria consumiendo frituras.**





**Anexo 35. Entrevista a profesora de la materia de Religión.**



**Anexo 36. Puesto de venta de la portera de la Unidad Educativa**



**Anexo 37. Entrevista a la portera**



**Anexo 38. Desayuno escolar tirado por el patio de la Unidad Educativa**

## Parte II

### Aplicación de la estrategia comunicacional



**Anexo1. Organización de actividades con el Director y plantel docente.**



**Anexo 2. Selección de contenidos y temáticas a realizar con la maestra del Campo  
Cosmos y Pensamiento.**



**Anexo 3. Actividad de difusión-1 Taller informativo**



**Anexo 4. Cambio de actitud después del taller en las vendedoras.**



**Anexo 5. Actividad- 2 Elaboración y presentación de títeres**



**Anexo 6. Presentación de los títeres**



**Anexo 7. Actividad- 3 Campaña para una buena alimentación**



**Anexo 8. Participación de los estudiantes en la campaña.**



**Anexo 9. Actividad- 4 Elaboración de periódicos murales**



**Anexo 10. Elaboración de letreros, para señalar los cursos.**



Anexo 11. Actividad- 5 Segunda Campaña “Consume leche”



Anexo 12. Actividad- 6 Feria Interactiva “Anatañanaka- Alimentación saludable”



## CUESTIONARIO

### DIRIGIDO A ESTUDIANTES DE TERCERO Y CUARTO DE SECUNDARIA DE LA UNIDAD EDUCATIVA SIMÓN BOLÍVAR

Fecha:

**I. DATOS GEOGRÁFICOS Y FAMILIARES** (marque con una x a la respuesta que desee)

EDAD:

GENERO: Masculino  Femenino

**SITUACIÓN LABORAL:**

Trabajando  Estudiando  Buscando empleo

**CON QUIEN VIVES ACTUALMENTE:**

Solo(a)  con mis padres  solo con mamá  solo con papá   
otros

**II. HÁBITOS ALIMENTICIOS**

**1. Señala que alimentos consumiste hoy en el desayuno antes de salir de casa.**

- a. Leche, batido o yogurt
- b. No desayune
- c. Te o café con pan
- d. Otros.....

**2. ¿Qué comiste ayer a media mañana en el recreo?**

- a. Golosinas que compre de la portera.
- b. Sopa de fideo
- c. Una fruta.
- d. Pipocas, papas fritas, chizitos
- e. No comí nada.
- f. Otros.....

**3. ¿Qué comiste ayer al medio día?**

- a. Caldo de verduras.

- b. Segundo o sopa.
- c. Comí segundo y sopa.
- d. Compre comida.
- e. No comí nada.
- f. Otros.....

**4. ¿Qué tomaste ayer por la tarde?**

- a. Leche, chocolate.
- b. Te, café, sultana con pan.
- c. No tome nada.
- d. Otros.....

**5. ¿Comes algo en la cena?**

- a. Si
- b. No
- c. Alguna vez
- d. Siempre

**6. ¿Cuántos vasos de agua tomas al día?**

- a. De 1-3
- b. De 1-5
- c. No tomo agua.

**III. CONOCIMIENTOS SOBRE INFORMACIÓN DE LOS ALIMENTOS**

**1. ¿Crees que es importante saber y conocer sobre los alimentos nutritivos?**

2. SI MUCHO                      NO                      TALVEZ                      SOLO UN

**3. ¿Recibiste información sobre alimentación nutritiva por parte de especialistas en nutrición?**

SI                      NO                      ALGUNA VEZ                      NUNCA

**4. ¿Te gustaría informarte y aprender más sobre la alimentación nutritiva?**

SI                      NO                      TALVEZ                      SOLO UN POCO

5. **¿Consideras que tienes una buena alimentación?**

SI                      NO                      SOLO UN POCO                      NO SE

6. **¿Cómo te gustaría aprender sobre la alimentación para mejorar tu calidad de vida? Puedes marcar con una (X) más de una opción.**

<b>1. Periódicos murales</b>	
<b>2. Títeres</b>	
<b>3. Feria informativa y didáctica</b>	
<b>4. Cartillas informativas</b>	
<b>5. Campaña de concientización</b>	
<b>6. Taller sobre alimentación</b>	
<b>7. Teatros</b>	
<b>8. Todos</b>	

***¡GRACIAS POR TU COLABORACIÓN!***

## Guía de entrevista para Docentes de la Unidad Educativa Simón Bolívar

Gestión 2018

**Entrevistado:**

**Entrevistador:**

**Fecha:**

1. ¿Usted cree que el desempeño y rendimiento académico de sus estudiantes es integral y positivo? ¿Por qué?
2. ¿Sabe que son los minimedios alternativos?
3. ¿Durante las actividades curriculares utiliza los minimedios para el avance de temas?
4. ¿Cuáles son los minimedios que utiliza?
5. ¿Según su experiencia como Docente, estos minimedios utilizados son suficientes para lograr un buen avance curricular en el aula con los estudiantes?
6. ¿Cada cuánto tiempo producen esos materiales?

## **Guía de entrevista para el Director de la Unidad Educativa Simón Bolívar**

**Gestión 2018**

**Entrevistado:**

**Entrevistador:**

**Fecha:**

1. ¿Qué opina sobre la alimentación nutritiva?
2. ¿Usted cree que los estudiantes de la Unidad Educativa cuentan con una alimentación saludable?
3. ¿Qué necesidades cree usted son importantes para desarrollar en la Unidad Educativa?
4. ¿Se planifican estrategias para promover los hábitos de una buena alimentación? Si es así ¿Cuáles son estas? y ¿Se llegan a cumplir en su totalidad?
5. ¿Cuáles fueron los medios utilizados para dichas actividades?
6. ¿La comunidad Educativa participa en la elaboración de estos medios?
7. ¿La comunidad Educativa se involucra en el contenido de cualquiera de los medios alternativos que producen?
8. ¿Cuáles fueron los impactos que causó?
9. ¿Qué situaciones cree usted que dificultan para lograr una respuesta positiva por parte de la comunidad estudiantil en la en la concreción del Proyecto Socioproductivo (PSP)?
10. ¿Existe involucramiento de la comunidad educativa en las problemáticas o necesidades de la Unidad Educativa? ¿Por qué?

**Guía de entrevista para estudiantes del nivel secundario de la Unidad Educativa**

**Simón Bolívar**

**Gestión 2018**

**Entrevistado:**

**Entrevistador:**

**Fecha:**

1. ¿Desayunas antes de venir al colegio?
2. ¿Qué es lo que más te gusta consumir a la hora del recreo? ¿Por qué?
3. ¿Te fijas en la elaboración y composición del producto que consumes? ¿Por qué?
4. ¿Llevas al colegio algún tipo de fruta o alimento nutritivo para consumir? ¿Por qué?
5. ¿Qué productos de consumo ofrece la portera a la hora del recreo?
6. ¿Cuál de esos productos es tu favorito y consumes con frecuencia?
7. ¿Qué productos de consumo te gustaría que la portera ofreciera para la venta? ¿Por qué?

**Guía de entrevista para la portera de la Unidad Educativa Simón Bolívar**  
**Gestión 2018**

**Entrevistado:**

**Entrevistador:**

**Fecha:**

1. ¿Qué productos ofrece a la comunidad estudiantil para su consumo?
2. ¿Cuáles son los productos de preferencia por parte de los estudiantes?
3. ¿Ofrece productos nutritivos para el consumo de los estudiantes? ¿Cuáles? y ¿Por qué?

## DIARIO DE CAMPO

**FECHA:**

**LUGAR:**

**OBSERVADOR:**

**HORA:**

**OBSERVACIONES:**



## Presupuesto

<b>RECURSOS HUMANOS</b>			
<b>RRHH</b>	<b>FUNCIONES</b>	<b>PRESUPUESTO</b>	<b>ACTIVIDAD</b>
Nutricionista	Orientación	Bs. 60	Taller alimentación nutritiva.
Médico	Dar el taller	Bs. 200	Taller alimentación nutritiva.
Maestros del área de lenguaje	Elaboración de minimedios.	Bs. 100	Teatro y títeres sobre alimentación.
Estudiantes y docentes	Elaboración de minimedios impresos.	Bs. 30	Información con periódicos murales, pancartas y trípticos.
Plantel docente	Guías-comunicación oral.	En existencia	Reflexión a estudiantes sobre alimentación.
112 estudiantes del nivel secundario.	Primera campaña	En existencia	Difusión de información sobre alimentación.
25 estudiantes del nivel secundario.	Elaboración de frutas caminantes.	Bs. 200	Campañas “te intercambio mi

			fruta” en los recreos.
Toda la comunidad Educativa.	Organizar una feria.	En existencia	Feria informativa y activa sobre la alimentación nutritiva en provincias.
1 editor	Edición de las imágenes obtenidas durante la ejecución de las actividades.	En existencia	Registro fotográfico.

## **PLANTEL DOCENTE Y ADMINISTRATIVO**

### **NIVEL DE EDUCACIÓN INICIAL EN FAMILIA COMUNITARIA**

Prof. Cintia Mamani Callejas

Prof. Esthela Martha Lucana Yanahuaya

Prof. María Elena Terrazas Terrazas

### **NIVEL DE EDUCACIÓN PRIMARIA COMUNITARIA VOCACIONAL**

Prof. Pedro Hilarión Gomez Mamani

Prof. Bernabe Choque Acero

Prof. Miriam Yrene Condori Poma

Prof. Nelson Yujra Loza

Prof. Mary Neptalí Aruquipa Tarqui

Prof. Jenny Jay Aguilar Mamani

Prof. Miriam Yola Ramos Villca

Prof. Ivan Francisco Troche Jucurapi

Prof. Filomena Quispe Troche

Prof. Justina Carani Carhuani

Prof. Maritza Yapu Condori

Prof. Juan Carlos Laura Condori

Prof. Rosmery Condori Poma

Prof. Roxana Apaza Luque

### **NIVEL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA COMUNITARIA PRODUCTIVA**

Prof. Lucy Deisy Rojas Cano

Prof. Rosmery Choque Poma

Prof. Nancy Hilari Villca

Prof. Silvia Eugenia Luna Mamani  
Prof. Ruben Choque Aruquipa  
Prof. Santos Gabriel Condori Gil  
Prof. Luis Choque Nina  
Prof. Gloria Mabel Churata Limachi  
Prof. Rogelio Salluca Churqui  
Prof. Anacleto Chambilla Luque  
Prof. Freddy Cruz Huanca  
Prof. Dunia Cruz Canaviri  
Prof. Edwin Quintanilla Tancara  
Prof. Vidal Limachi Quispe  
Prof. Cesar Valdez Meave  
Prof. Osmar Gonzalo Andrade Gutiérrez  
Prof. Angélica Mamani Quiñones  
Prof. Beatriz Rondo Quispe  
Prof. Carla Quispe Mamani  
Prof. Joel Samuel Cutile Balboa  
Prof. Wilmer Condori Choque  
Prof. Juvenal Tallacagua Huanca

#### **PLANTEL ADMINISTRATIVO**

Director : Willy Valerio Ticona Ticona  
Secretario : René Luis Huayllas Villca  
Regenta : Luz Jhanet Peralta Mamani  
Auxiliar : Sandra Nicolasa Aranda Canaviri  
Conserje : Wilma Choque Achu