

2930

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia



INFLUENCIA DE LA ALIMENTACION EN EL APRENDIZAJE DE LOS ALUMNOS DEL GRUPO 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA

T E S I S

Que para obtener el Título de:

LICENCIADO EN ENFERMERIA Y OBSTETRICIA

ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA COORDINACION DE S.S. Y O.TT.

U. N. A. M.

PATRICIA VILLEGAS PERALTA

Con la Asesoría de la Maestra: Carmen L. Balseiro Almario

TESIS CON FALLA DE ORIGEN

México, D. F.

1989



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas Tesis Digitales Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS © PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

CONTENIDO

PAG.

INTRODUCCION.....	1
CAPITULOS	
<u>1. FUNDAMENTACION DEL TEMA DE INVESTIGACION.</u>	
1.1 DESCRIPCION DE LA SITUACION PROBLEMA.....	3
1.2 IDENTIFICACION DEL TEMA DE ESTUDIO.....	5
1.3 JUSTIFICACION DE LA INVESTIGACION.....	5
1.4 UBICACION DEL TEMA DE ESTUDIO.....	6
1.5 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACION	
1.5.1 General.....	6
1.5.2 Específicos.....	6
<u>2. MARCO TEORICO.</u>	
2.1 ALIMENTACION	
2.1.1 Concepto de alimentación.....	8
2.1.2 Principios fundamentales de alimentación y nutrición humana.....	9
2.1.2.1 Alimentación.....	10
2.1.2.1 Nutrición.....	12

-Estado nutricional.....	13
-Factores que determinan el estado nutricional.....	14
-Deficiencia nutricional.....	16
-Funciones de la nutrición.....	17
2.1.2.3 Nutrimientos.....	18
2.1.3 Alimentos.....	21
2.1.3.1 Clasificación de los alimentos.....	21
-Grupos básicos de alimentos.....	22
2.1.3.2 Leyes de la alimentación.....	30
-Primera ley.....	31
-Segunda ley.....	32
-Tercera ley.....	32
-Cuarta ley.....	32
2.1.3.3 El alimento como agente de satisfac ción de la necesidad de comer.....	33
2.1.3.4 El alimento como estímulo psi cofísico.....	34
2.1.3.5 El alimento como estímulo emo cional.....	37
2.1.3.6 El alimento como integrador so cial.....	38
2.1.4 Eficacia y funciones de los nutrimentos.....	39
2.1.4.1 Proteínas.....	39
-Clasificación de las proteínas.....	41

	-Digestión de las proteínas.....	42
2.1.4.2	Carbohidratos.....	43
	-Clasificación de los carbihidra tos.....	43
	-Funciones de los carbohidratos.....	45
2.1.4.3	Grasas.....	46
	-Funciones de las grasas.....	46
2.1.4.4	Vitaminas.....	47
	-Vitaminas liposolubles.....	47
	-Vitaminas hidrosolubles.....	48
2.1.4.5	Minerales.....	49
	-Funciones de los minerales.....	49
2.1.5	Desnutrición.....	50
2.1.5.1	Clasificación de la desnutrición....	51
2.1.5.2	Causas de desnutrición.....	51
	-Deficiencias primarias.....	51
	-Deficiencias secundarias.....	51
2.1.6	Nutrición aplicada.....	52
2.1.6.1	Factores que condicionan la alimen_ tación diaria.....	52
	-Disponibilidad alimentaria familiar... 52	
	-Hábitos alimentarios.....	53
2.1.6.2	Factores que condicionan los requ <u>e</u> rimientos	53
2.1.6.3	Posibles soluciones al problema nu	

tricional.....	54
-Mejoramiento de la disponibilidad de los alimentos.....	55
-Mejoramiento de los hábitos ali- mentarios que afectan el consumo.....	55
2.1.6.4 Programas de nutrición aplicada.....	55
-Alimentación suplementaria.....	56
2.1.7 Educación nutricional.....	56
2.1.7.1 Principios básicos de educación nutricional.....	56
2.1.7.2 El acto educativo en educación nu- tricional.....	57
2.1.7.3 La educación nutricional en los programas de salud.....	57

2.2 APRENDIZAJE

2.2.1 Concepto de aprendizaje.....	58
2.2.2 Clases de aprendizaje y sus leyes.....	59
2.2.3 Aspectos funcionales del aprendizaje.....	63
-Factores determinantes de la tasa de apren- dizaje.....	66
-Transferencia del entrenamiento y la re- tención.....	67
2.2.3.1 Efectos de la distribución de la práctica como ejemplo del funcio-	

nalismo actual.....	69
2.2.4 Tipos de aprendizaje.....	71
2.2.4.1 El aprendizaje por discriminación.....	71
2.2.4.2 Aprendizaje significativo.....	73
2.2.4.2.1. Tipos de aprendizaje sig nificativo.....	73
2.2.4.3 Aprendizaje por signos.....	76
2.2.4.4 Aprendizaje por observación.....	77
2.2.5 Teorías del aprendizaje.....	78
2.2.5.1 Teoría del aprendizaje de la Gestalt...	78
-Capacidad.....	78
-Práctica.....	78
-Motivación.....	79
-Comprensión.....	79
-Transferencia.....	79
-Olvido.....	80
2.2.5.2 Teoría del aprendizaje de Tolman.....	80
2.2.5.3 Teoría del aprendizaje por dis- cernimiento.....	81
2.2.5.4 Aportaciones de Pavlov a la teoría del aprendizaje.....	82
-El condicionamiento clásico.....	82
-Programas de refuerzo.....	84
2.2.6 Modelos de aprendizaje.....	85
2.2.6.1 Aprendizaje acumulativo.....	85

-Tipo uno.....	85
-Tipo dos.....	86
-Tipo tres y cuatro.....	86
-Tipo cinco.....	86
-Tipo seis.....	86
-Tipo siete.....	87
-Tipo ocho.....	87

3. METODOLOGIA.

3.1 HIPOTESIS

3.1.1 General.....	89
3.1.2 Trabajo.....	89
3.1.3 Nula.....	89

3.2 VARIABLES

3.2.1 Independiente.....	89
3.2.2 Dependiente.....	90

3.3 TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACION

3.3.1 Tipo.....	91
3.3.2 Diseño.....	91

3.4 TECNICAS DE INVESTIGACION UTILIZADA.....

3.4.1 Ficha de trabajo.....	92
3.4.2 Observación.....	92
3.4.3 Entrevista.....	92

<u>4. INSTRUMENTACION ESTADISTICA.</u>	
4.1 UNIVERSO POBLACION Y MUESTRA.....	93
4.2 PROCESAMIENTO DE DATOS.....	93
4.3 COMPROBACION DE HIPOTESIS.....	184
4.4 ANALISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS.....	189
<u>5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.</u>	
5.1 CONCLUSIONES.....	199
5.2 RECOMENDACIONES.....	202
<u>6. APENDICES.</u>	209
<u>7. GLOSARIO DE TERMINOS.</u>	225
<u>8. BIBLIOGRAFIA.</u>	245

INDICE DE CUADROS

PAGS.

CUADRO No.1	EDAD DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.....	94
CUADRO No.2	SEXO DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.....	96
CUADRO No.3	ESTADO CIVIL DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y - 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.....	98
CUADRO No.4	OCUPACIÓN DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.....	100
CUADRO No.5	TURNO DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS - 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 -	

	DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	102
CUADRO No.6	CALIDAD DE LOS ALIMENTOS QUE INGIEREN- LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.....	104
CUADRO No.7	CANTIDAD DE LOS ALIMENTOS QUE INGIEREN LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	106
CUADRO No.8	HORARIO DE LA ALIMENTACION COTIDIANA - DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DELTURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO-VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	108

CUADRO No.9	LUGAR DONDE INGIEREN LOS ALIMENTOS -- LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	110
CUADRO No10	INGRESOS ECONÓMICOS MENSUALES DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	112
CUADRO No.11	EGRESOS ECONÓMICOS MENSUALES DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	114
CUADRO No.12	FRECUENCIA DEL CONSUMO DE ALIMENTOS QUE CONTIENEN VITAMINAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO	

CUADRO No.16	FRECUENCIA EN EL CONSUMO DE ALIMENTOS QUE CONTIENEN MINERALES POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	124
CUADRO No.17	HÁBITOS EN EL COMER DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA...	126
CUADRO No.18	SITIOS A DONDE CONSUME ALIMENTOS LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	128
CUADRO No.19	CREENCIAS CULTURALES EN LA INGESTIÓN DE ALIMENTOS DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y	

	OBSTETRICIA.....	130
CUADRO No.20	UTILIZACIÓN DE DIETAS REDUCTIVAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBS- TETRICIA.....	132
CUADRO No.21	ESTADO DE SALUD DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LI CENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	134
CUADRO No.22	PESO CORPORAL DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO , 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	136
CUADRO No.23	ESTATURA DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIA TURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERME RÍA Y OBSTETRICIA.....	138

CUADRO No.24	TEXTURA DEL PELO DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	140
CUADRO No.25	ESTADO DE LA PIEL DE LOS ALUMNOS DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	142
CUADRO No.26	PROMEDIO DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	144
CUADRO No.27	PROMEDIO DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	146
CUADRO No.28	LÉXICO UTILIZADO POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO,	

	2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	148
CUADRO No.29	PORCENTAJE DE APLICACIÓN DE LA TEORÍA A LA PRÁCTICA DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA....	150
CUADRO No.30	MODIFICACIÓN DE LA CONDUCTA DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	152
CUADRO No.31	APORTACIÓN DE CONOCIMIENTOS EN CLASE O EN PRÁCTICA POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	154
CUADRO No.32	SURGIMIENTO DE ENQUIETURDES E INTERRO	

	GANTES EN LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICEN- CIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE EN- FERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	156
CUADRO No. 33	UTILIZACIÓN DE METODOLOGÍA POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VES- PERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	158
CUADRO No. 34	CUMPLIMIENTO DE OBJETIVOS TRAZADOS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TUR NO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	160
CUADRO No. 35	PORCENTAJE DE APROBACIÓN DE LA EVALUA CIONES DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIA TURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERME RÍA Y OBSTETRICIA.....	162

CUADRO NO.36	RETENCIÓN DE CONOCIMIENTOS DE LOS ALUM <u>NOS</u> DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	164
CUADRO No.37	ACERVO CULTURAL DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	166
CUADRO No.38	UTILIZACIÓN DE PROCEDIMIENTOS EN LAS TÉCNICAS DE ENFERMERÍA POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	168
CUADRO No.39	IMPLEMENTACIÓN DE TÉCNICAS POR LOS ALUM <u>NOS</u> DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	170

CUADRO No.40	PARTICIPACIÓN DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	172
CUADRO No.41	PARTICIPACIÓN GRUPAL DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA..	174
CUADRO No.42	MATERIAS NO ACREDITADAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO. 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	176
CUADRO No.43	APORTACIÓN DE CONOCIMIENTOS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	178

CUADRO No.44	IDEAS Y FORMAS DE PENSAR DE LOS ALUM- NOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATU TINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NA CIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA....	180
CUADRO No.45	SURGIMIENTOS DE IDEAS DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIO NAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	182

INDICE DE GRAFICAS

	PAGS.	
GRÁFICA No.1	EDAD DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	95
GRÁFICA No.2	SEXO DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	97
GRÁFICA No.3	ESTADO CIVIL DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	99
GRÁFICA No.4	OCUPACIÓN DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	101

GRÁFICA No.5	<p>TURNO DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIA TURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFER- MERÍA Y OBSTETRICIA.....</p>	103
GRÁFICA No.6	<p>CALIDAD DE LOS ALIMENTOS QUE INGIEREN LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TUR NO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....</p>	105
GRÁFICA No.7	<p>CANTIDAD DE LOS ALIMENTOS QUE INGIEREN LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TUR NO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VES PERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ES CUELA NACIONAL DE ENFRMERÍA Y OBSTETRI CIA.....</p>	107
GRÁFICA No.8	<p>MORARIO DE LA ALIMENTACIÓN COTIDIANA DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTE</p>	

	TRICIA.....	109
GRÁFICA No.9	LUGAR DONDE INGIEREN LOS ALIMENTOS LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	111
GRÁFICA No.10	INGRESOS ECONÓMICOS MENSUALES DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	113
GRÁFICA No.11	EGRESOS ECONÓMICOS DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	115
GRÁFICA No.12	FRECUENCIA DEL CONSUMO DE ALIMENTOS QUE CONTIENEN VITAMINAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL	

	DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	117
GRÁFICA No.13	FRECUENCIA DEL CONSUMO DE ALIMENTOS QUE CONTIENEN PROTEÍNAS, POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	119
GRÁFICA No.14	FRECUENCIA DEL CONSUMO DE ALIMENTOS QUE CONTIENEN HIDRATOS DE CARBÓNO, POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	121
GRÁFICA No.15	FRECUENCIA EN LA INGESTIÓN DE ALIMENTOS QUE CONTIENEN GRASAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	123

GRÁFICA No.16	FRECUENCIA EN EL CONSUMO DE ALIMENTOS QUE CONTIENEN MINERALES, POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	125
GRÁFICA No.17	HÁBITOS EN EL COMER DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	127
GRÁFICA No.18	SITIOS A DONDE CONSUMEN ALIMENTOS LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	129
GRÁFICA No.19	CREENCIAS CULTURALES EN LA INGESTIÓN DE ALIMENTOS DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFER-	

	MERÍA Y OBSTETRICIA.....	131
GRÁFICA No.20	UTILIZACIÓN DE DIETAS REDUCTIVAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TUR NO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTE TRICIA.....	133
GRÁFICA No.21	ESTADO DE SALUD DE LOS ALUMNOS DE LOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIA TURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERME RÍA Y OBSTETRICIA.....	135
GRÁFICA No.22	PESO CORPORAL DE LOS ALUMNOS DE LOS GRU POS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LI CENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	137
GRÁFICA No.23	ESTATURA DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIA TURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERME RÍA Y OBSTETRICIA.....	139

GRÁFICA No.24	TEXTURA DEL PELO DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	141
GRÁFICA No.25	ESTADO DE LA PIEL DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	143
GRÁFICA No.26	PROMEDIO DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	145
GRÁFICA No.27	PROMEDIO DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	147
GRÁFICA No.28	LÉXICO UTILIZADO POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y	

	2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	149
GRÁFICA No. 29	PORCENTAJE DE APLICACION DE LA TEORÍA A LA PRÁCTICA DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	151
GRÁFICA No. 30	MODIFICACIÓN DE LA CONDUCTA DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	153
GRÁFICA No. 31	APORTACIÓN DE CONOCIMIENTOS EN CLASE O EN PRÁCTICA POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	155
GRÁFICA No. 32	SURGIMIENTOS DE INQUIETUDES E INTERROGANTES EN LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS	

2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806
DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICEN-
CIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE EN-
FERMERÍA Y OBSTETRICIA..... 157

GRÁFICA No.33

UTILIZACIÓN DE METODOLOGÍA POR LOS
ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO
MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VES-
PERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA
ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBS-
TETRICIA.... 159

GRÁFICA No.34

CUMPLIMIENTO DE OBJETIVOS TRAZADOS POR
LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TUR-
NO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO
VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA
ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTE-
TRICIA. 161

GRÁFICA No.35

PORCENTAJE DE APROBACIÓN DE LAS EVALUA-
CIONES DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS
2904 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806
DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIA-
TURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERME-
RÍA Y OBSTETRICIA..... 163

GRÁFICA No.36	RETENCIÓN DE CONOCIMIENTOS DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.	165
GRÁFICA No.37	ACERVO CULTURAL DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	167
GRÁFICA No.38	UTILIZACIÓN DE PROCEDIMIENTOS EN LAS TÉCNICAS DE ENFERMERÍA POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	169
GRÁFICA No.39	IMPLEMENTACIÓN DE TÉCNICAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.	171

GRÁFICA No.40	PARTICIPACIÓN DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.....	173
GRÁFICA No.41	PARTICIPACIÓN GRUPAL DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA....	175
GRÁFICA No.42	MATERIA NO ACREDITADAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA	177
GRÁFICA No.43	APORTACIÓN DE CONOCIMIENTOS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA	179

GRÁFICA No.44	IDEAS Y FORMAS DE PENSAR DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA	181
GRÁFICA No.45	SURGIMIENTOS DE IDEAS DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA...	183

INTRODUCCION

La tesis que se presenta, constituye la investigación acerca de cómo influye la alimentación en el aprendizaje de los alumnos de los grupos 2804 del turno matutino, 2805 y 2806 del turno vespertino de nivel licenciatura de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Nacional Autónoma de México, ya que se ha observado que los alumnos con bajo aprovechamiento escolar tienen también deficiencias alimentarias, pues éstos no ingieren los aportes nutricionales suficientes para su desarrollo intelectual.

Estos individuos por lo general consumen alimentos de bajo aporte nutricional, como son los alimentos "chatarra" (frituras de maíz, dulces, refrescos embotellados, galletas, etc.) y además, diversos antojitos callejeros, los cuales aparte de no poseer los aportes nutricionales adecuados, ponen en constante peligro la salud.

Comparativamente, los alumnos que consumen los nutrientes necesarios para que su organismo se mantenga en un estado de equilibrio de salud óptima, mantienen un rendimiento y aprovechamiento académico más elevado que los individuos que ingieren alimentos sin los nutrimentos básicos.

La presente tesis consta de varios capítulos:

El capítulo 1 se refiere a la fundamentación del tema de inves

tigación, el cual incluye la descripción de la situación del problema, la identificación del tema de estudio, la justificación de la investigación, la ubicación del tema que se estudia y los objetivos que se plantean para la investigación.

En el capítulo 2 se hace mención al marco teórico que abarca todo lo concerniente a las variables de este problema, que son: la alimentación y el aprendizaje, para con esto enmarcar el tema de investigación.

En el capítulo 3 se formula la metodología, la cual abarca la hipótesis que se presenta para el problema, así como los indicadores de las variables de estudio. Se describen también el tipo y diseño de investigación y las técnicas e instrumentos que se utilizan para la estructuración del trabajo.

En el capítulo 4 se aborda la instrumentación estadística, que consta del universo, la población y la muestra que se utilizaron en el problema. Se realiza el procesamiento de datos, útil en la comprobación de los resultados obtenidos.

En el capítulo 5 se señalan las conclusiones que se llegó con la investigación. El capítulo 6 consta de los anexos y apéndices del trabajo; y finaliza la tesis con los capítulos 7 y 8, los cuales están constituidos por el glosario de términos y las referencias bibliográficas, respectivamente.

1. FUNDAMENTACION DEL TEMA DE INVESTIGACION

1.1 DESCRIPCION DE LA SITUACION PROBLEMA

Se realizó la presente tesis porque se ha observado que los alumnos de los grupos 2804 del turno matutino, 2805 y 2806 del turno vespertino de nivel licenciatura de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Nacional Autónoma de México, presentan dificultad en el aprendizaje, y se cre que esto es debido al tipo de alimentación que tienen.

Las manifestaciones de bajo aporte calórico se demuestran en somnolencia, ya que se están durmiendo en clase, o simplemente se encuentran distraídos pensando en la hora del receso para poder correr a la cafetería y allí satisfacer la necesidad de alimento que tiene su organismo.

Los alumnos, por el deseo de satisfacer su apetito adquieren alimentos chatarra, los cuales son de fácil acceso a sus posibilidades económicas, pero ponen en constante peligro su estado de salud, lo cual repercute en el aprendizaje que originalmente tendrían, si su alimentación constara de una dieta rica en nutrientes.

Los individuos salen de clases con la sólo idea de una de sus necesidades básicas, sin importarles el tipo y calidad de los alimentos que ingieren, los que generalmente son de bajo aporte

te nutricional.

Los alimentos de mayor consumo por los estudiantes son papas fritas, chicharrones, pastelitos, galletas y diversos tipos de antojitos callejeros como sopes, quesadillas, tostadas, tortas, etc., los cuales además de no nutrirles adecuadamente ponen en juego su salud.

Este tipo de problema se presenta por lo regular en los alumnos, los cuales llegan a la escuela provenientes de sus centros laborales, y además de llegar justo a la hora de clase, nerviosos y tensos por la demora, están inquietos en espera de la hora de receso. Los alumnos por lo general no tienen tiempo de comer adecuadamente, lo que les obliga a ingerir cualquier tipo de alimentos.

Con lo mencionado en los párrafos anteriores, se puede deducir que los alumnos se encuentran en esta situación además de estar mal alimentados, están cansados y por consiguiente no aprovechan y asimilan la información proporcionada en el aula, produciéndose así la existencia de un bajo promedio de aprovechamiento académico, un porcentaje elevado de materias reprobadas, así como un gran número de alumnos que tendrán que repetir el curso el año siguiente.

Por lo anteriormente dicho, la investigación se lleva a cabo con los alumnos de los grupos 2804 del turno matutino, 2805 y 2806 del turno vespertino de nivel licenciatura, ya que se

observó que la mayoría de estos alumnos estudian y trabajan simultáneamente.

Esta investigación se fundamenta en conceptos y principios teóricos, para tratar de establecer cuál es el grado de influencia de la alimentación en el aprendizaje, a fin de que con esto se establezcan algunas alternativas de solución para el problema.

1.2 IDENTIFICACION DEL TEMA DE ESTUDIO

Cómo influye la alimentación en el aprendizaje de los alumnos de los grupos 2804 del turno matutino, 2805 y 2806 del turno vespertino de nivel licenciatura de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia ?

1.3 JUSTIFICACION DE LA INVESTIGACION

El presente trabajo ha sido elaborado con el propósito de establecer el grado de influencia que ejerce la alimentación en el aprendizaje de los alumnos de los grupos 2804 del turno matutino, 2805 y 2806 del turno vespertino de nivel licenciatura de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia. Debido a que la alimentación tiene gran influencia en el aprendizaje de los individuos, por ser un elemento indispensable para el desarrollo cognoscitivo del individuo.

La alimentación es de vital importancia, ya que influye en el aprendizaje de los alumnos, pues dependiendo de las condiciones alimenticias, estarán capacitados para tener un mayor aprovechamiento académico. Esto se reflejará en la carrera de enfermería, elevando el nivel profesional de los alumnos.

1.4 UBICACION DEL TEMA DE ESTUDIO

Esta tesis se encuentra ubicada dentro de las siguientes disciplinas: Nutrición y Dietología, ya que son las encargadas del estudio de los alimentos y la dieta adecuada de los individuos. Enfermería, porque es la disciplina que tiene la responsabilidad de brindar atención a la población que la necesite. Educación y Pedagogía, que son las encargadas de fomentar el desarrollo cognoscitivo de los individuos.

1.5 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACION

1.5.1 Objetivo General.

-Conocer cuál es la influencia que la alimentación ejerce en el aprendizaje de los alumnos de los grupos 2804 del turno matutino, 2805 y 2806 del turno vespertino de nivel licenciatura de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia.

1.5.2 Objetivos Específicos.

- Identificar cuál es el tipo de alimentación que tienen los alumnos de los grupos 2804 del turno matutino, 2805 y 2806 del turno vespertino de nivel licenciatura de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia.
- Identificar las dificultades de aprendizaje de los alumnos de los grupos 2804 del turno matutino, 2805 y 2806 del turno vespertino de nivel licenciatura de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia.

2. MARCO TEORICO

2.1 ALIMENTACION

2.1 Concepto de alimentación.

"Es un conjunto de funciones armónicas y solidarias entre sí, que tienen por objeto mantener la integridad de la materia y conservar la vida". (1)

La buena alimentación implica, por lo tanto, que el individuo tenga una vida plena, que sea activo en su producción física, mental y biológica, manteniendo el organismo en las condiciones óptimas para su funcionamiento.

"Alimentación son todos aquellos que nutren al cuerpo". (2)

No existen dos alimentos con valores nutritivos iguales, porque no hay dos alimentos que contengan cantidades idénticas de nutrientes.

La alimentación tiene como función conservar la vida de cualquier individuo, manteniendo su materia íntegra y obteniendo un ser activo mentalmente.

-
- 1.- Susana J. Icaza y Moisés Béhar. Nutrición. 2a. ed. Ed. Interamericana. México, 1989, pp. 3,5.
 - 2.- Robinson. H. Corine. Nutrición Básica y Dietoterapia. Ed. CECSA, México, 1979, p. 7.

"Alimentación es la ingestión de todas aquellas sustancias constituidas, además de nutrimentos por otros compuestos capaces de desempeñar una función de nutrición". (3) Se ha observado que en los alumnos de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia, su alimentación básica consiste en alimentos que no reúnen los nutrimentos necesarios para la función de la nutrición, pues éstos consisten en tortas, frituras de maíz y refrescos embotellados.

2.1.2 Principios fundamentales de la alimentación y nutrición humana.

La alimentación ha sido una de las necesidades y preocupaciones fundamentales del hombre y uno de los factores determinantes de la formación y progreso de las sociedades.

Los hombres primitivos dependían para su alimentación de la caza, de la pesca y de la recolección de productos vegetales silvestres; vivían en forma nómada y organizados en pequeños grupos para poder efectuar más eficazmente esas actividades.

La importancia de la alimentación ha sido reconocida en la Medicina desde el origen de esta ciencia; ya Aristóteles advertía que no todos los alimentos son adecuados para todas las personas, lo que dependía de su estado de salud; pero siempre

3.- Rafael Ramos Galván. Alimentación Normal en Niños y Adolescentes. Ed. El Manual Moderno, México, 1985, p. 5

se dio mucha mayor importancia a la relación entre alimentación y salud en sus aspectos negativos es decir, a la posibilidad de enfermar por el proceso y consumo de ciertos alimentos o al efecto perjudicial de algunos de ellos para pacientes con determinadas enfermedades o en condiciones fisiológicas diversas.

2.1.2.1 Alimentación

Los alimentos están constituidos en gran parte por nutrimentos; por lo tanto, debe quedar clara la diferencia entre ambos, ya que los primeros podrían definirse como los vehículos habituales de los nutrimentos.

"Las sustancias que el hombre ingiere con el propósito de asegurar su crecimiento normal, mantener en un sentido óptimo sus funciones corporales, renovar los tejidos deteriorados y proveerse de la energía necesaria para realizar eficientemente sus actividades cotidianas, reciben el nombre de alimentos". (4)

Las sustancias o alimentos que normalmente consumen los alumnos de la Escuela de Enfermería son los llamados alimentos chatarra, los cuales no reúnen los requisitos necesarios para

4.- Leopoldo Vega Franco. Alimentación y Nutrición en la Infancia. Ed. Francisco Méndez Cervantes, México, 1983, p.29.

asegurar un crecimiento normal; esto se refleja en su talla baja, palidez de sus tegumentos y características de su piel, además, por lo regular no tienen la energía y vitalidad que deberían de tener de acuerdo con su edad.

Un artículo alimentario es considerado como tal cuando posee las tres cualidades que responden a su vez a tres grupos de funciones:

Fisiológicas

Psicosensoriales

Etico intelectuales

El alimento debe nutrir, interesando por ello su valor nutricional, debe excitar nuestras sensaciones gustativas, digestivas y generales para considerarlo más o menos deseable y, por último debe tener un valor simbólico de orden social, económico y cultural que lo sitúe en nuestro medio social.

Valor de los alimentos: El valor de los alimentos surge de su composición química, sus caracteres físicos y fisicoquímicos, además de su digestibilidad.

Cada uno de estos factores depende a su vez de los distintos elementos constitutivos del alimento, que son, en definitiva, los responsables de sus propiedades y acciones particulares.

Composición química: Este conocimiento ilustra sobre la acción específica de cada alimento, en cuanto se refiere al su

ministro de energía de materiales para la reparación de los tejidos, de reposición de los procesos orgánicos. Todo ello está supeditado al contenido en hidratos de carbono, proteínas, grasas, minerales, vitaminas y agua.

Caracteres físico: Los caracteres físicos se refieren a la estructura del alimento, al estado de la materia, sólida o líquida, así como a las condiciones inherentes al peso, volumen y consistencia, que pueden tener relación con el comportamiento en el aparato digestivo.

Caracteres fisicoquímicos: Los caracteres fisicoquímicos de los alimentos son el estado que adquieren por el influjo de la digestión gástrica.

En la alimentación corriente, debe incluirse determinados alimentos a fin de garantizar al individuo el ingreso de los principales nutrimentos.

2.1.2.2 Nutrición

La nutrición es "un conjunto de funciones armónicas y coordinadas entre sí, que tienen lugar en todas y cada una de las células del organismo y de las cuales dependen la composición corporal, la salud y la vida misma". (5)

"La nutrición es el conjunto de procesos por los cuales el organismo recibe y utiliza los alimentos para su crecimiento, desarrollo y mantenimiento". (6)

En la actualidad no llevan una nutrición adecuada los alumnos de la Escuela de Enfermería, y el pueblo en general, ya que por comodidad o falta de dinero y orientación no consumen los alimentos que les proporcionan nutrimentos necesarios para su vida diaria sino que comen antojitos callejeros y alimentos chatarra, los cuales pueden adquirir en cualquier establecimiento.

El hombre, para poder mantener un crecimiento normal y para poder restituir sus tejidos dañados, es necesario que ingiera sustancias nutritivas, con lo cual también adquiere la energía que le permitirá desarrollar sus actividades diarias.

Estado Nutricional:

El estado nutricional es la condición que adopta el organismo como resultado de la recepción y utilización de los nutrientes.

6.- María del Rosario Carsolio. Nutrición Terapéutica y Dietética. 3a. Ed. El Manual Moderno. México, 1984, p. 7

"Cuando el cuerpo se beneficia de una alimentación bien balanceada, existe un estado nutricional bien balanceado, existe un estado nutricional adecuado". (7)

Lo cual quiere decir que se han suministrado suficientes nutrientes esenciales y que han sido utilizados para mantener al organismo y proveerlo también con alguna reserva.

La nutrición correcta es esencial en:

- El crecimiento normal
- El desarrollo normal
- El mantenimiento normal
- La reproducción normal
- La resistencia normal a la enfermedad
- La recuperación normal de un trastorno o de una lesión
- La actividad normal y eficiencia en el trabajo

Factores que determinan el estado de nutrición

El estado de nutrición de una comunidad y de sus diferentes miembros es el resultado de una serie de factores interrelacionados que pueden clasificarse esquemáticamente en aquellos que afectan a la disponibilidad de alimentos, aquellos que afectan al consumo y aquellos que afectan a la utilización de

7.- Marie V. Krause. Nutrición y Dietética en Clínica. 5a. ed. Ed. Interamericana, México, 1975, p. 9

los nutrientes contenidos en los alimentos.

La disponibilidad de alimentos a nivel nacional depende principalmente de la producción, a la que debe sumarse la importación y restarse la exportación, las pérdidas y los alimentos que se usan para fines no alimenticios.

"El consumo de los alimentos disponibles esta determinado fundamentalmente por los hábitos alimentarios, estos forman parte importante de la cultura de una población". (8)

Los hábitos alimentarios de los alumnos de la Escuela de Enfermería están constituidos por alimentos de escaso o nulo valor nutricional, ya que si desde su infancia se les ha inculcado la ingestión de este tipo de alimentos (Papas chicharrones, sopes, tortas), resulta difícil modificarlo y tratar de que tengan una nutrición adecuada. Por lo que es importante propiciar hábitos alimentarios mediante información y educación continua a toda la población.

8.- Susana J. Icaza. op. cit. p. 4.

Los hábitos alimentarios de los alumnos de la Escuela de Enfermería están constituidos por alimentos de escaso o nulo valor nutricional, ya que si desde su infancia se les ha inculcado la ingestión de este tipo de alimentos (papas, chicharrones, sopes, tortas, etc.), resulta difícil modificarlos y tratar de que tengan una nutrición adecuada. Por lo que es importante propiciar hábitos alimentarios mediante información y educación continua a toda la población .

Deficiencia Nutricional

Cuando al organismo no se le suministran las cantidades necesarias de nutrientes, sufre lo que se llama deficiencia nutricional. Esta deficiencia se denomina primaria cuando es la causa primera de una mala salud. La deficiencia nutricional secundaria se produce como complicación de otra enfermedad o condición.

La deficiencia nutricional primaria puede deberse a imposibilidad de obtener los nutrientes esenciales o a condiciones especiales que interfieren con la ingestión, la absorción o el aprovechamiento de los alimentos . La deficiencia secundaria es producida por condiciones que: a) incrementan los requerimientos corporales de nutrientes, b) destruyen los nutrientes en el organismo, o c) causan una excreción demasiado rápida de los nutrientes.

Funciones de la Nutrición

Para cumplir con sus funciones de nutrición, las células del organismo requieren de determinado substrato, es decir, de nutrimentos de procedencia exógena que llevan con ello implícitamente una previa ingestión de alimentos; o bien endógenos, que suponen un balance negativo de energía o cierto grado de autofagia.

Las células manejan nutrimentos, no alimentos y no puede pasarse por alto que el hombre no es autótrofo sino eminentemente heterótrofo y buena medida, omnívoro.

A un determinado estado de nutrición puede corresponder una diversa composición corporal, lo cual depende de que las células empleen nutrimentos endógenos o exógenos, de que el sujeto haya o no consumido cantidad suficiente y adecuada de la dieta que le corresponde o, finalmente, de que se reúnan las condiciones biológicas y fisiológicas para que las células puedan disponer de oxígeno. Este es necesario para utilizar la energía química almacenada en los nutrimentos (combustibles) y transformándose en energía metabólica, debido a lo cual las células lograrán entre otras cosas, incorporar a su protoplasma materiales estructurales y no sólo energía. Estas últimas funciones son las que mantienen el equilibrio y en determinadas etapas de la vida propician el crecimiento; pero de la misma manera que alimentación no es sinónimo de nu

trición, crecimiento tampoco lo es.

2.1.2.3 Nutrimientos

Nutrimiento es toda substancia con energía química almacenada capaz de ser utilizada por el organismo como energía metabólica.

"Los nutrimentos son todos los elementos que se encuentran conformando complejas estructuras sintetizadas a partir de las substancias químicas contenidas en los alimentos". (9) Los nutrimentos exógenos o endógenos son los alimentos "directos" de las células, y ello explica que una dieta insuficiente o incompleta no produzca de inmediato enfermedad o muerte. Esto ocurre sólo después que el organismo ha hecho uso de sus reservas nutritivas en beneficio de sus propias células.

Fisiología de los nutrientes o nutrimentos

Los nutrientes o principios nutritivos son los componentes específicos de los alimentos, que desempeñan una o varias funciones de nutrición y compensan los gastos orgánicos para mantener el balance que conviene en estado de buena salud o de enfermedad.

El aporte generoso de algunos nutrientes favorece la acumula-

9.- Susana J. Icaza. op. cit. p. 7.

ción de reservas. El ingreso exagerado puede producir desequilibrios metabólicos y enfermedades, y el aporte deficiente de nutrientes permite que se agoten las reservas y lleva al balance negativo y a las enfermedades de carencia en algunos casos.

"Los nutrientes desempeñan en el organismo una o varias acciones, pueden ser: calorígenos y energéticos cuando se miden en calorías los efectos que producen ; plásticos o formadores, cuando el efecto lejano se mide por el crecimiento de la materia viva, en general, o por el aumento del peso y del volumen de los órganos, aparatos, sistemas y tejidos en particular; reguladores de las funciones de nutrición, cuando actúan sobre los nutrientes y modifican sus efectos". (10)

Respecto de los alumnos de la Escuela de Enfermería (ENEO), normalmente su alimentación diaria está compuesta casi en su totalidad de carbohidratos y en escasa cantidad de energéticos, ya que consumen frituras de maíz, tortas, quesadillas, tostadas, sopes, galletas, etc., trayendo como consecuencia la desnutrición y desequilibrio orgánico, lo cual repercute notablemente en su aprendizaje.

10.-José Quintín Olascoafga. Dietetica. 6a. ed. Ed. Francisco Méndez Cervantes. México, 1985, pp. 34, 35.

Aunque todos los nutrientes son esenciales para la salud y la vida, existen prioridades en los requerimientos, determinadas por la jerarquía de sus funciones. Tal es el caso del agua, de los vectores fundamentales de energía y de las proteínas.

Cuando una dieta no es sintética sino natural, se consume por libre demanda y satisface las necesidades de agua, energía y proteínas, y tiene gran probabilidad de aportar cantidades adecuadas simultáneamente de los otros nutrimentos.

En determinadas ocasiones hay que prestar especial atención al aporte de algunos nutrimentos, como podría ser el caso del hierro, yodo, vitamina A o vitamina D.

Esta jerarquización encuentra expresión clínica cuando la dieta carece de alguno de los nutrimentos:

-La falta de agua produce un cuadro agudo o sobreagudo de desnutrición, frecuentemente conocido como "deshidratación", en el que hay acentuado balance negativo no sólo de agua, sino también de energía, proteínas y minerales, y se produce desequilibrio electrolítico con acidosis metabólica debido a la acumulación de radicales ácidos orgánicos e inorgánicos.

-Cuando no se dispone de energía suficiente, pero hay un aporte adecuado de agua, el cuadro es de desnutrición subaguda.

-Cuando la dieta aporta agua y energía suficientes para no producir desnutrición subaguda pero no ofrece proteínas en canti-

dad o calidad conveniente, se origina desnutrición crónica.

2.1.3 Alimentos

Alimentación es y será una de las necesidades fundamentales del ser humano, ya que ésta determina en gran modo la formación y el progreso de las sociedades.

Hace poco que se ha aceptado el concepto de la necesidad de una alimentación adecuada para estimular y sostener la salud, y en este siglo es cuando nace prácticamente la Nutrición como ciencia. Se principió por identificar los distintos elementos nutritivos que contienen los alimentos, las necesidades cuantitativas y cualitativas de éstos para el hombre en sus distintas etapas de la vida y en diversas condiciones fisiológicas, y el cálculo de la alimentación más adecuada para el mantenimiento o la restauración de la salud.

2.1.3.1 Clasificación de los alimentos

La clasificación moderna de los alimentos se basa en la noción de los grupos de alimentos, según el comportamiento espontáneo del hombre hacia ellos y por la tendencia del hombre hacia la regulación selectiva desde el punto de vista cualitativo y cuantitativo.

Grupos básicos de alimentos

Los alimentos se pueden dividir en tres grupos básicos, con el propósito de tener una base práctica para recomendar una dieta balanceada que indique la necesidad de consumir alimentos de cada grupo en cada comida. Estos grupos básicos son:

- Productos animales
- Hortalizas y frutas
- Granos y raíces

Los productos animales incluyen las carnes de mamíferos, aves, peces, crustáceos y algunos reptiles que son consumidos por la población, los huevos, la leche y sus derivados, que contienen el coágulo como el queso y el requesón. Las grasas animales se excluyen de este grupo.

El grupo de hortalizas y frutas comprende: los vegetales verdes y amarillos, es decir, todos aquellos de color verde o amarillo que son fuentes de carotina y generalmente se consumen en forma de ensaladas, cocidos en torta o hervidos y servidos con diferentes condimentos. Botánicamente pueden ser de distinto origen, pero el uso habitual es muy semejante. Las frutas, especialmente las más comunes en la zona tropical, son: mango, papaya, naranja, piña, plátano, jocote (ciruela), marañón.

Es conveniente un consumo variado de vegetales, que se utili-

zan en ensaladas o cocidos como la remolacha, el nabo, el chayote, rábano, tomate, repollo, aguacate. Estos aportan calorías y minerales en pequeña cantidad, fibra vegetal y vitamina C.

El grupo de granos y raíces incluye todos los alimentos que son donadores de gran cantidad de energía. El término granos comprende los cereales y las leguminosas, estas últimas constituyen también una buena fuente de proteínas.

En otros países, las leguminosas han sido colocadas en el grupo de alimentos ricos en proteínas, como la carne; sin embargo, debido al valor biológico de sus proteínas, las leguminosas no pueden substituir a dicho alimento y ello haría difícil la interpretación de las recomendaciones. Las raíces incluyen las raíces farináceas (camote o batata, ñame, otc) los tubérculos (papa) y otros vegetales farináceos como el plátano.

Productos animales:

Representan la mejor fuente de proteínas de buena calidad que existe en los alimentos. A diferencia de las proteínas de origen vegetal, contienen todos los aminoácidos en las proporciones necesarias para el organismo y la formación de sus tejidos.

Además de proteínas, los productos animales contienen substan

cias minerales como el calcio y el fósforo, necesarias para la formación de los huesos y diente, el hierro, que forma parte de los glóbulos rojos de la sangre. Algunos animales marinos contienen yodo, que participa en el funcionamiento de la glándula tiroides.

También contienen vitaminas, principalmente las del complejo B, como la tiamina, necesaria para el buen funcionamiento del corazón y de los nervios; la riboflavina, cuya deficiencia provoca cambios en la piel, mucosas y sistema nervioso.

Los productos animales, según sus características, se dividen en: carnes, huevos y leche.

-Carnes: El término carnes se emplea para designar músculo y vísceras de animales utilizados en la preparación de platillos alimenticios. Así, por carne se entiende la parte magra y comible de los músculos de distintas especies animales, mamíferos, aves, peces, crustáceos y los moluscos.

Estructura: La carne vacuna está constituida por tres tejidos:

a) Muscular

b) Conectivo, este tejido cubre todas las fibrillas, haces y masas musculares. "Es un tejido de sostén o de unión, el cual químicamente se compone de dos escleroproteínas, el colágeno

y la elastina" (11)

El tejido conectivo tiene la función de sostén y soporte de las estructuras musculares del organismo, por eso es indispensable que los alumnos ingieran carnes por lo menos dos veces por semana, esto parece difícil de realizar, ya que hay algunos alumnos los cuales carecen de los recursos económicos necesarios para poder consumirla.

El colágeno o tejido conectivo blando predomina en los tendones, mientras que la elastina o tejido conectivo amarillo predomina en los ligamentos.

c) Adiposo. La grasa envuelve a las fibras y a los haces musculares (grasa invisible) o forma gruesos acúmulos en la periferia.

Composición química: El tejido muscular, considerado separadamente de la grasa, es de una composición muy constante:

Agua, del 60 al 70%

Proteínas, al rededor del 20%

Grasas, del 8 al 20%

Pigmentos

Minerales (cloro, sodio, hierro, fósforo, potasio y calcio).

11.- Virginia A. Beal. Nutrición en el ciclo de vida. Ed. Limusa México, 1983, p. 32.

Vitaminas (A, B1, B2, ácido pantoténico, ácido nicotínico y piridoxina)

Sustancias extractiva:

a) no nitrogenadas (ácido láctico y maltosa)

b) nitrogenadas no proteícas (purinas, pirimidinas, creatinina y creatina)

El valor nutritivo de las carnes es elevado, ya que contiene proteína de buena calidad en una proporción del 18 al 20%, grasas y minerales, especialmente hierro, y vitaminas del complejo B. El hígado es particularmente rico en vitamina A, complejo B y hierro.

-Huevos: El huevo empleado comúnmente es el de gallina. Se compone de una cáscara forrada de una albuquína, de una parte periférica líquida a la temperatura ordinaria que se coagula en masa por el calor, la clara, y de una una parte central, la yema.

Peso del huevo completo: 60 gramos

Peso relativo, cáscara : 10 "

clara : 35 "

yema : 15 "

También se consumen los huevos de algunos peces y reptiles, como los de la iguana; aunque se utilizan con poca frecuencia tienen, como los de las aves, el mismo valor nutritivo.

Los huevos contienen proteínas de la mejor calidad en una proporción de 12% . Además contienen grasas, hierro, vitamina A y riboflavina, especialmente la yema. Como cada huevo de gallina pesa alrededor de 50 a 60 gr., cada unidad contiene 6g. de proteína, o sea, la misma cantidad que se obtiene de 30 g. de carne.

-Leche derivados: El término leche se emplea generalmente para designar la leche de vaca. Es una sustancia que existe únicamente para ser alimento.

Se entiende por leche de vaca el producto total del ordeño ininterrumpido y en óptimas condiciones de higiene, de vaca lechera, en buen estado de salud y alimentación.

Valor nutritivo de la leche y sus derivados:

La leche es un líquido fuente de proteínas de muy buena calidad, de dos clases: coagulables por el calor y otras por ácidos o fermentos. Contiene, además carbohidratos, grasas, calcio, vitamina A y riboflavina.

La leche entera en polvo contiene todas estas sustancias y basta agregarle agua para reconstruirla. La leche en polvo descremada contiene las mismas sustancias, menos la grasa y vitamina A, que por ser soluble en grasa se separa con la crema. El queso de leche entera contiene proteínas, grasas, calcio, vitamina A y riboflavina.

-Hortalizas y frutas: El segundo grupo de alimentos, compuesto por las hortalizas y frutas, representa en la dieta la mejor fuente de vitaminas A y C. Este grupo de alimentos contiene pequeñas cantidades de vitaminas del complejo B, como riboflavina y niacina; minerales como calcio y hierro, carbohidratos generalmente en forma de azúcares; proteínas vegetales y, en algunos casos, también un poco de grasa.

"El grupo de hortalizas y frutas, según sus características y valor nutritivo, se subdivide en tres subgrupos: vegetales verdes y amarillos, otros vegetales, y frutas". (12)

Generalmente los alumnos de la ENEO consumen de manera no muy regular vegetales verdes, frutas, cereales y leguminosas; ya que como en la actualidad la mayoría de los alumnos trabajan, no tienen tiempo de seleccionar adecuadamente sus alimentos, por lo que sólo consumen alimentos que venden en la calle como son tortas, frituras, etc., y si llegan a comer alguna fruta, ésta es preparada en la calle, al aire libre, exponiendo su estado nutricional y su salud.

• Vegetales verdes y amarillos: Este término incluye los alimentos de origen vegetal, ricos en vitamina A que se utilizan corrientemente en el almuerzo y la cena, como parte de platillos salados, ya sean cocidos o crudos.

12.- Susana J. Icaza. op. cit. p. 5

Estos vegetales son ricos en vitamina A, hierro, calcio y vitamina C. Contienen, además riboflavina y niacina, pero en menor cantidad.

-Frutas: Las frutas representan alimentos de origen vegetal de un mismo origen botánico, que se consumen crudas o cocidas, en forma de postre en la merienda o el desayuno.

Constituyen un grupo bien determinado y el hecho de que se consuman crudas las convierte en la mejor fuente de vitamina C, ya que esta vitamina puede destruirse durante la cocción.

-Granos y raíces: Este grupo de alimentos representa en nuestra dieta la fuente principal de energía. En él se incluyen en primer lugar, los granos (cereales y leguminosas), que son ricos en carbohidratos y que, además, contienen proteínas vegetales, vitaminas y minerales. En segundo lugar, dicho grupo comprende las raíces, tubérculos y plátano, ya que contienen principalmente carbohidratos en cantidad apreciable y vitamina C, pero son pobres en proteínas. El camote y el plátano contienen además vitamina A.

Clasificación

-Cereales: Son los granos de las gramíneas que se utilizan en la alimentación humana, y cuyo valor nutritivo es muy semejante. En este subgrupo se incluyen: maíz, arroz, avena, cebada, centeno, maicillo y trigo.

El valor nutritivo de los cereales está representado principalmente por su alto contenido de hidratos de carbono, al rededor de 70%, y proteínas vegetales, alrededor de 8%. Además, contienen fósforo en cantidades abundantes.

-Leguminosas.- A este subgrupo pertenecen todas las leguminosas o semillas que crecen en vaina y que se utilizan en la alimentación humana. En primer término tenemos los frijoles, de los cuales hay distintas variedades; las arvejas, gandules, garbanzos, habas, lentejas y maní.

Las leguminosas contienen gran cantidad de carbohidratos, alrededor de 60%, proteínas vegetales en proporción elevada, al rededor de 20%, fósforo, hierro, y niacina. Por lo tanto, pueden considerarse como fuentes de proteínas de alguna importancia. Sin embargo, la calidad de estas proteínas es inferior a las de los productos animales y a la de los cereales.

-Raíces y tubérculos.- Este subgrupo comprende las raíces propiamente dichas, que son ricas en almidón. Estos alimentos constituyen fuentes elevadas de energía. Contienen una alta proporción de carbohidratos, alrededor de 25%, así como pequeñas cantidades de niacina.

2.1.3.2 Leyes de la alimentación

Antes de enunciar las leyes, conviene insistir en que la alimentación normal es la que permite al que la consume mantener las características bioquímicas peculiares de la salud y del

mento de desarrollo en que vive, ... "permite perpetuar a través de varias generaciones, los caracteres del individuo y de la especie". (13), para lo cual debe mantener la composición normal de tejidos y órganos, permitir el funcionamiento de aparatos y sistemas, capacitar al sujeto para gozar de una sensación de bienestar que lo impulse al trabajo y a la alegría, asegurar, en su caso, la posibilidad de la reproducción, y favorecer la lactancia.

Para lograr lo anterior, la alimentación debe cubrir los requisitos que resumen las leyes de la alimentación. Estas son las siguientes:

Primera ley: La cantidad de la alimentación debe ser suficiente para cubrir las exigencias energéticas del organismo y mantener el equilibrio de su balance. Esta ley encierra dos conceptos:

-Uno de ellos es el referente al requerimiento energético. "El organismo necesita una cantidad de energía suficiente para cumplir con su trabajo y mantener una temperatura casi constante". (14)

13.- Rodwell Williams. Manuel de nutrición. Ed. Pax México. México, 1977, p. 125.

14.- Rafael Ramos Galván. op. cit., pp. 11 - 12.

El régimen que cumple con esta ley se denomina : SUFICIENTE

-El otro concepto se refiere al balance de las sustancias con función no puramente energética sino plástica o hística, es decir de los nutrimentos que mantienen la normal composición y estructura de los tejidos: proteínas, minerales y vitaminas.

Segunda ley: El régimen de alimentación debe ser completo en su composición para ofrecer al organismo, que es una unidad indivisible, todas las sustancias que lo integran.

Tercera ley: Las cantidades de los diversos nutrimentos que integran la alimentación deben guardar una relación proporcional normal entre sí.

Cuarta ley: La finalidad de la alimentación está supeditada a su adecuación al organismo.

Los alumnos necesitan grandes cantidades de energía para cumplir con todas sus actividades, ya que están en crecimiento y por el tipo de actividades que desarrollan tienen un desgaste energético importante, por eso es necesaria la ingestión de alimentos energéticos; pero se observa que por desgracia éstos sólo ingieren alimentos con escaso valor nutricional y energético, ya que consumen generalmente papas, fritangas, charritos, galletas, dulces, refrescos embotellados, etc.

2.1.3.3 El alimento como agente de satisfacción de la necesidad de comer.

Cuando un organismo tiene hambre es capaz de comer cualquier alimento que se le presente.

La historia da cuenta de ciertas crisis agudas de escasez de alimentos, cuando la gente moría de hambre y, los que sobrevivían, aceptaban indiscriminadamente cualquier tipo de alimento, por más repugnante que pudiera parecer.

"En todas las culturas el alimento tiene la función de satisfacer el apetito, el cual es selectivo". (15)

Desafortunadamente, el apetito no es un buen guía en la selección de una dieta adecuada. Se siente apetito por dulces, pasteles, frituras, golosinas, alimentos que no proporcionan una dieta balanceada. Poco se conoce acerca de la forma en que se desarrolla el apetito, pero sí se sabe que es adquirido e implica una sensación placentera.

Los alimentos provienen de los reinos animal, vegetal y mineral. Por sus caracteres organolépticos, el hombre ha ido seleccionando las partes de los distintos vegetales que destinan a su alimentación. Así, hay alimentos vegetales que son

15.- Virginia A. Beal. op. cit. p. 45.

raíces: yuca, zanahoria; tallos: apio, caña; tubérculos: papa, camote; hojas: acelga, hierba mora, quelite, hojas de rábano, espinaca, hojas de nabo, verdolaga, berro; flores: coliflor, brécol o brócoli; frutos: tomate, berenjena y todas las frutas; semillas: cereales y leguminosas. Otros alimentos provienen del procesamiento de distintas partes de vegetales.

En el reino animal el hombre ha seleccionado un grupo de animales domésticos y otros salvajes, de los cuales obtiene distintos alimentos. En la mayoría consume el tejido muscular y las vísceras. De algunos mamíferos obtiene la leche y con ella prepara el queso, la mantequilla, la crema y el requesón. De ciertas aves, peces y reptiles consume los huevos. Por último, el reino mineral lo provee principalmente de agua y algunos minerales como la sal.

2.1.3.4 El alimento como estímulo psicofísico

"Las características físicas del alimento impresionan los sentidos. El ser humano tiene una imagen del alimento y lo reconoce por su color, olor, sabor, consistencia, temperatura, forma y apariencia". (16)

Los alimentos chatarra son los que mayor publicidad reciben; es por eso que la gente en general los consume con gran facilidad.

16.- Limea Anderson. Nutrición y dieta. 17 ed. Ed. Interamericana. México, 1985, p. 345.

dad, pero en especial los estudiantes, ya que es lo que más se vende en las escuelas y son los alimentos de moda, con en volturas llamativas y nombres sofisticados, pero sin valor nutricional.

Algunos alimentos poseen características poco agradables; son tan duros que es necesario someterlos a un proceso de subdivisión, decortificando o colando para hacerlos agradables al paladar y fáciles de ingerir y digerir. Otras veces es necesario modificar su color, combinándolo con otros alimentos.

El agregado de ciertos condimentos y la aplicación de métodos de cocción pueden modificar el sabor y el olor de los alimentos. La temperatura y la apariencia pueden modificarse por distintos procedimientos y métodos de preparación que se aplican hoy en día en la industria o en la cocina. Algunos de estos métodos ya son clásicos y han sido aceptados por el hombre de tal forma que el alimento modificado tiene estructura propia.

Cada una de esas propiedades físicas de los alimentos es captada por uno de los sentidos y constituye estímulos que permiten al individuo formarse una imagen propia de cada alimento adquiriendo un conocimiento del mismo, el cual evoca cada vez que vuelve a advertir el alimento.

Las propiedades físicas y el uso de los alimentos permiten su clasificación según estas características:

Consistencia:	-Líquidos
	-Sólidos
	-Blandos
Sabor:	-Dulces
	-Acidos
	-Salados
	-Amargos
	-Simples
Olor:	-Suaves
	-Fuertes
Color:	-Blancos
	-Rojos
	-Verdes
	-Amarillos
Temperatura:	-Fríos
	-Calientes

Un mismo alimento no es siempre igual, ya que puede sufrir modificaciones en su consistencia, en su sabor, olor, color y temperatura por cambios naturales o por el proceso a que se somete.

2.1.3.5 El alimento como estímulo emocional

Asociado a la sensación física que produce el alimento, se encuentra casi siempre un recuerdo de una experiencia del mismo, que puede haber sido agradable⁶ o desagradable. Esta experiencia incluye no sólo al alimento mismo, sino también a la situación que lo rodeaba en ese momento.

"Si la situación que rodea a un alimento es desagradable, se origina un rechazo". (17)

Esta situación de alimento asociado a una situación agradable o desagradable, varía enormemente de individuo a individuo y de pueblo a pueblo. Incluso hay ciertas personas que atribuyen a los alimentos propiedades curativas o perjudiciales, de acuerdo con este factor emocional, que siempre viene asociado a alguna experiencia o situación anterior que produjo tal efecto.

Otras veces, la situación anterior se relaciona con ciertos usos del alimento que provocan desprestigio del mismo. Así el hecho de que los alimentos altamente nutritivos se utilicen para en-

gordar animales, impide que sean aceptados para el consumo humano. En algunos casos, la asociación no es exactamente con el alimento en sí, sino con ciertas variedades, formas de preparación o grado de madurez del alimento.

Para ciertos grupos de población, el origen de los alimentos cobra determinada importancia psicológica, la cual los impulsa a preferir o a rechazar ciertos alimentos.

2.1.3.6 El alimento como integrador social

La vida en común puede acentuar, disminuir contribuir a intensificar el papel del alimento como estímulo emocional. Muchas veces, la actitud de rechazo o de aceptación hacia un alimento en un niño es pura imitación de las actitudes de los padres. Pero hay algo más en relación con el alimento y el grupo social. Cada familia, cada grupo religioso, cada grupo étnico comparten formas de vida que lo identifican y lo hacen diferente de los otros grupos. Muchas de estas formas de vida se refieren a los alimentos, de manera que el individuo satisface la necesidad de sentirse miembro de un grupo, compartiendo costumbres relacionadas con la selección y forma de preparación y de distribución de los alimentos.

Es importante conocer los distintos significados que tiene el alimento para las personas y necesario, además aprender que para cada cultura los hábitos alimentarios son diferentes; y que los cambios que quieran introducirse en esos hábitos, deben

estar de acuerdo con el patrón general de alimentación.

El ser humano tiene mucho más apego a la forma de preparación que al tipo de alimentos que recibe; por lo tanto enriqueciendo sus preparaciones comunes con el agregado de otros alimentos más nutritivos en las formas de preparación habituales de la comunidad, se tendrá mucho más éxito que si se imponen alimentos nuevos presentados con nuevas formas de preparación.

2.1.4 Eficacia y funciones de los nutrimentos.

Los nutrientes o principios nutritivos son los componentes específicos de los alimentos. El aporte generoso de algunos nutrientes favorece la acumulación de reservas; el ingreso exagerado puede producir desequilibrios metabólicos y enfermedades; el aporte deficiente de nutrientes permite que se agoten las reservas y llega al balance negativo.

Los nombres genéricos de los nutrientes son: grasas, lípidos o grasas, vitaminas y minerales.

2.1.4.1 Proteínas

Las proteínas son compuestos químicos básicos en la composición de los seres vivos.

Son la principal fuente de nitrógeno; sin embargo, su incorporación al organismo depende del tipo y la cantidad de ácidos aminados que contienen.

Los ácidos aminados entran en la composición de las proteínas

formando cadenas químicas que reciben el nombre de polipéptidos.

Se sabe que las proteínas son el elemento formativo indispensable para todas las células corporales. Las proteínas específicas y derivados proteínicos son elementos funcionales de algunas células especializadas, secreciones glandulares, enzimas y hormonas. Al funcionar como enzimas, las proteínas controlan el desdoblamiento de alimentos para dar energía, y la síntesis de nuevos compuestos para la conservación y reparación de los tejidos.

"Las proteínas son los constituyentes principales de los tejidos activos del organismo; el cuerpo depende de las proteínas de los alimentos, fuentes de estas sustancias indispensables". (18)

Las proteínas tienen que ser incluidas en la dieta diaria, ya que son elementos funcionales en el organismo que permiten la conservación y reparación de los tejidos; normalmente no se incluye este elemento en la alimentación cotidiana de los estudiantes, ya que éstos se inclinan más a los hidratos de carbono.

Clasificación de las proteínas:

Las proteínas pueden clasificarse de acuerdo con:

-La cantidad de aminoácidos que contienen. Los alimentos ricos en proteínas son los huevos, leche, carne, pescado, frutas secas como nueces, almendras, avellanas y legumbres.

Los alimentos pobres en proteínas son las frutas y vegetales excepto las legumbres.

-El origen.- Las proteínas animales son: leche, carne, pescado y huevos. Las proteínas vegetales incluyen los chícharos frijoles y otras legumbres, así como nueces almendras, avellanas, frutas y verduras.

-Integridad.- Las proteínas completas contienen todos los aminoácidos esenciales en cantidad suficiente para mantener el equilibrio de nitrógeno en adultos y en niños en crecimiento. Todas las proteínas animales, excepto la gelatina, son proteínas completas. Las proteínas incompletas no suministran todos los aminoácidos esenciales. La mayoría de las proteínas de las plantas son incompletas.

Funciones de las proteínas:

Las funciones de las proteínas en el organismo son:

- a) Reparar los tejidos corporales
- b) Ayudar al organismo a resistir las enfermedades

- c) Proporcionar calor y energía
- d) Contribuir a las secreciones y líquidos corporales.

Un gramo de proteína produce cuatro calorías. Un adulto requiere aproximadamente 0.8 gramos de proteína por kilogramo de peso corporal al día. Esto es aproximadamente 10% del requerimiento calórico diario. Durante los periodos de crecimiento, la necesidad es mayor. Un niño requiere de dos a tres gramos de proteínas por kilogramo de peso corporal; y un adolescente necesita de uno a dos gramos.

Digestión de las proteínas:

Las proteínas deberán ser cocinadas a temperaturas de 148.9°C, temperaturas más elevadas de cocinado producirán un producto duro, inapetente y difícil de digerir.

La digestión de las proteínas comienza en el estómago, donde la enzima renina actúa sobre la caseína (proteína de la leche) para cuajarla. La leche cuajada y otras proteínas son entonces digeridas parcialmente por la enzima pepsina, ayudada por el ácido clorhídrico. En el intestino delgado, la tripsina del páncreas y la crepsina de la mucosa intestinal terminan el proceso digestivo. El producto resultante es el aminoácido el cual es absorbido hacia los vasos sanguíneos para su distribución en todo el organismo.

La mayor parte de aminoácidos absorbidos seemplean para cons-

truir o para reparar el tejido corporal. Si no se dispone de suficientes carbohidratos en la dieta, parte de la proteína puede ser convertida en glucosa y en ácidos grasos para usarse como calor y energía.

2.1.4.2 Carbohidratos

Los carbohidratos son la principal fuente de alimento para todos los habitantes del mundo. Los carbohidratos son los más baratos, los que se obtienen con más facilidad y los que se digieren mejor de todos los nutrientes. Las fuentes más importantes de carbohidratos son: cereales, vegetales, frutas, jarabes y azúcares. Los carbohidratos están formados de los elementos químicos : carbono, hidrógeno y oxígeno. Las plantas utilizan elementos para poder formar carbohidratos mediante el proceso de la fotosíntesis.

Clasificación de los carbohidratos:

Monosacáridos (azúcares simples)

Glucosa: Se encuentra en frutas y vegetales, y en estos alimentos es la forma en la cual el organismo emplea los carbohidratos. Puede ser convertida en glucógeno y almacenarse en los músculos y el hígado.

Fructuosa: La fructuosa se encuentra en frutas, miel y vegetales.

Galactosa: Es producida por la digestión de la lactosa (azúcar de la leche), la galactosa jamás se encuentra libre en la natu-

raleza.

Disacáridos (azúcares dobles)

Sacarosa: Conocida como azúcar de mesa, se encuentra en el azúcar de caña, en el azúcar de los betabeles y en la savia del maple.

Maltosa: Conocida como azúcar de leche, se encuentra en la leche de todos los mamíferos. Es una forma costosa de azúcar y es menos soluble y dulce que las demás.

Su acción laxante puede producir diarrea si se toma en cantidades excesivas.

Maltosa: Conocida como azúcar de malta, se encuentra en la malta y en los productos extraídos del grano.

Polisacáridos (almidones, celulosa, glucógeno)

Almidón: Se encuentran almacenados dentro de las paredes de celulosa de los granos y vegetales. Para que los almidones estén disponibles para la digestión, la celulosa debe ser destruida por trituración o por cocinado.

Debido a que el almidón abunda en todo el mundo, es la forma más económica de combustible para el organismo; por lo general constituye la porción más grande de un menú.

Celulosa: El soporte de las plantas está formado de celulosa. Los términos fibra de las plantas, forraje o bagazo y masa o volumen, se utilizan para denotar a la celulosa. Polisacárido

o carbohidrato de naturaleza muy compleja, la celulosa es insoluble en agua caliente y fría y resiste a la digestión. Al suministrar volumen en las vías digestivas la celulosa estimula la acción peristáltica.

La cantidad de celulosa requerida por día, difiere con el individuo y con el tipo de fibra consumida. La celulosa de frutas, vegetales, y cereales de grano entero es menos irritante para las vías digestivas que la celulosa en forma de salvado. Los polisacáridos agar-agar y la pectina son muy semejantes a la celulosa en su acción. El agar-agar puede utilizarse en casos donde las fibras de celulosa son demasiado irritantes para las vías intestinales. La pectina se emplea para preparar jaleas con los jugos de las frutas.

Glucógeno: Los carbohidratos son almacenados en los músculos y el hígado en forma de glucógeno o "almidón animal".

Funciones de los carbohidratos:

Las funciones de los carbohidratos en el organismo son:

- a) Proveer calor y energía. Esta función es la más importante
- b) Ahorrar proteínas. Debido a que la proteína es el único nutriente para formar los tejidos, nunca deberá usarse sólo para proporcionar energía.
- c) Cooperar en el metabolismo de los lípidos; sin los carbohidratos, el metabolismo de las grasas no puede completarse.

2.1.4.3 Grasas

Las grasas representan una forma de reserva calórica en los animales y tiene la misma importancia que los carbohidratos de las plantas. Cumplen múltiples funciones en la dieta. Además de su elevado valor energético, contienen ácidos grasos esenciales y actúan como vehículos de las vitaminas liposolubles.

El hecho de que hagan más satisfactoria una comida se debe en parte a su lento vaciamiento en el estómago y por ende a su valor en la saciedad, y también depende del sabor que le dan otros platillos.

Funciones de las grasas:

Las funciones de la grasa en el organismo son:

- a) La grasa sirve como fuente concentrada de calor y energía.
- b) La grasa transporta las vitaminas liposolubles A, D, E, K.
- c) La grasa transmite una sensación de saciedad debido a que se digiere con mayor lentitud en el estómago que los carbohidratos y las proteínas.
- d) La grasa coopera en la función tisular normal.
- e) La grasa almacenada puede usarse como reserva para abastecer de combustible al cuerpo.
- f) La grasa almacenada ayuda a mantener la temperatura corporal al actuar como aislante.
- g) La grasa almacenada ayuda a mantener a los órganos en su

lugar y los protege de posibles lesiones.

2.1.4.4 Vitaminas

Las vitaminas son sustancias alimenticias orgánicas necesarias sólo en cantidades muy pequeñas para el organismo, pero esenciales para su crecimiento y mantenimiento apropiados. Muchas de las quinientas o más enzimas que existen en el organismo requieren la presencia de vitaminas como cuerpo catalizador en procesos metabólicos.

Las funciones de las vitaminas son:

- a) Promover el crecimiento.
- b) Ayudar a la formación de niños sanos
- c) Hacer resistentes a las personas
- d) Ayudar en los procesos vitales del organismo

Vitaminas liposolubles:

Vitamina A (retinol): Es esencial para el crecimiento y desarrollo, especialmente necesarias para la conservación de las células epiteliales. La vitamina A ayuda al organismo a resistir las infecciones e incrementa la longevidad.

Vitamina D (calciferol): La vitamina D se conoce como la vitamina de los rayos del sol. Hay varias formas de vitamina D y una de ellas es fabricada en el cuerpo después de la acción de ciertos rayos solares sobre la piel. La vitamina D es necesaria para la absorción y utilización del calcio y el fós-

foro utilizados para el crecimiento y la estructura ósea. Promueve una concentración normal de calcio en la sangre y es necesario para el brote normal de los dientes y su formación.

Vitaminas hidrosolubles:

Tiamina (vitamina B1)

La vitamina B1, conocida también como tiamina, es necesaria para el crecimiento normal, el metabolismo de los carbohidratos y el funcionamiento del corazón, los nervios y los músculos.

La deficiencia de tiamina produce retardo en el crecimiento, pérdida del apetito y trastornos nerviosos. El individuo se fatiga con facilidad y tiene problemas digestivos. Las mejores fuentes de vitamina B1 son:

La carne de cerdo, el pescado, aves, huevos y panes de grano entero.

Riboflavina (vitamina B2): La riboflavina, nombre con el que se conoce también a la vitamina B2, tampoco se almacena en el cuerpo y debe ser ingerida diariamente. La riboflavina es necesaria para:

- a) El crecimiento normal y el vigor
- b) La salud de la piel y la mucosa
- c) El metabolismo de los carbohidratos
- d) La función normal de los ojos

La riboflavina se encuentra en la leche y en los productos lácteos.

teos, también en el corazón, riñón e hígado.

Vitamina B12 (cianocobalamina): Combinada con las proteínas del tejido normal humano, se encuentra una vitamina denominada cianocobalamina, vitamina B 12. Es necesaria para la salud del sistema nervioso y ayuda al metabolismo del hierro y a la maduración de los eritrocitos. La vitamina B 12 la almacena el organismo, encontrándose la mayor cantidad en el hígado.

2.1.4.5 Minerales

Se ha encontrado que la mayoría de los minerales necesarios para el hombre se encuentran en la dieta común en cantidades abundantes.

Funciones de los minerales

Los minerales desempeñan funciones plásticas y funciones reguladoras.

a) Entre los minerales de funciones plásticas dominantes se encuentran el calcio, el fósforo y el magnesio del esqueleto y los dientes y de otros tejidos, el hierro de la hemoglobina el carbono, el oxígeno y el hidrógeno de la grasa y de otros nutrientes.

b) Las funciones reguladoras más importantes de los minerales son las siguientes:

-Regulan la presión osmótica a través de las membranas celular-

res que permiten el ingreso de los nutrientes y la salida de los residuos del metabolismo, transportados por el agua.

-Los minerales participan de manera principal para mantener la reacción alcalina, neutra o ácida de los tejidos, de los líquidos del organismo.

-Activan los procesos enzimáticos de la digestión, de la absorción y del metabolismo.

-Regulan la excitabilidad del sistema nervioso y la contractilidad muscular.

2.1.5 Desnutrición

Desnutrición o deficiencia nutricional es el cambio de estructuras o funciones de las células y tejidos debido a la falta de uno o más nutrientes y/o calorías.

La falta de peso es un síntoma de desnutrición, pero no todos los pesos bajos indican que los individuos estén desnutridos.

2.1.5.1 Clasificación de la desnutrición

Las deficiencias nutricionales se clasifican como primarias y secundarias.

Una deficiencia primaria es aquella en la que no se cubren las necesidades estructurales o funcionales de los tejidos porque no se ingiere una dieta totalmente adecuada para cubrir las necesidades corporales normales. Una deficiencia secundaria

es la que representa una alteración en la digestión, absorción o metabolismo, de manera que no se cubren las necesidades de los tejidos aunque la dieta ingerida sea adecuada bajo condiciones normales.

2.1.5.2 Causas de desnutrición

Deficiencias primarias:

Las deficiencias nutricionales primarias resultan por falta de un suministro de alimento, ignorancia y pobreza.

A continuación se enumeran varias causas específicas del consumo inadecuado de alimento:

- a) Falta de conocimiento
- b) Falta de medios
- c) Ambiente pobre
- d) Rechazo a la comida
- e) Dietas de moda
- f) Falta de dientes e incapacidad de masticar el alimento
- g) Soledad

Deficiencias secundarias:

La desnutrición se produce cuando hay una interferencia con la absorción de nutrientes del tracto gastrointestinal, cuando aumentan los requerimientos metabólicos o cuando disminuye la capacidad de metabolizar un nutriente.

A continuación se enumeran varias causas específicas:

- a) Trastornos gastrointestinales
- b) Inmovilización
- c) Fiebres
- d) Cirugía y accidentes
- e) Defectos enzimáticos y hormonales
- f) Terapia con drogas

2.1.6 Nutrición aplicada

El término de nutrición aplicada denota un conjunto de acciones tendientes a solucionar los problemas de desnutrición. El conocimiento del estado nutricional de nuestras poblaciones y los factores que la condicionan constituyen, por tanto la piedra angular sobre las que se fundamenten todas las posibles soluciones.

2.1.6.1 Factores que condicionan la alimentación diaria.

La alimentación diaria del individuo depende de la disponibilidad alimentaria familiar, así como de los hábitos de selección, preparación y distribución de alimentos, que son propios de la familia en que vive.

Disponibilidad alimentaria familiar

Esta a su vez depende de la oferta y de la demanda local, ya que si los alimentos no se obtienen o no son consumidos localmente se alterará la disponibilidad alimentaria familiar.

Hábitos alimentarios

El término "hábitos alimentarios" expresa un conjunto de costumbres que determinan el comportamiento del hombre en relación con los alimentos, y que incluyen desde la manera en que el hombre acostumbra seleccionar los alimentos hasta la forma en que los consume o los sirve a las personas que va a alimentar.

Estas formas de tratar el alimento o las costumbres alimentarias varían conforme a los factores que les dan origen. Entre ellos tenemos:

- a) Aspectos geográficos
- b) Aspectos culturales
- c) Aspectos biológicos
- d) Aspectos sociales
- e) Aspectos educativos

2.1.6.2 Factores que condicionan los requerimientos

Los requerimientos de los distintos nutrimentos están determinados por el estado de salud del individuo, por su ambiente y su actividad. Al mismo tiempo el estado nutricional del individuo depende del saneamiento ambiental, del tipo de atención médica que reciba y de su nivel educativo, con especial énfasis en sus conocimientos sobre salud y nutrición.

Cualquier factor que afecte los requerimientos, aumentándolos o disminuyéndolos, convierte la alimentación en inadecuada y lleva al individuo a un estado nutricional alterado.

2.1.6.3 Posibles soluciones al problema nutricional

Los problemas nutricionales tienen una etiología muy compleja y por esta causa la solución de los mismos requiere de una serie de cambios en distintos aspectos de la vida del hombre y la sociedad, para lograr una solución radical y permanente de los problemas nutricionales es indispensable el desarrollo social y económico de la población en general, con programas específicos de nutrición aplicada debidamente integrados y coordinados .

Mejoramiento de la disponibilidad de los alimentos.

Para lograrlo existen una serie de medidas que pueden ponerse en práctica:

- a) Mayor producción de alimentos básicos
- b) Enriquecimiento y fortalecimiento de los alimentos comunes
- c) Nuevas fuentes alimenticias
- d) Control de calidad de los alimentos
- e) Racionamiento de la disponibilidad
- f) Educación del productor y del consumidor

Mejoramiento de los hábitos alimentarios que afectan el consumo.

Para lograrlo es necesario educar al consumidor para que:

- a) Adquiera una dieta balanceada
- b) No desperdicie el dinero al comprar alimentos
- c) Ejercer un estímulo mayor sobre la producción de alimentos nutritivos.
- d) Distribuya los alimentos con base en las necesidades biológicas de la familia
- e) Reduzca la demanda por alimentos no nutritivos

2.1.6.4 Programas de nutrición aplicada

Todo programa de nutrición aplicada requerirá una planificación adecuada en la cual es necesario conocer la magnitud de los problemas, el grado de gravedad de los mismos, los factores condicionantes y la factibilidad de las soluciones que se proponen.

Entre las medidas específicas de protección nutricional, se encuentran las que van dirigidas a proporcionar la alimentación suplementaria, tanto en situaciones de urgencia como en aquellos casos en que la situación dentro del hogar no permite una alimentación adecuada.

Alimentación suplementaria:

Las actividades de alimentación suplementaria se desarrollan como parte de programas escolares, de salud, y de asistencia social.

En la organización de actividades de alimentación suplementaria deben considerarse varios aspectos:

-Finalidad, tipo de alimento, duración y valoración

2.1.7 Educación nutricional

La educación nutricional es un medio fundamental para el mejoramiento alimenticio de la población, tanto desde el punto de vista individual como en el caso de los grupos. Induce al individuo a consumir una alimentación correcta y les enseña a utilizar mejor los recursos disponibles para su alimentación.

2.1.7.1 Principios básicos de educación nutricional.

La educación nutricional ha ido gradualmente descubriendo y enunciando principios que rigen la enseñanza de buenos hábitos alimentarios, que están íntimamente relacionados con el quehacer del hombre, sus hábitos, y modos de aprender.

A continuación se enumeran los siguientes:

a) El hombre que necesita aprender a comer

- b) Los hábitos alimentarios son acumulativos
- c) La educación puede modificar los hábitos alimentarios
- d) Los hábitos alimentarios no son estáticos
- e) La educación alimentaria debe cumplir una función social
- f) La educación alimentaria debe adaptarse a las necesidades y recursos del educando y tomar en cuenta las leyes que rigen el aprendizaje.

2.1.7.2 El acto educativo en la educación nu tricional

En todo acto educativo encontramos tres elementos indispensables: Educador , educando y contenido.

A lo largo de la vida el educador en nutrición esta representado por diversas personas: la madre, los maestros y el medio ambiente.

La forma en que esta integrada la familia y la persona que toma las decisiones con respecto a la alimentación son factores que deben considerarse en la educación nutricional.

2.1.7.3 La educación nutricional en los programas de salud

Un programa específico de educación nutricional tiene como objetivo principal transmitir información básica sobre nutrición a un grupo determinado de población, con el fin de que los conocimientos que se imparten provoquen cambios en el modo de actuar

de las personas y de que tales cambios resulten en mejores hábitos alimentarios.

El centro de salud, la escuela y la agencia de extensión agrícola, a través de sus programas, están en capacidad de ofrecer las experiencias educativas necesarias para el desarrollo de un programa educativo de educación nutricional.

Entre las diversas responsabilidades que le han sido asignadas al centro de salud, destaca por su importancia la de educar a la población en lo que respecta a la nutrición.

La educación nutricional se hace indispensable en todas las etapas de desarrollo del individuo, si se tiene en cuenta la importancia de una buena alimentación a lo largo de la vida, desde la época prenatal hasta la vejez.

2.2. APRENDIZAJE

2.2.1 Concepto de aprendizaje

"Es la adquisición de ciertas preferencias, actitudes e ideas sociales éstas agrupan múltiples habilidades que requieren de las relaciones sociales con otras personas". (19)

"Cualquier modificación de la conducta que puede ser atribuida a la experiencia pero no a otros factores como la fatiga,

19.- Ernest R. Hilgarde y Gordon H. Bower. Teorías del aprendizaje. 3a ed. Ed. Trillas. México, 1983, p. 12.

efectos de drogas o maduración".(20)

El aprendizaje de un individuo se refleja en la modificación de su conducta y cuando este es capaz de aplicar la teoría a la práctica en cualquier situación que se presente.

Existen algunas actividades cuya adquisición no se califica como avance y/o mejoramiento, ya que no obtienen ninguna utilidad.

2.2.2 Clases de aprendizaje y sus leyes

En términos generales los teóricos del aprendizaje seleccionan como típica una clase de situación o problema de aprendizaje y posteriormente proceden a desarrollar una teoría que refleje esa situación. Estableciendo así un conjunto de principios tratan de evidenciar siguiendo un proceso lógico, que otras clases de aprendizaje se sustentan sobre una base semejante a la típica y por tanto, pueden ser explicados en los mismos términos. Tolman, reconociendo esta tendencia, seleccionó para revisarlos tres tipos de experimentos sobre aprendizaje junto a sus tres doctrinas correspondientes.

Estos fueron el aprendizaje del reflejo condicionado (Pavlov) el aprendizaje por ensayo y error (Thorndike), y el aprendizaje inventivo (Kohler).

Después dio una interpretación signo gestalt de cada uno de los

20.- Rubinstein. J. L. Principios de psicología general. 5a. ed. Ed. Grijalbo. México, 1974, p24.

tres tipos de aprendizaje como alternativa a la teoría usual asociada con cada uno. Encontro que esto era de utilidad para preservar los experimentos típicos, los cuales representan una especie de jerarquía que va de la estupidez a la inteligencia. Las leyes aplicables a situaciones más estupidas tiene que complementarse en otras adicionales para las formas más elevadas de aprendizaje.

Existen tres grupos de leyes:

Las de la capacidad, las relacionadas con la naturaleza del material y las relacionadas con la forma de la presentación.

Leyes de la capacidad; Unicamente los organismos pueden aprender. Por lo tanto, es evidente que lo que el organismo pueda aprender dependerá de la clase de organismo que sea. Esta es la causa de las leyes de la capacidad.

Lista de leyes de la capacidad:

- a) Capacidades medios-fin formales
- b) Capacidades discriminativas y de manipulación
- c) Retentividad
- d) Capacidades medios-fin necesarias para los caminos alternativos, desviaciones
- e) Capacidades ideacionales
- f) Inestabilidad creadora

El que está aprendiendo, para que aprenda los reflejos condicionados ha de tener las capacidades necesarias para actuar de acuerdo con la expectativa signo-gestalt. Esto es, el estímulo condicionado sirve como señal de que el estímulo incondicionado va a aparecer y la conducta condicionada es apropiada a dicha señal. A esta capacidad se le llama " capacidad - medios-fin ".

El aprendizaje inventivo requiere de todas las capacidades de las otras variedades de aprendizaje mas la inestabilidad creadora. Esta es la capacidad de introducirse a nuevas trayectorias de actividad que nunca antes se habían ocurrido al sujeto una vez que se han propuesto la necesidad de las leyes de la capacidad parecen ser lo suficientemente evidentes, aunque en la mayoría las teorías del aprendizaje no se les haya prestado mayor atención.

Leyes relacionadas con la naturaleza del material :

Tolman, en su disertación sobre estos temas llamó la atención hacia determinadas condiciones inductoras de la gestalt y sugirió que eran del mismo tipo de las que se destacan en los estudios de la gestalt sobre percepción. La lista es la siguiente :

- a) Simultaneidad
- b) fusibilidad
- c) Otras leyes semejantes a la de la gestalt

d) Interrelaciones entre los caracteres espacial, temporal y otros, de las alternativas

e) Caracteres del material que favorecen nuevos cierres y expansiones del campo

En relación con el aprendizaje de reflejos condicionados, estas leyes sugieren que debe existir una simultaneidad de los signos esenciales y sus interrelaciones medio-fin con la cosa significada. Tolman afirma que esto es poco más o menos de lo Thorndike llamó sentimiento de pertenencia. Añade una ley un tanto similar de la fusibilidad del signo, significado, e interrelaciones medio-fin-significados con la cual quiere dar a entender una cierta naturalidad de la situación de la etapa más la posibilidad de nuevos descubrimientos. Agrega una ley para el aprendizaje por ensayo y error y otra para el aprendizaje inventivo, a fin de indicar que algunas disposiciones deben ser más fáciles que otras. Señala la observación de Kohler de que el mono podría aprender más fácilmente a utilizar la vara para jalar el alimento si se hubieran percibido juntas la vara y la comida.

Las leyes relativas a la manera de la presentación son las heredadas principalmente de la psicología asociacionista enlista do de la manera siguiente:

a) Frecuencia

b) Recuperación después de la extinción, primaria, repetición

distribuida

- c) Motivación
- d) No efecto sino incapié
- e) Ordenes y secuencias temporales de la presentación de las alternativas
- f) Relaciones temporales entre la presentación de algunas de las alternativas ya dadas de la solución verdadera .

De estas leyes las primeras cuatro pertenecen al aprendizaje por reflejos condicionados; los primero cinco al aprendizaje de ensayo y error y la seis al aprendizaje inventivo.

2.2.3 Aspectos funcionales del aprendizaje

El proceso del aprendizaje consiste primordialmente en el descubrimiento de la respuesta adecuada para una situación problemática y en la fijación de la relación situación-respuesta satisfactoria.

Fundandose en este análisis, Melton llega a enunciar varios problemas experimentales de aprendizaje muy importantes. Si se expresa como lista de materias son las siguientes:

- a) Motivación
- b) Descubrimiento inicial de la respuesta adecuada
- c) Fijación y eliminación
- d) Factores determinantes de la tasa de aprendizaje
- e) Transferencia de entrenamiento y retención

Podemos seguir este esquema al definir el modo como trata estas materias el enfoque funcionalista mediante la motivación.

El ciclo entre actividad excitada y reposo se estudia según las reacciones preparatorias y consumatorias. Las reacciones consumatorias que satisfacen a las funciones básicas o necesidades, son actividades como las de comer o las de escapar del peligro. Resultan valiosas directamente para el organismo. Su marca objetiva es que terminan una serie de actos que llegan ya sea al descanso o a que el organismo se dedique a alguna otra cosa. Una reacción preparatoria sólo tiene un valor indirecto o mediato para el organismo, y su valor reside en el hecho de que lleva la reacción consumatoria o la hace posible. Se dice que la marca objetiva de la reacción preparatoria es que ocurre como etapa preliminar que lleva a la reacción consumatoria.

Las reacciones preparatorias son de dos clases. Una representa a la atención alerta, la condición de preparación para un estímulo que puede excitar una respuesta más, la otra es la clase de ajuste preparatorio que se provoca exclusivamente cuando el mecanismo de la acción consumatoria se ha excitado y esta en actividad.

La primera reacción preparatoria trata de mantener siempre al organismo en un estado de alerta para cualquier tipo de estímulo, el cual origina una respuesta ante el mismo; y el segun-

do trata de hacer un ajuste cuando el estímulo ha llegado, para evitar reacciones bruscas en el organismo, de manera que desglosa el estímulo para aceptarlo no tan bruscamente evitando así la presencia de desequilibrio en el organismo.

La actividad que lleva a una actividad más y la autonomía funcional son dos conceptos muy similares. Ambos están relacionados de reforzamiento secundario. Si los estímulos que están asociados con el reforzamiento llegan a tener poder reforzante por sí mismos es factible que pueda construirse un sistema de recompensas derivadas que siga teniendo poder motivador sin recurrir a la satisfacción de ninguna necesidad básica. La importancia creciente que se da al reforzamiento secundario en teorías como las de Hull y Skinner muestra la perspicacia que mostró Woodworth al ser el primero en notar que la diferencia entre pulsión y mecanismo se vuelve menos aguda conforme la actividad se pone en marcha.

Descubrimiento inicial de la respuesta adecuada.- Melton noto que el descubrimiento inicial puede ser el problema en algunos tipos de aprendizaje por ejemplo, (en la caja-problema) mientras que en otros desempeña un papel más limitado. La controversia que existe entre ensayo y error y el discernimiento, al interpretar el aprendizaje depende en parte del carácter de este descubrimiento inicial de la solución correcta. El funcionalista no tiene que tomar partidos: espera experimentos definitivos.

"Existen otras dos formas de descubrimiento inicial que han jugado papeles sistemáticos en las teorías del aprendizaje pero no deben ser menospreciados. Una de estas es la guía, el maestro o el entrenador pueden facultar el descubrimiento de la respuesta correcta gracias a la manipulación adecuada del medio o de la persona que aprende .

El aprendizaje guiado ocupa entonces, un lugar intermedio entre el aprendizaje rutinario (sin ningún descubrimiento) Y la solución de problemas (Descubrimientos no guiados) ". (21)

Factores determinantes de la tasa de aprendizaje:

Cualesquiera que sean los principios que sustentan el aprendizaje, cuando este se reduce a las relaciones esenciales entre el estímulo y la respuesta, no es difícil preparar situaciones en las que se presente. Apegándonos a una convención establecida hace mucho tiempo, representamos gráficamente , puntuaciones de ejecución en contraste con los ensayos y de ello resulta una curva de aprendizaje. La búsqueda de la forma típica o verdadera de la curva de aprendizaje no ha provado ser fructífera, pero estas han ayudado a encontrar los parámetros del mismo aprendizaje.

Los escritores funcionalistas contemporaneos establecen una serie de esquemas de clasificación derivados directamente de los arreglos y los resultados experimentales determinantes en la tasa de aprendizaje:

- a) Práctica masiva
- b) Tipo de material
- c) Conocimiento de la ejecución
- d) Diversos

Transferencia del entrenamiento y la retención:

Una vez que algo se ha aprendido queda en condición de usarse ya que se ha olvidado y que vuelven a presentarse situaciones nuevas en las cuales se pone de manifiesto la conducta aprendida previamente. El estudio de la permanencia relativa del aprendizaje, cuando se prueba en circunstancias que duplican especialmente las del aprendizaje original, es el estudio de la retención; mientras que el estudio de los efectos del aprendizaje antiguo en situaciones nuevas, se considera que es con frecuencia la transferencia del entrenamiento.

Como las situaciones que vuelven a presentarse siempre lo hacen con algunas diferencias, es evidente que hay cierta estrecha relación entre la retención y la transferencia. "Los efectos de la transferencia pueden ser positivos, negativos, o indeterminados, existe opinión de que el olvido no es más que un ejem

plo de transferencia negativa". (22)

En el aprendizaje de los alumnos pueden existir infinidad de situaciones las cuales actúen de manera negativa en el proceso de la retención y la transferencia; es por ello que posiblemente el alumno olvide con gran facilidad las situaciones nuevas que se trata que éste aprenda.

Existen dos leyes del olvido: Ley del contexto: Que afirma que el grado de retención, como lo mide la ejecución, es una función de la semejanza entre la situación de aprendizaje original y la situación de retención. Ley de la inhibición proactiva y retroactiva: Afirma que la retención es función de las actividades que ocurrieron antes y después del aprendizaje original. La inhibición proactiva y la retroactiva han sido importantes materias de investigación durante varias décadas.

El paradigma de la inhibición retroactiva es A-B-A, donde el aprendizaje de B se interpola entre el aprendizaje y la retención de A e interfiere con la retención de A.

El paradigma de la inhibición proactiva es B-A-A, donde el aprendizaje de B antes del aprendizaje de A interfiere con la retención posterior de A. Es fácil demostrar la existencia de las interferencias retroactiva y proactiva con el aprendizaje y, por su parte, las relaciones empíricas han llevado a la

22.- Lee J. Cronbach. op. cit. p. 140.

a la formulación de varias hipótesis.

El estudio del desarrollo de una de estas hipótesis acerca de la inhibición retroactiva nos ayudará no solamente a comprenderla, sino también a entender el modo como los funcionalistas construyen sus teorías.

Los sistemas teóricos ayudan a esclarecer los problemas y llevan al descubrimiento de nuevas relaciones empíricas.

Pero estas relaciones tienen que establecerse firmemente si queremos tener una ciencia del aprendizaje. Necesitamos estandarizar y calibrar métodos de investigación válidos y confiables fin de obtener datos mejores que pueda manipular el teórico.

2.2.3.1 Efectos de la distribución de la práctica como ejemplo del funcionalismo actual.

Uno de los mejores modos de estudiar una teoría científica es viéndola en acción; es decir, observando la manera como los partidarios de la teoría seleccionan sus materiales, diseñan sus experimentos y analizan e interpretan sus datos. Cuando se trata de determinar la forma en que la teoría dirige los experimentos que el funcionalista escoge para realizar, notamos que este enfoque tiene dos características:

Primero, la teoría general solamente orienta a la experimentación, sino a proporcionar un marco de referencia de leyes y

postulados fundamentales.

El enfoque dimensional es un marco de referencia muy amplio para trabajar dentro de él. Resultaría completamente inmanejable, problemático e incómodo si no fuera por los hitos de guía que han proporcionado los años de investigación con métodos conocidos y aplicados a problemas más familiares.

La segunda cosa es que el experimentador limita su tarea (dentro de la amplitud de la orientación dimensional).

Esto lo lleva a cabo de dos modos principalmente: Primero, recurre a las prácticas que se han usado ya en dichos estudios, principalmente la memorización de rutina y el aprendizaje motor. Por tanto, "el funcionalista depende no solamente de su orientación general, sino también de un cuerpo de conocimientos experimentales y de varias teorías particulares que reducen su trabajo a porciones manipulables". (23)

El funcionalista para poder trabajar necesita de otras teorías, las cuales tiene que estudiar de manera amplia para poder explicarse los fenómenos que suceden; no puede trabajar de manera aislada sino que se hace necesario que retome de otros conocimientos ya establecidos para poder diseñar nuevas teorías. Lo mismo sucede con los estudiantes que para poder utilizar nuevas teorías y técnicas se hace necesario el conocimiento de teorías y conocimientos los cuales ya fueron establecidos

23.- Robert, Baron. et al. Psicología un enfoque conceptual. Ed. Interamericana. México, 1982, O. 289.

y comprobados científicamente, con los que sus nuevas aportaciones estarán basadas en principios y leyes ya establecidos lo que hará que éstos adquieran mayor validez.

2.2.4 Tipos de aprendizaje

2.2.4.1 El aprendizaje por discriminación

El punto de vista clásico es que la discriminación se logra mediante la extinción de las respuestas generalizadas ante un estímulo.

Se presupone que "la frustración repetida provocada por el no reforzamiento de las respuestas ante un estímulo causan el desarrollo de la inhibición, condicionada ante un estímulo".(24)

Si un individuo no se le refuerzan las respuestas que éste da ante un estímulo, se la estará inhibiendo notablemente. Sucede con mucha frecuencia en el salón cuando a un alumno que participa en clase o que participa poco no se le refuerza adecuadamente, esa participación en grupo será inhibida y posteriormente el alumno no siente la seguridad de participar.

En un experimento Terrace fue capaz de mostrar que una discriminación sin errores aprendida ante, por ejemplo, cuadros de color rojo, verde, podía transferirse a dos estímulos nuevos, (una barra vertical blanca como positivo y una barra horizontal como negativo), siguiendo un método especial que consistía

25.- Enrique Cerda. Una psicología de hoy. Ed. Herder. Barcelona, 1982, p. 214.

(i) primero, superponer la barra vertical sobre el cuadro rojo positivo, y la barra horizontal sobre el cuadro verde negativo; (ii) después de varias sesiones de tales circunstancias su perpuestas, desvanecer (obscurecer) gradualmente los colores rojo y verde sobre el cuadro, para terminar sólo con la barra vertical o la horizontal sobre el cuadro oscuro.

Con este procedimiento, el control de estímulo se transfiere del rojo verde a las barras horizontal y vertical, y aquí como en la vez anterior, tampoco se presentan errores en el curso de la transferencia gradual.

Todo esto sugiere que se va a entrenar una discriminación que resultará inherentemente fácil para el sujeto, y luego superponer y desvanecer los estímulos más difíciles.

Destaca como interesante también el hecho de que si se retiraban abruptamente los colores después de la fase de superposición, los animales cometían varios errores en la discriminación de vertical en contraste con horizontal.

Hay varias características auxiliares interesantes en la ejecución de la discriminación sin errores si se la compara con lo que se obtiene por el procedimiento acostumbrado de errores aleatorios. Ante todo, la ejecución discriminativa es por sí misma muy superior.

2.2.4.2 Aprendizaje significativo

En las escuelas se emplean con mucha frecuencia diversos materiales de instrucción destinados a presentar información, tales como textos, libros de referencia y películas sonoras. Cuando los alumnos estudian dichos materiales, tratan de relacionar la nueva información con lo que ya saben. Ausubel (1963), psicólogo cognoscitivo, llama al empleo de estos recursos aprendizaje por recepción significativa y nos da una teoría condensada en relación con ello. Más tarde, se extendió la teoría para incluir el aprendizaje por descubrimiento significativo.

2.2.4.2.1 Tipos de aprendizaje significativo

En esta teoría son fundamentales dos dimensiones de los procesos de aprendizaje. Una de estas dimensiones se refiere a los dos procedimientos mediante los cuales el conocimiento que se desea adquirir se facilita al estudiante. Los dos procedimientos se denominan aprendizaje receptivo y aprendizaje por descubrimiento. La segunda dimensión indica los dos modos que permiten al estudiante incorporar nueva información en las estructuras cognoscitivas ya existentes; estos procedimientos se llaman significativo y de fijación o de memorización. Se supone que las dos dimensiones son relativamente independientes y por tanto, se proponen cuatro clases básicas de aprendizaje

je:

- Recepción significativa.
- Mecanización.
- Descubrimiento significativo.
- Descubrimiento por memorización.

En el aprendizaje receptivo, todo el contenido de lo que se quiere aprender aparece en su forma definitiva en el material expuesto.

En el aprendizaje por descubrimiento, no todo lo que debe aprenderse se presenta en forma definitiva; el alumno adquiere cierta información independientemente. Esta información se integra luego en la estructura cognoscitiva existente y se reorganiza o transforma para producir una estructura cognoscitiva nueva o modificada.

La recepción y el descubrimiento se relacionan con la primera etapa del aprendizaje, en la cual la información que se ha de adquirir está realmente a disposición del discípulo. En la segunda etapa en cambio el discípulo actúa sobre la información con el fin de recordarla de modo que resulte aprovechable de ahí en adelante. Si el discípulo trata de retener la nueva información, relacionándola con lo que ya conoce, aparece el aprendizaje significativo. "Si el discípulo trata sólo de memorizar la nueva información se presenta el aprendizaje por fijación". (25)

25.- Rubistein, J.L. Principios de psicología general. 5 ed. Ed, Grijalbo. México, 1974, p. 318

Es muy común entre los estudiantes el aprendizaje por fijación ya que no se preocupan por aprender realmente, sólo memorizan la información que se les proporciona en lugar de asimilarla y cuestionar acerca de tal información. Es por eso que hay que tratar de hacer entender a los estudiantes que es muy importante no sólo el memorizar sino que lo fundamental es entender y poner en práctica la información que se obtiene.

Podemos establecer ahora las condiciones que exigen las cuatro clases de aprendizaje. En el caso del aprendizaje por recepción significativo: el material nuevo y lógicamente organizado aparece en su forma definitiva y se relaciona con los conocimientos preexistentes.

Aprendizaje receptivo por fijación o memorización: aparece un material nuevo y lógicamente organizado aparece en su forma definitiva.. Aparece: aquí un material de cualquier clase en forma definitiva y se memoriza dicho material.

Aprendizaje por descubrimiento significativo: el discípulo llega a la solución de un problema y a otros resultados por sí sólo y relaciona una solución con sus conocimientos previos.

Aprendizaje por descubrimiento memorizado: Aquí se llega a la solución independientemente, pero dicha solución se memoriza de manera mecánica.

La mayor parte de la teoría se concentra en el aprendizaje por recepción significativa, pero se presta cierta atención al aprendizaje por descubrimiento significativo.

2.2.4.3 Aprendizaje por signos

Las teorías de estímulo-respuesta, si bien establecidas son diferentes grados de elaboración, suponen que el organismo es incitado, a todo lo largo de un camino, por estímulos internos y externos; durante este camino aprende las consecuencias correctas de movimientos, de modo que éstos se hacen presentes en condiciones de pulsión y de estimulación ambiental apropiadas.

La posibilidad alternativa es que el sujeto está siguiendo los signos hacia una meta, está aprendiendo su camino; en otras palabras, está siguiendo una especie de mapa, y no aprendiendo movimiento sino significados. Este es el tema de la teoría del aprendizaje de signos de Tolman.

Dado que tanto la teoría del estímulo-respuesta como el aprendizaje de signos constantemente predicen el mismo resultado conductual, es necesario diseñar experimentos especiales en los que sea posible optar por una de las dos teorías.

Hay tres situaciones que dan un fuerte apoyo a la alternativa del aprendizaje de signos. Son experimentos sobre la expectativa de recompensa, en el aprendizaje del lugar y el aprendizaje latente.

2.2.4.4 Aprendizaje por observación

Durante años el aprendizaje observacional (llamado también por modelación) fué muy poco estudiado por los psicólogos, quienes prefieren dedicar su atención al condicionamiento clásico y al instrumental.

Sin embargo, durante el decenio pasado este tema fue objeto de un número creciente de investigaciones. Entre los muchos factores que han contribuido a esta imprevista oleada de interés, tres parecen ser de suma importancia. El primero consiste en cada día se comprende mejor el hecho de que el aprendizaje por modelación es un proceso increíblemente eficaz, pues permite a los organismos evitar los tediosos procedimientos de tanteo que acompañan al condicionamiento instrumental.

El segundo motivo por el que recientemente se ha despertado gran interés por el aprendizaje observacional, reside en el hecho de que desempeña un papel decisivo en la socialización, proceso por el cual los niños aprenden muchas conductas que les son imprescindibles para actuar como miembros adultos en una sociedad.

Por último las controversias en torno a los efectos que pueden producir en la conducta los medios de comunicación social, en especial la televisión, han venido a estimular el interés por el aprendizaje por modelación. En el caso de los niños los debates más acalorados se centran en torno a la posibilidad de que los programas con temas de violencia intensifiquen la ten-

dencia de los pequeños a practicar una conducta peligrosa.

2.2.5 .Teorías del aprendizaje

2.2.5.1 Teoría del aprendizaje de la Gestalt

Los psicólogos gestalistas encuentran un tanto fuera de lugar el énfasis en los tratamientos convencionales del aprendizaje de modo que los problemas en los que típicamente se insiste no equivalen a la selección más natural de los problemas.

Es el punto de vista de la teoría de la gestalt. sin embargo, son el fin de mantener la simetría del estudio comparativo de las diferentes posiciones, se empleará la misma lista con que se resumieron las de la teoría estímulo-respuesta.

Capacidad:

Toda vez que el aprendizaje requiere la diferenciación y la reestructuración de los campos, sus formas más elevadas dependen grandemente de la capacidad natural para reaccionar de acuerdo con tales formas.

No obstante los métodos de instrucción pobre, pueden ser los responsables, en parte, de la incapacidad para enfrentar situaciones nuevas o de alguna ceguera que podría confundirse con la estupidez.

Práctica:

Los cambios se efectúan la repetición; no como resultado de ella. Practicamente ya todos los psicólogos están de acuerdo

con esto, pero difieren con respecto a los procesos que vienen al caso y operan dentro de las repeticiones.

Desde el punto de vista gestalista, las repeticiones son las exposiciones sucesivas, que traen a luz las relaciones que para éstas participen en la reestructuración.

Motivación:

Las metas representan situaciones finales y, como tales, modifican el principio del cierre. Los procesos que dan lugar a éxitos o fracasos se transforman por sus consecuencias.

Comprensión:

Los autores gestalistas insisten en la percepción de las relaciones, el conocimiento de las relaciones entre las partes y el todo, y de los medios con las consecuencias. Los problemas se han de resolver sensata así como estructural, y orgánicamente, en lugar de mecánica, estúpidamente o repitiendo el contenido de los hábitos anteriores.

De aquí que el aprendizaje por discernimiento sea más típico de las tareas presentadas con propiedad, que por ensayo y error.

Transferencia:

Una de sus ventajas es que la comprensión se puede transponer a más situaciones, y da lugar con menor frecuencia a aplicacion

**ESTA TESIS NO DEBE
SALIR DE LA BIBLIOTECA**

nes erróneas del aprendizaje". (27)

Es muy importante que los alumnos apliquen la comprensión en toda la información que se les proporciona, ya que de esta manera se evitarán muchos errores en el aprendizaje.

Olvido:

Se relaciona el olvido con el curso de los cambios en la huella. Las huellas pueden desaparecer, ya sea por el decaimiento gradual, por destrucción debida a que sean parte de un campo caótico, mal estructurado o por asimilación a los procesos o huellas nuevas. La última posibilidad se conoce como una forma retroactiva.

Además de tal olvido, hay cambios dinámicos que tienen lugar en el recuerdo, de modo que lo que reproduce no es el aprendizaje anterior en el que algunas de sus partes faltan, sino una huella modificada que es tan productiva como reproductiva.

2.2.5.2 Teoría del aprendizaje de Tolman

Cuando Tolman anunció su conductismo propositivo, diez años antes de que apareciera su libro principal, la psicología estado unidense estaba todavía excitada por el nuevo conductismo de Watson. Tolman explica que la situación de no recompensa es

27.- Whittaker, o. James y Whittaker, J.Sandra. Psicología, 4a ed. Ed. Interamericana. México, 1986, p.543.

inadecuada para el aprendizaje.

La teoría es que con la experiencia repetida de una secuencia de acontecimientos que llevan a una meta, la probabilidad de que una conducta dada acontecerá en el resultado del término esperado llega a ser aprendida.

El resultado (para la conducta) es una carrera más rápida y la eliminación de los pasajes sin salida exactamente como si el hábito se estuviera fortaleciendo por la recompensa. Por tanto, es necesario algo de ingenio a fin de aislar las circunstancias en que es más propio interpretar la expectación que el fortalecimiento por la recompensa.

2.2.5.3 Teoría del aprendizaje por discernimiento.

El contraste entre ensayo y error y discernimiento es un tema un tanto mal entendido, pues por un lado existen hechos empíricos y por otro, teorías acerca de éstos.

Existen experimentos en los que el que está aprendiendo, obviamente percibe una interrelación que da lugar a la solución del problema, ésto es el caso de un discernimiento.

Se puede distinguir entre lo que sucede en un experimento real de investigación del aprendizaje por discernimiento y el criterio distintivo del discernimiento, pues lo que ocurre no se limita de ninguna manera a esto último, sino en gran parte se tras

lapa con otras formas de aprendizaje.

El traslapamiento se ilustra con las siguientes características:

-Cuanto más inteligente es un organismo, es más probable que adquiera el discernimiento y que se desempeñe con eficacia en otras formas de aprendizaje complejo. A esto obedece que los niños mayores tengan más éxito que los menores en los problemas de discernimiento..

-Es más probable que un organismo con experiencia logre la solución por discernimiento, que uno sin ella.

El discernimiento depende de la experiencia pasada como sucede en otras clases de aprendizaje.

-Algunos arreglos experimentales favorecen más que otros la producción de la solución por discernimiento.

2.2.5.4 Aportaciones de Pavlov a la teoría del aprendizaje.

El condicionamiento clásico

Los principios del condicionamiento clásico pueden expresarse de manera formal. Cada vez que un estímulo que produzca respuesta condicionada aparece a intervalos de tiempo con un nuevo estímulo neutral.

En el condicionamiento clásico, un estímulo originalmente

neutral provoca una respuesta mediante la repetición simultánea y repetida con un estímulo incondicionado.

Cuando se habla del condicionamiento clásico, demostramos que es posible llevar a cabo el condicionamiento de orden superior, lo cual es igualmente cierto en el condicionamiento operante, tanto con refuerzos positivos como negativos.

Cuando un reforzador positivo sigue de cerca determinada respuesta, se aumenta la posibilidad de que dicha respuesta aparezca de nuevo. Cuando se suprime un reforzador negativo inmediatamente después de determinada respuesta que llega a dicha supresión, ocurre lo mismo que en el caso anterior. O sea que el condicionamiento de orden superior se da también en el condicionamiento operante. Cuando aparece un estímulo neutral simultáneo con un estímulo positivo reforzador, el primero adquiere poder reforzador por sí mismo, después de repetidas apariciones simultáneas.

"Los reforzadores secundarios generalmente son de tipo social. Entre ellos se cuentan los cumplidos dirigidos a los demás, las respuestas o gestos cariñosos; las destinaiones tales como el dinero, los honores, las buenas calificaciones; y las manifestaciones aprobatorias de grupo, como el aplauso, la risa o la atención". (28)

En un salón de clase se hace muy necesario la aplicación de reforzadores positivos de tipo social, ya que si a un alumno se le otorgan muestras de aprobación grupal o por parte del docente, adquirirá mayor confianza en el desarrollo de sus habilidades y destrezas.

Los reforzadores negativos de orden superior y los estímulos condicionados aversivos incluyen las desaprobaciones tanto de palabras como de acción, como las amenazas y los tonos ásperos, las malas calificaciones y la desaprobación de grupo como el silencio, la rechifla y otros.

Programas de refuerzo:

Cuando se refuerzan todas las respuestas, se dice que el programa de refuerzo es del 100%. Es posible llevar a cabo muchos otros programas y se ha mostrado que producen efectos notablemente diferentes sobre la conducta, en experimentos con animales.

Existen dos tipos de programas:

-Razón fija: En este programa el refuerzo aparece en forma regular, después de determinado número de respuestas del mismo tipo no reforzadas.

-Razón variable: En este programa se da el refuerzo después de ciertos números de respuestas que varía de un refuerzo a otro.

2.2.6. Modelos de aprendizaje

2.2.6.1 Modelo de aprendizaje acumulativo

Gagne (1970) ha sintetizado el conocimiento que se refiere a varios tipos de aprendizaje y ha formulado un modelo de aprendizaje acumulativo. Según este autor, los efectos del aprendizaje son acumulativos, es decir, que cada individuo desarrolla destrezas de mayor nivel o adquiere más conocimiento en la medida en que asimila capacidades que se forman sucesivamente una sobre otra. Estas capacidades se refieren a los ocho tipos de aprendizaje que existen.

La naturaleza acumulativa que caracteriza a estas ocho clases va desde el simple aprendizaje de una señal, hasta la compleja solución de un problema.

Otra característica del modelo consiste en que explica el aprendizaje en función de las condiciones internas del estudiante que son esenciales en cada uno de los tipos mencionados (condiciones internas), como también las condiciones de la situación que ocurre el aprendizaje (condiciones externas).

Tipo 1: Aprendizaje por señales:

Este tipo de aprendizaje corresponde directamente al condicionamiento clásico. Aprender a responder ante las señales es una forma común de la conducta refleja que se da en los animales,

y es menor en los seres humanos.

La principal condición del aprendizaje por señales es la realización de un estímulo condicionado y otro incondicionado y de la respuesta correspondiente más o menos al mismo tiempo. Esto da como resultado la formación de una asociación entre estímulo condicionado y la respuesta. Esta asociación de hechos que ocurren casi al mismo tiempo, recibe también el nombre de principio de contigüidad.

Tipo 2: Aprendizaje por la respuesta al estímulo (E---R).

Los movimientos precisos de los músculos como respuesta a estímulos específicos que se han discriminado entre otros estímulos.

Tipos 3 y 4: Cadenas motrices y cadenas verbales:

Se pueden combinar o encadenar dos o más respuestas motrices separadas para desarrollar una habilidad más compleja.

Tipo 5: Aprendizaje discriminatorio:

Es la discriminación de un estímulo específico entre otros estímulos esenciales y el aprendizaje por señales en la forma simple de E---R.

Tipo 6: Aprendizaje conceptual:

Se define en términos de E---R cuando se aprende a dar una

respuesta común a estímulos que son diferentes por varios aspectos.

La característica importante del aprendizaje conceptual consiste en que habiendo asimilado un concepto, uno es capaz de identificar otros ejemplos de dicho concepto sin necesidad de más aprendizaje, lo que no es cierto en los cinco tipos que ya se han señalado.

Tipo 7: Aprendizaje por reglas:

Es indispensable en el aprendizaje de reglas poseer los conceptos que ellas encierran y la capacidad para dar las respuestas especificadas por la regla. La estructura o el material orgánico de muchas materias, tales como la historia y las matemáticas se concreta en reglas.

Tipo 8: Solución de problemas:

La solución de problemas es la forma más elevada del aprendizaje, pues permite al individuo definir nuevas ideas independientemente de los demás. Aprender a resolver problemas conlleva varias etapas que incluyen la definición del problema, la formulación de una hipótesis sobre la solución del mismo, la verificación de una hipótesis final y por último el hallazgo de la comprobación.

Al haber estudiado lo anterior se puede apreciar mejor la situación real que viven los alumnos de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia y al parecer los alumnos de otras dependencias educativas.

Con respecto a los alumnos de la ENEO se observa que hay muchas interferencias ambientales como son falta de motivación, sitios inadecuados para el proceso de aprendizaje, exceso de trabajo horarios inadecuados, etc., para que se lleve a cabo el desarrollo cognoscitivo de los alumnos.

La teoría que más va acorde con la situación actual de los alumnos es la de el estímulo ----respuesta, o sea el aprendizaje conceptual ya que normalmente para que exista una respuesta de los alumnos es necesario motivar y estimular constantemente. Con este tipo de aprendizaje los individuos son capaces de identificar otras situaciones posteriores si antes se tiene ya una base firme de conocimientos.

Algunos docentes utilizan en forma inadecuada los reforzadores de la conducta, ya que en lugar de impulsar a los alumnos, inhiben las respuestas y aportaciones de los mismos, provocando un estancamiento en el proceso del aprendizaje. Es necesario que a los alumnos se les aplique constantemente reforzadores positivos de la conducta ya que esto les motivara para seguir adelante y desarrollar sus destrezas y habilidades las cuales les serán de gran utilidad en el desarrollo profesional futuro.

3. METODOLOGIA.

3.1. HIPOTESIS

3.1.1. General.

H_1 : La alimentación ejerce una influencia positiva en el aprendizaje de los alumnos del grupo 2804 del matutino, 2805 y 2806 del turno vespertino de nivel licenciatura de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Nacional Autónoma de México.

3.1.2. Trabajo.

H_2 : A una mejor alimentación, mayor será el aprendizaje de los alumnos del grupo 2804 del turno matutino, 2805 y 2806 del turno vespertino de nivel licenciatura de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Nacional Autónoma de México.

3.1.3. Nula.

H_0 : No existe ninguna relación entre la alimentación y el aprendizaje de los alumnos del grupo 2804 del turno matutino, 2805 y 2806 del turno vespertino de nivel licenciatura de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Nacional Autónoma de México.

3.2. VARIABLES

3.2.1. Variable independiente: Alimentación de los alumnos.

3.2.1.1. Indicadores

- Calidad de los alimentos.
- Cantidad de los alimentos que ingiere.
- Horario de alimentación.
- Lugar donde se ingieren los alimentos.
- Ingresos económicos.
- Egresos económicos.
- Frecuencia de los alimentos que contengan vitaminas.
- Frecuencia de los alimentos que contengan proteínas.
- Frecuencia de los alimentos que contengan hidratos de carbono.
- Frecuencia de los alimentos que contengan grasas.
- Frecuencia de los alimentos que contengan minerales.
- Hábitos.
- Costumbres.
- Creencias culturales.
- Utilización de dietas reductivas.
- Estado de salud.
- Peso en kilogramos.
- Talla en centímetros.
- Textura del pelo.
- Estado de la piel.

3.2.2. Variable dependiente: Aprendizaje de los alumnos.

3.2.2.1. Indicadores.

- Promedio individual.
- Promedio grupal.

- Léxico utilizado.
- Aplicación de la teoría en la práctica.
- Cambio de conducta.
- Aportación de conocimientos individuales.
- Aportación de conocimientos grupales.
- Surguimiento de nuevas interrogantes.
- Utilización de metodología de investigación.
- Cumplimiento de los objetivos.
- Aprobación de evaluaciones.
- Aumento de acervo cultural.
- Mayor retención de conocimientos.
- Destreza en la utilización de técnicas.
- Implementación de nuevas técnicas.
- Participación activa en las técnicas grupales.
- Surguimiento de nuevas ideas.
- Congruencia en el pensamiento.
- No. de materias no acreditadas.
- Creditos obtenidos hasta 7° semestre.

3.3. TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACION

3.3.1. Tipo.

La investigación que se realiza es de tipo analítico porque -descompone los problemas para su estudio descriptiva ya que indica las características del fenómeno de estudio y observacional, pues analiza detalladamente la relación de las variables.

3.3.2. Diseño.

Para la elaboración del diseño fue necesario primero asistir al curso de Metodología de Investigación y Seminario de tesis en el cual se abordan de manera general pero precisa los elementos de mayor utilidad para la investigación y recopilación de información.

El paso inicial fue elaborar un planteamiento del problema de investigación así como sus respectivas hipótesis y la identificación de variables del diseño.

Se realiza la fundamentación del tema de investigación, en el cual se hace la descripción e identificación del tema de estudio, así como los objetivos y justificación de la misma.

Para la estructuración del marco teórico surge la necesidad de consultar diverso material bibliográfico, en la biblioteca, con el propósito de elaborar un marco teórico en el cual se apoye o fundamenten las hipótesis planteadas al inicio de la investigación.

3.4. TECNICAS DE INVESTIGACION UTILIZADAS

3.4.1. Ficha de trabajo.

Gracias a este método será posible recopilar la información necesaria en relación con las variables.

3.4.2. Observación.

Gracias a esta técnica se recopilara mediante percepción visual todas las impresiones que tengan las personas entrevistadas en la investigación.

3.4.3. Entrevista.

Mediante esta técnica se podran recoger los testimonio orales de las personas entrevistadas.

4. INSTRUMENTACION ESTADISTICA.

4.1 UNIVERSO, POBLACION Y MUESTRA.

Universo.

Todos los alumnos de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Nacional Autónoma de México, con un total de 1455.

Población.

Una parte del universo son los alumnos del turno matutino y vespertino del nivel licenciatura de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Nacional Autónoma de México, que son 404 y corresponde al 27.76% de los alumnos del universo.

Muestra.

La muestra son 100 alumnos que integran los grupos 2804 del turno matutino, 2805 y 2806 del turno vespertino de nivel licenciatura, que equivalen a un 24.75% de la población.

4.2 PROCESAMIENTO DE DATOS.

En este apartado se presentarán los cuadros y las gráficas que permitan analizar el comportamiento de los datos, en torno al problema a fin de comprobar la hipótesis de trabajo.

CUADRO No. 1

EDAD DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.

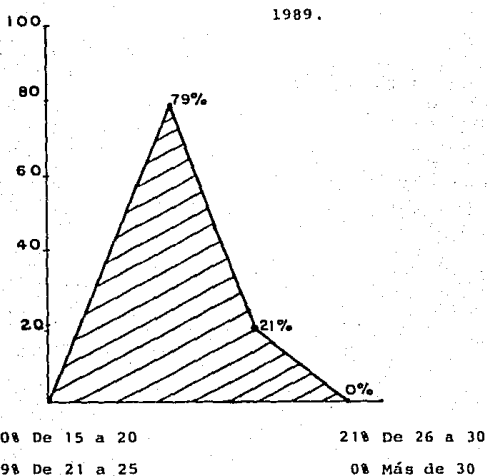
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
DE 15 A 20	0	--
DE 21 A 25	79	79%
DE 26 A 30	21	21%
MAS DE 30	0	--
T O T A L	100	100%

Fuente: Cuestionario de la investigación Cómo influye la alimentación en el aprendizaje de los alumnos de los grupos 2804 del turno matutino, 2805 y 2806 del turno vespertino de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia, aplicados los días 30 de junio y 4 de julio de 1989.

GRAFICA No. 1

EDAD DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



DESCRIPCION: El 79% de los alumnos entrevistados tienen de 21 a 25 años mientras que el 0% tienen de 15 a 20 años de edad.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 2

SEXO DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.

1989.

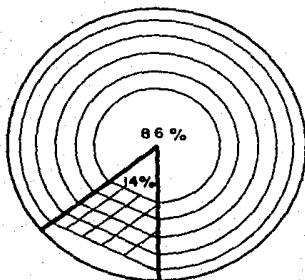
OPCIONES	FRECUENCIA	%
FEMENINO	86	86 %
MASCULINO	14	14 %
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 2

SEXO DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.



██████ Femenino

▨▨▨▨ Masculino

DESCRIPCION: El 86% de los alumnos entrevistados son del sexo femenino y el 14% son del sexo masculino.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1.

CUADRO No. 1

ESTADO CIVIL DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

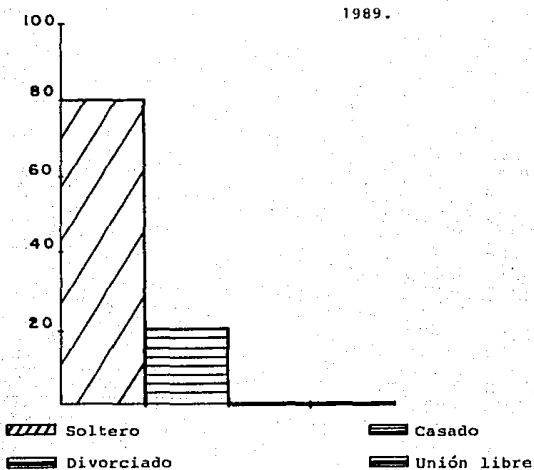
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
SOLTERO	80	80 %
CASADO	20	20 %
DIVORCIADO	0	--
UNION LIBRE	0	--
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 3

ESTADO CIVIL DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



DESCRIPCION: El 80% de los alumnos entrevistados son solteros mientras que el 0% son divorciados.

FUENTE: Misma del cuadro No.1.

CUADRO No. 4

OCUPACION DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA _____ ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTERICIA.

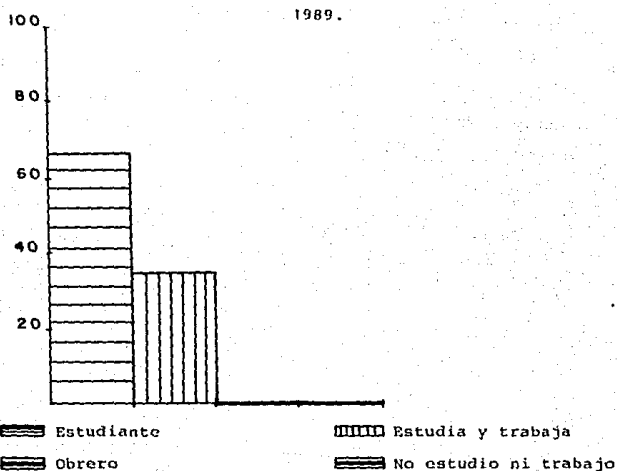
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
ESTUDIANTE	66	66 %
ESTUDIA Y TRABAJA	34	34 %
OBRERO	0	--
NO ESTUDIO NI TRABAJO	0	--
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 4

OCUPACION DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO,
2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA
ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



DESCRIPCION: El 66% de los alumnos entrevistados son estudiantes solamente y el 0% son obreros.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1.

CUADRO No. 5

TURNO DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO,
2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA
ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.

1989.

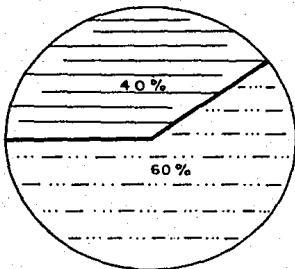
OPCIONES	FRECUENCIA	%
MATUTINO	40	40%
VESPERTINO	60	60%
TOTAL	100	100%

Fuente: Misma del cuadro número 1.


GRAFICA No. 5

TURNO DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.



 Matutino

 Vespertino

DESCRIPCION: El 60% de los alumnos entrevistados son del turno vespertino mientras que el 40% son del turno matutino.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1.

CUADRO No. 6

CALIDAD DE LOS ALIMENTOS QUE INGIEREN LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

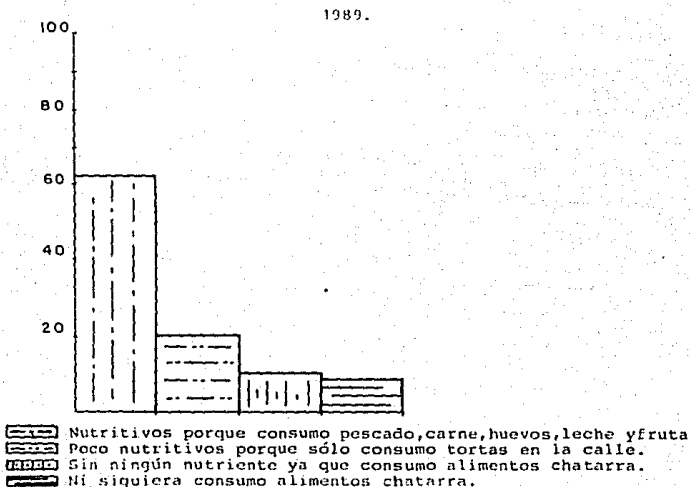
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
NUTRITIVOS PORQUE CONSUMO PESCADO, CARNE, HUEVOS, LECHE Y FRUTA.	62	62 %
POCO NUTRITIVOS PORQUE SOLO CONSUMO TORTAS EN LA CALLE.	20	20 %
SIN NINGUN NUTRIENTE YA QUE CONSUMO ALIMENTOS CHATARRA.	10	10 %
NI SIQUIERA CONSUMO ALIMENTOS CHATARRA.	8	8 %
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 6

CALIDAD DE LOS ALIMENTOS QUE INGIEREN LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



DESCRIPCION: El 62% de los alumnos entrevistados consideran que la calidad de los alimentos que ingieren son nutritivos mientras que el 8% consideran que ellos ni siquiera consumen alimentos chatarra.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1.

CUADRO No. 7

CANTIDAD DE LOS ALIMENTOS QUE INGIEREN LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.

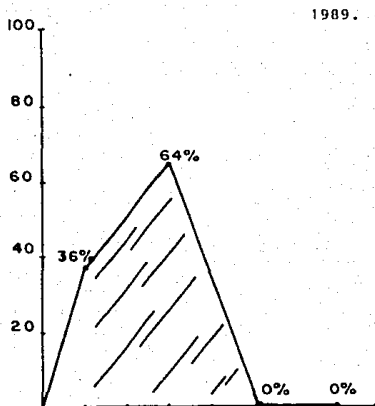
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
ES SUFICIENTE YA QUE INGIERE TRES COMIDAS AL DÍA.	36	36%
SÓLO COMO Y CENO PERO NO DESAYUNO.	64	64%
COMO TORTAS EN TODO EL DÍA.	0	--
NO COMO NADA DURANTE EL DÍA.	0	--
T O T A L	100	100%

Fuente: Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 7

CANTIDAD DE ALIMENTOS QUE INGIEREN LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



36% Es suficiente ya que ingiere tres comidas al día.
 64% Sólo como y cenó pero no desayunó.
 0% Como tortas en todo el día.
 0% Ni como nada durante el día.

DESCRIPCION: El 64% de los alumnos entrevistados sólo comen y cenan pero no desayunan mientras que el 0% no come nada durante el día.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 8

HORARIO DE ALIMENTACIÓN COTIDIANA DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.

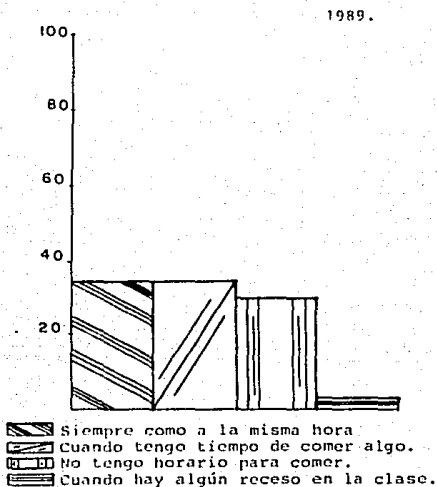
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
SIEMPRE COMO A LA MISMA HORA.	34	34%
CUANDO TENGO TIEMPO DE COMER ALGO.	34	34%
NO TENGO HORARIO PARA COMER.	29	29%
CUANDO HAY ALGÓN RECESO EN LA CLASE	3	3%
T O T A L	100	100%

Fuente: Misma que el cuadro número 1

GRAFICA No. 8

HORARIO DE ALIMENTACION COTIDIADA DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



DESCRIPCION: El 34% de los alumnos entrevistados comen cuando tienen tiempo de comer algo mientras que el 3% come cuando hay algún receso en la clase.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 9

LUGAR DONDE INGIEREN LOS ALIMENTOS LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS _
 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE _
 LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

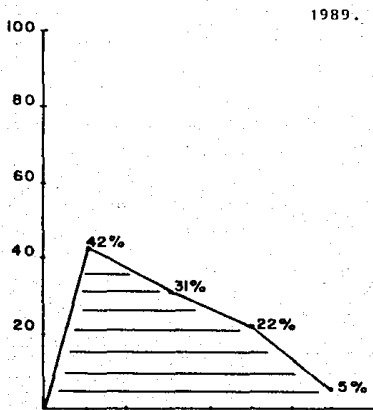
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
MI CASA	42	42 %
CAFETERIA DE LA ESCUELA	31	31 %
EN EL TRABAJO	22	22 %
EN CUALQUIER PUESTO CALLE JERO.	5	5 %
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No.9

LUGAR DONDE INGIEREN LOS ALIMENTOS LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



42% Mi casa

31% Cafetería de la escuela

22% En el trabajo

5% En cualquier puesto callejero

DESCRIPCION: El 42% de los alumnos entrevistados ingieren sus alimentos en su casa mientras que el 5% los ingieren en cualquier puesto callejero.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 10

INGRESOS ECONOMICOS MENSUALES DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS ,
2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE
LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.

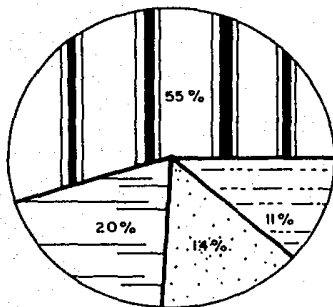
OPCIONES	FRECUENCIA	%
516,000 MENSUALES	55	55 %
258,000 MENSUALES	20	20 %
-258,000 MENSUALES	14	14 %
+516,000 MENSUALES	11	11 %
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro número 1.


GRAFICA No. 10


INGRESOS ECONOMICOS^S MENSUALES DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.


1989.



 516,000 mensuales

 258,000 mensuales

 258,000 mensuales

 +516,000 mensuales

DESCRIPCION: El 55% de los alumnos entrevistados tienen ingresos económicos de 516,000 mensuales, mientras que el 11% los tiene de más de 516,000 mensuales.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 11

EGRESOS ECONOMICOS DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

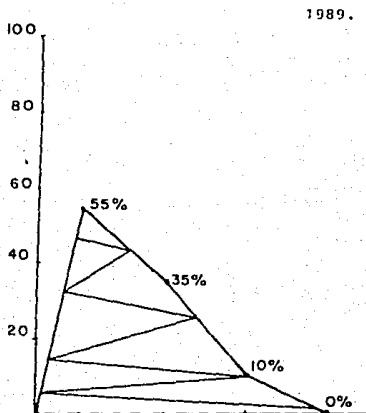
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
TODO LO QUE GANO PORQUE TENGO MUCHOS GASTOS.	55	55 %
LA MITAD DE SU SALARIO PORQUE TIENE LO SUFICIENTE.	35	35 %
UNA CUARTA PARTE DE SU SALARIO PORQUE NO TIENE MUCHOS GASTOS.	10	10 %
NO TENGO EGRESOS ECONOMICOS NI QUIERO TENERLOS.	0	--
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 11

EGRESOS ECONOMICOS DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



55% Todo lo que gana porque tengo muchos gastos.
 35% La mitad de su salario porque tiene lo suficiente.
 10% Una cuarta parte de su salario porque no tiene gastos.
 0% No tengo egresos económicos ni quiero tenerlos.

DESCRIPCION: El 55% de los alumnos entrevistados tiene egresos de todo su salario mientras que el 0% no tiene egresos.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1.

CUADRO No. 12

FRECUENCIA DEL CONSUMO DE ALIMENTOS QUE CONTIENEN VITAMINAS POR
 LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806
 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIO
 NAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.

1989.

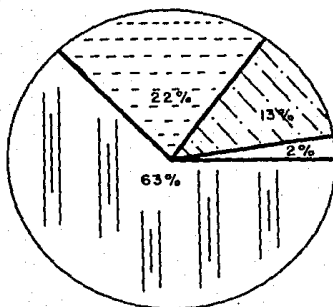
OPCIONES	F	%
TRES VECES POR SEMANA PORQUE ME GUSTAN LOS ALIMENTOS QUE LAS CONTIENEN.	63	63%
UNA VEZ POR SEMANA PORQUE NO TENGO DINERO PARA COMER FRUTAS Y VERDURAS.	22	22%
ESPORÁDICAMENTE PORQUE GENERALMENTE SÓLO COMO TORTAS Y ALIMENTOS CHATARRA.	13	13%
NO LOS CONSUMO PORQUE NO ME GUSTAN	2	2%
T O T A L	100	100%

Fuente: Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 12

FRECUENCIA DEL CONSUMO DE ALIMENTOS QUE CONTIENEN VITAMINAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.



- Tres veces por semana porque me gustan los alimentos que las contienen.
- Una vez por semana porque no tengo dinero para comer frutas y verduras.
- Esporádicamente porque generalmente sólo como tortas y alimentos chatarra.
- No los consumo porque no me gustan.

DESCRIPCION: El 63% de los alumnos entrevistados consumen alimentos que contienen vitaminas tres veces por semana y el 2% no los consume.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1.

CUADRO No. 13

FRECUENCIA DEL CONSUMO DE LOS ALIMENTOS QUE CONTIENEN PROTEÍNAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.

1989.

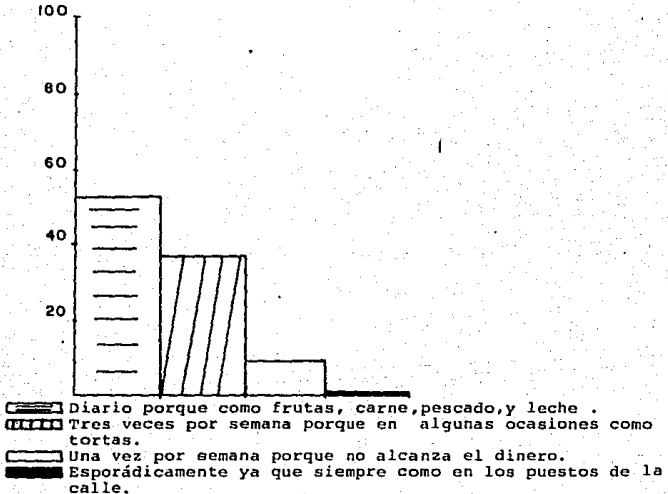
OPCIONES	F	%
DIARIO PORQUE COMO FRUTAS, CARNE, PESCADO, Y LECHE EN LAS COMIDAS.	53	53%
TRES VECES POR SEMANA PORQUE EN ALGUNAS OCASIONES COMO TORTAS.	37	37%
UNA VEZ POR SEMANA PORQUE NO ALCANZA EL DINERO PARA COMER PESCADO Y CARNE.	9	9%
ESPORÁDICAMENTE YA QUE SIEMPRE COMO EN LOS PUESTOS DE LA CALLE.	1	1%
T O T A L	100	100 %

Fuente: Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 13

FRECUENCIA DEL CONSUMO DE LOS ALIMENTOS QUE CONTIENEN PROTEINAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.



DESCRIPCION: El 53% de los alumnos entrevistados consume diario alimentos que contienen proteínas, y el 1% las consume esporádicamente.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1.

CUADRO No. 14

FRECUENCIA EN EL CONSUMO DE ALIMENTOS QUE CONTIENEN HIDRATOS DE CARBONO POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.

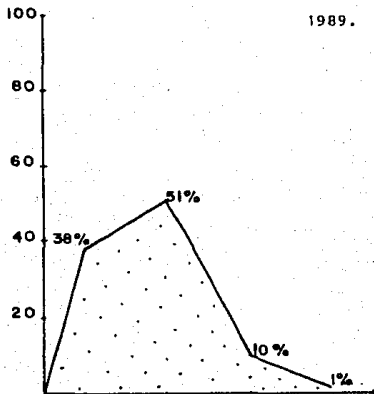
1989.

OPCIONES	F	%
SOLO UNA VEZ POR SEMANA Y TRATO DE NO CONSUMIR LOS PARA NO ENGOROAR.	38	38%
REGULARMENTE CUANDO NO TENGO DINERO PARA COMER UNA COMIDA COMPLETA.	51	51%
DIARIO PORQUE ME GUSTA COMER TORTAS, SOPEAS.	10	10%
SÓLO CONSUMO ALIMENTOS CON HIDRATOS DE CARBO- NO PORQUE SIEMPRE COMO TORTAS Y ALIMENTOS CHATARRA.	1	1%
T O T A L	100	100%

Fuente: Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No.14

FRECUENCIA EN EL CONSUMO DE ALIMENTOS QUE CONTIENEN HIDRATOS DE CARBONO POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



- 38% Sólo una vez por semana y trato de no consumirlos para no engordar.
 51% Regularmente cuando no tengo dinero para comer una comida completa.
 10% Diario porque me gusta comer tortas y sopes.
 1% No porque siempre como tortas y alimentos chatarra.

DESCRIPCION: El 51% de los alumnos entrevistados consumen regularmente alimentos que contienen hidratos de carbono y sólo el 1% no los consumen.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 15

FRECUENCIA DE INGESTIÓN DE ALIMENTOS QUE CONTIENEN GRASAS POR ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.

1989.

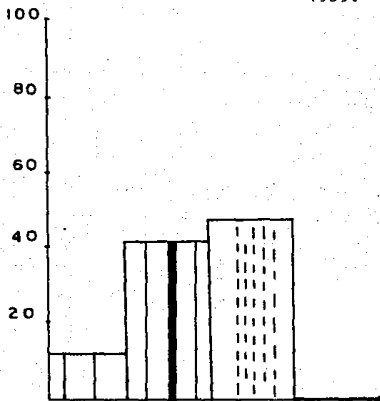
OPCIONES	F	%
DIARIO PORQUE ME GUSTA COMER ANTOJITOS Y FRITURAS DE MAÍZ.	12	12%
DOS O TRES VECES POR SEMANA CUANDO NO TENGO DINERO NI TIEMPO PARA COMER UNA COMIDA COMPLETA.	41	41%
UNA VEZ POR SEMANA PORQUE PROCURO EVITARLOS.	47	47%
TODOS LOS ALIMENTOS QUE CONSUMO CONTIENEN GRASA YA QUE SIEMPRE COMO FRITANGAS EN LA CALLE.	0	--
T O T A L	100	100%

Fuente: Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 15

FRECUENCIA DE INGESTION DE ALIMENTOS QUE CONTIENEN GRASAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.



- ▨ Diario porque me gusta comer antojitos y frituras de maíz.
- ▨ Dos o tres veces por semana cuando no tengo dinero para comer una comida completa.
- ▨ Una vez por semana porque procuro evitarlos.
- ▨ Todos los alimentos que consumo contienen grasa ya que siempre como fritangas en la calle.

DESCRIPCION: El 47% de los alumnos entrevistados consumen alimentos que contienen grasa, mientras que el 0% todos los alimentos que consumen tienen grasa.

Fuente: Misma del cuadro número 1

CUADRO No. 16

FRECUENCIA EN EL CONSUMO DE ALIMENTOS QUE CONTIENEN MINERALES POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.

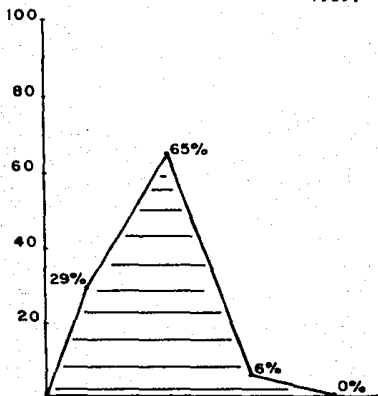
OPCIONES	FRECUENCIA	%
DIARIO POR QUE SIEMPRE CONSUMO		
ALIMENTOS BALANCEADOS	29	29 %
CON REGULAR FRECUENCIA CUANDO COMO EN MI CASA.	65	65 %
ESPORADICAMENTE Y TENGO DINERO Y LOS PUEDO COMPRAR.	6	6 %
NUNCA LOS CONSUMO PORQUE NO ME GUSTAN.	0	--
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro numero 1.

GRAFICA No. 16

FRECUENCIA EN EL CONSUMO DE ALIMENTOS QUE CONTIENEN MINERALES POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.



29% Diario porque siempre consumo alimentos balanceados.
 65% Con regular frecuencia cuando como en mi casa.
 6% Esporádicamente y tengo dinero y los puedo comprar.
 0% Nunca los consumo porque no me gustan.

DESCRIPCION: El 65% de las persona entrevistadas consumen con regular frecuencia alimentos que contienen minerales y el 0% nunca los consume.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 17

HABITOS EN EL COMER DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

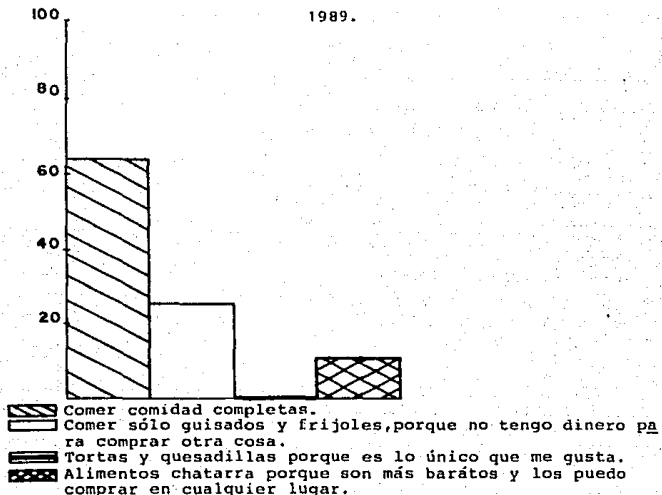
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
COMER COMIDAS COMPLETAS	64	64 %
COMER SOLO GUISADOS Y FRIJOLES PORQUE NO TENGO DINERO PARA COMPRAR OTRA COSA.	25	25 %
TORTAS Y QUESADILLAS PORQUE ES LO UNICO QUE ME GUSTA.	0	--
ALIMENTOS CHATARRA PORQUE SON MAS BARATOS Y LOS PUEDO COMPRAR EN CUALQUIER LUGAR.	11	11 %
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro número 1

GRAFICA No. 17

HABITOS EN EL COMER DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



DESCRIPCION: EL 64% de los alumnos entrevistados tiene el hábito de comer comidas completas mientras que el 20% tiene el hábito de comer tortas y quesadillas. El 16% tiene el hábito de comer alimentos chatarra.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 18

SITIOS A DONDE CONSUME ALIMENTOS LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS ___
 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE _
 NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBS
 TETRICIA.

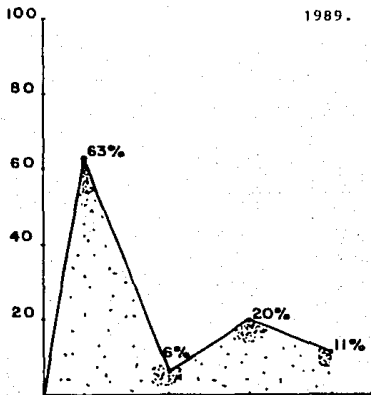
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
SOLO COMO EN MI CASA Y NO ME GUSTA COMER EN LA CALLE.	63	63 %
COMO EN RESTAURANTES POR QUE TENGO DINERO.	6	6 %
EN LA CAFETERIA DE LA ESCUELA POR QUE NO TENGO TIEMPO DE COMER EN OTRO LADO.	20	20 %
ENCUALQUIER SITIO YA QUE TODOS SON BUENOS PARA COMER SI SE TIENE HAMBRE.	11	11 %
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 18

SITIOS A DONDE CONSUME ALIMENTOS LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBS TETRICIA.



- 63% Sólo como en mi casa y no me gusta comer en la calle.
 6% Como en restaurantes porque tengo dinero.
 20% En la cafetería de la escuela porque no tengo tiempo de comer en otro lado.
 11% En cualquier sitio ya que todos son buenos para comer si se tiene hambre.

DESCIPCION: El 63% de los alumnos entrevistados consume alimentos en su casa mientras que el 6% los consume en restaurantes.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 19

CREENCIAS CULTURALES EN LA INGESTION DE LOS ALIMENTOS DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

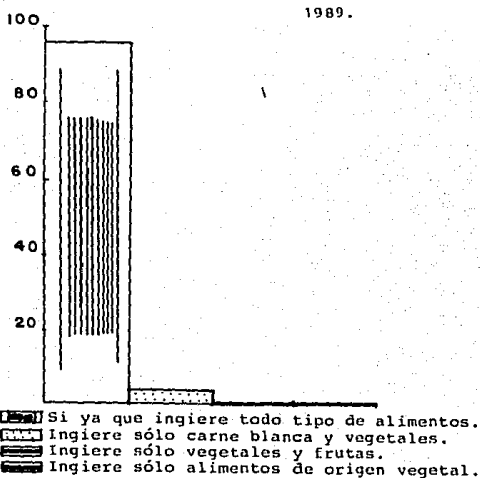
1989.

OPCIONES	FRECUENCIAS	%
SI YA QUE INGIERE TODO TIPO DE ALIMENTOS.	96	96 %
INGIERE SOLO CARNE BLANCA Y VEGETALES	4	4 %
INGIERE SOLO VEGETALES Y FRUTAS.	0	--
INGIERE SOLO ALIMENTOS DE ORIGEN VEGETAL.	0	--
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 19

CREENCIAS CULTURALES EN LA INGESTION DE LOS ALIMENTOS DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



DESCRIPCION: El 96% de los alumnos entrevistados ingiere todo tipo de alimentos, mientras que el 0% ingiere sólo alimentos de origen vegetal.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 20

UTILIZACION DE DIETAS REDUCTIVAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBS₂ TETRICIA.

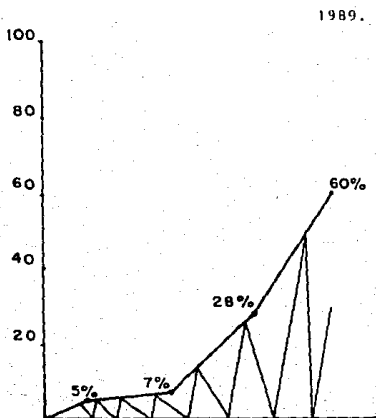
1989.

OPCIONES	FRECUENCIAS	%
SIEMPRE LA UTILIZO PARA MANTENER MI FORMA.	5	5 %
LA UTILIZO UNA VEZ POR MES Y CUANDO CONSIDERO QUE HE SUBIDO DE PESO.	7	7 %
ESPORADICAMENTE YA QUE NO TENGO TIEMPO DE LLEVARLA ACABO.	28	28 %
NUNCA UTILIZO NINGUN TIPO DE DIETA POR QUE NO TIENE UTILIDAD .	60	60 %
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 20

UTILIZACION DE DIETAS REDUCTIVAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBS TETRICIA.



5% Siempre la utilizo para mantener mi forma.

7% La utilizo unavez por mes y cuando considero que he subido de peso.

28% Esporádicamente ya que; no tengo tiempo de llevarla a cabo.

60% Nunca utilizo ningún tipo de dieta porque no tiene utilidad.

DESCRIPCION: El 60% de los alumnos entrevistado no utiliza ningun tipo de dieta reductiva mientras que el 5% siempre las utiliza.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No, 21

ESTADO DE SALUD DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO _
 MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIA_
 TURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.

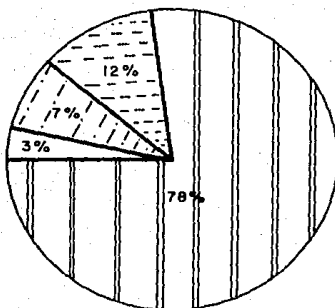
OPCIONES	FRECUENCIA	%
EXCELENTE YA QUE NUNCA ME ENFERMO	12	12 %
BUENA YA QUE ME ENFERMO ESPORADICAMENTE.	78	78 %
REGULAR PUES CONSTANTEMENTE ESTOY ENFERMO .	7	7 %
MALO PORQUE SIEMPRE ESTOY ENFERMO.	3	3 %
T O T A L	100	100 %





Fuente : Misma de cuadro número 1

GRAFICA No. 21

ESTADO DE SALUD DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.



-  Excelente ya que nunca me enfermo.
-  Buena ya que me enfermo esporádicamente.
-  Regular pues constantemente estoy enfermo.
-  Malo porque siempre estoy enfermo.

DESCRIPCION: EL 78% de los alumnos entrevistados tienen un estado de salud bueno mientras que el 3% tiene un estado de salud malo porque siempre esta enfermo.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 22

PESO CORPORAL DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.

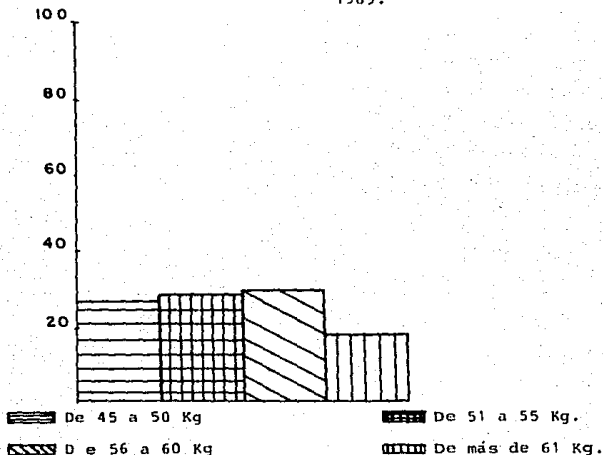
OPCIONES	FRECUENCIA	%
DE 45 A 50 Kg.	26	26 %
DE 51 A 55 Kg.	28	28 %
DE 56 A 60 Kg.	29	29 %
DE MAS DE 61 Kg.	17	17 %
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma de cuadro número 1.

GRAFICA No. 22

PESO CORPORAL DE LOS ALUMNO DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA,

1989.



DESCRIPCION: El 29% de los alumnos entrevistados tienen un peso corporal de 56 a 60 Kg, mientras que el 17% pesa más de 61 Kg.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No.23

ESTATURA DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.

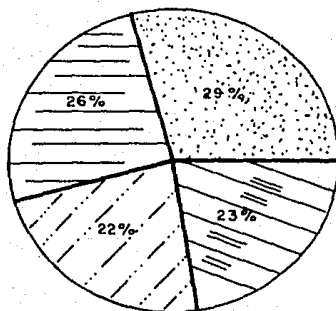
OPCIONES	FRECUENCIA	%
DE 145 A 150 cm.	23	23 %
DE 151 A 155 cm.	26	26 %
DE 156 A 160 cm.	22	22 %
DE MAS DE 160 cm.	29	29 %
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma de cuadro número 1.


GRAFICA No. 23


ESTATURA DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO
2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA
SCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.


1989.



 De 145 a 150 cm.

 De 151 a 155 cm.

 De 156 a 160 cm.

 De más de 160 cm.

DESCRIPCION: EL 29% de los alumnos entrevistados tienen una estatura de más de 160cm, mientras que el 22% entre 156 y 160 cm.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1.

CUADRO No. 24

TEXTURA DEL PELO DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO _
MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATU
RA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

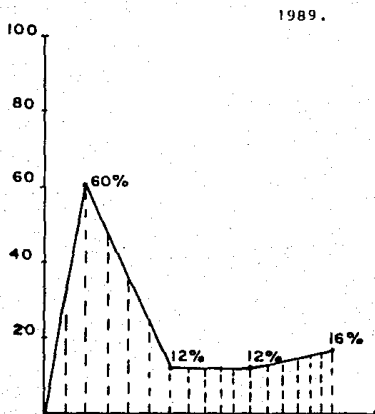
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
SEDOSO Y BRILLANTE AUNQUE NO UTILIZO TRATAMIENTO EN EL PELO.	60	60 %
GRASOSO Y UTILIZO SHAMPO PARA CABELLO GRASOSO.	12	12 %
ASPERO Y DIFICIL DE PEINAR.	12	12 %
RESECO Y MALTRATADO AUNQUE UTILIZO TRATAMIENTO PARA EL PELO.	16	16 %
T O T A L .	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 24

TEXTURA DEL PELO DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA,



60% Sedoso y brillante aunque no utilizo tratamientos en el

12% Grasoso y utilizo shampoo para cabello grasoso.

12% Aspero y difícil de peinar.

16% Reseco y maltratado aunque utilizo tratamientos para el pelo.

DESCRIPCION: El 60% de los alumnos entrevistados tienen un pelo sedoso y brillante, mientras que el 12% lo tiene aspero y difícil de peinar.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 25

ESTADO DE LA PIEL DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DE TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.

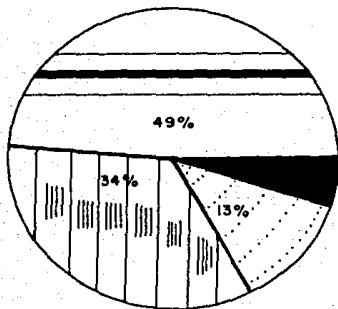
OPCIONES.	FRECUENCIA	%
SUAVE E HIDRATADA POR QUE TRATO DE CUIDARLA Y USAR CREMAS.	49	49 %
HIDRATADA PERO ASPERA POR QUE EL TRABAJO QUE REALIZO ESTROPEA LA PIEL.	34	34 %
ASPERA AUNQUE SIEMPRE UTILIZO ACEITE Y CREMA PARA LA PIEL.	4	4 %
MUY MALTRATADA PORQUE NO ME CUIDO LA PIEL CON ALGUN ACEITE.	13	13 %
T O T A L	100	100 %





fuelle : Misma cuadro número 1.

GRAFICA No. 25

ESTADO DE LA PIEL DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.



-  Suave e hidratada porque trato de cuidarla y usar cremas.
-  Hidratada pero aspera porque el trabajo que realizo estropea la piel.
-  Aspera aunque siempre utilizo aceite y crema para la piel.
-  Muy maltratada porque no me cuido la piel con algún aceite.

DESCRIPCION: El 49% de los alumnos entrevistados tiene una piel suave e hidratada mientras que el 4% la tiene aspera .

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 26

PROMEDIO DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.

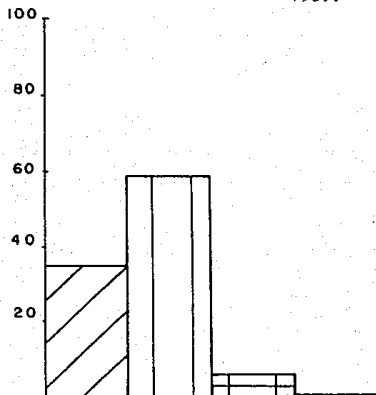
OPCIONES	FRECUENCIA	%
10 A 9 POR QUE SOY MUY APLICADO.	35	35 %
8 POR QUE EN OCASIONES NO ESTUDIO LO SUFICIENTE	59	59 %
7 POR QUE ADEUDO ALGUNAS MATERIAS	6	6 %
6 A 5 PORQUE NO HE ESTUDIADO Y DEBO MUCHAS MATERIAS.	0	--
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma de cuadro número 1.

GRAFICA No. 26

PROMEDIO DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO,
2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA
ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.



- ▨ 10 a 9 porque soy muy aplicado.
- ▤ 8 porque en ocasiones no estudio lo suficiente.
- ▥ 7 porque adeudo algunas materias.
- ▧ 6 a 5 porque no he estudiado y debo muchas materias.

DESCRIPCION; El 59% de los alumnos entrevistados tiene un promedio de 8 mientras que el 0% lo tiene de 6 a 5,

FUENTE: Misma del cuadro No. 1.

CUADRO No.27

PROMEDIO DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 _
 DEL TURNO VESPERTIRO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIO
 NAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

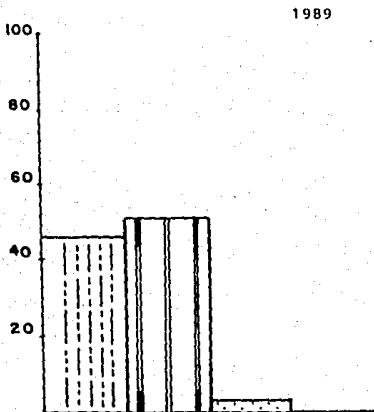
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
DE 9 PERO NO ESTOY SEGURO	46	46 %
CREO QUE ES ENTRE 8 Y 9 POR QUE ALGUNOS DEBEN MATERIAS.	51	51 %
ME PARECE QUE ES DE 6 A 5 PORQUE TODOS REPROBAMOS	3	3 %
NO SE CUAL ES EL PROMEDIO NI ME INETERESA CUAL ES.	0	--
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 27

PROMEDIO DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806
DEL TURNO VESPERTINO D NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA
NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA



- De 9 pero no estoy muy seguro.
- Creo que es entre 8 y 9 porque algunos deben materias.
- Me parece que es de 6 a 5 porque todos reprobamos.
- No se cual es el promedio ni me interesa cual es.

DESCRIPCION: El 51% de los alumnos entrevistados tiene un promedio grupal entre 8 y 9, mientras que el 0% no sabe cual es el promedio del grupo.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1.

CUADRO No. 28

LEXICO UTILIZADO POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.

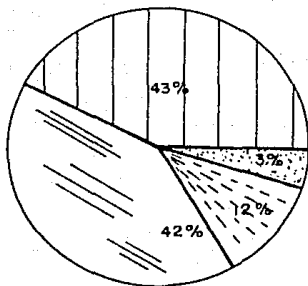
OPCIONES	FRECUENCIA	%
TECNICO PORQUE UTILIZO PALABRAS QUE HE APRENDIDO EN EL SALON.	43	43%
POCO TECNICO PERO SE ENTIENDE.	42	42%
POPULAR PORQUE NO ME GUSTA HABLAR CON PALABRAS TECNICAS	12	12%
VULGAR Y POPULAR POR QUE ES EL LENGUAJE DE LOS CUATES.	3	3%
T O T A L	100	100%

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 28

LEXICO UTILIZADO POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.



- ▤ Técnico porque utilizo palabras que he aprendido en el salón.
- ▧ Poco técnico pero se entiende,
- ▨ Popular porque no me gusta hablar con palabras técnicas.
- ▩ Vulgar y popular por que es el lenguaje de los cuates.

DESCRIPCION: El 43% de los alumnos entrevistados utilizan lenguaje técnico, mientras que el 3% lo habla de manera vulgar.

FUENTE: Misma del cuadro No. 8

CUADRO No. 29

PORCENTAJE DE LA APLICACION DE LA TEORIA EN LA PRACTICA DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

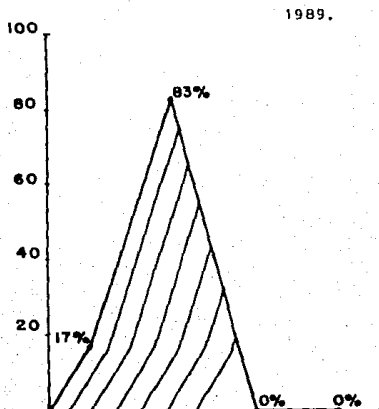
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
DE 100 % YA QUE SIEMPRE PONGO EN PRACTICA LO APRENDIDO.	17	17 %
DE 80 % PORQUE EN ALGUNAS SITUACIONES ES CUANDO APLICO LA TEORIA.	83	83 %
DE 50 % SOLO APLICO LA TEORIA ESPORADICAMENTE	0	--
MENOS DEL 50% PUES NO APLICO LA TEORIA EN LA PRACTICA.	0	--
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro, número 1.

GRAFICA No. 29

PORCENTAJE DE LA APLICACION DE LA TEORIA EN LA PRACTICA DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



17% De 100% ya que siempre pongo en práctica lo aprendido.
 83% De 80% porque en algunas situaciones es cuando aplico la teoría.
 0% De 50% sólo aplico la teoría esporádicamente.
 0% Menos del 50% pues no aplico la teoría en la práctica.

DESCRIPCION: El 83% de los alumnos entrevistados tienen un porcentaje de aplicación de la teoría un 80% en la practica mientras que el 0% sólo la aplica un 50%.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1.

CUADRO No. 30

MODIFICACION DE LA CONDUCTA DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

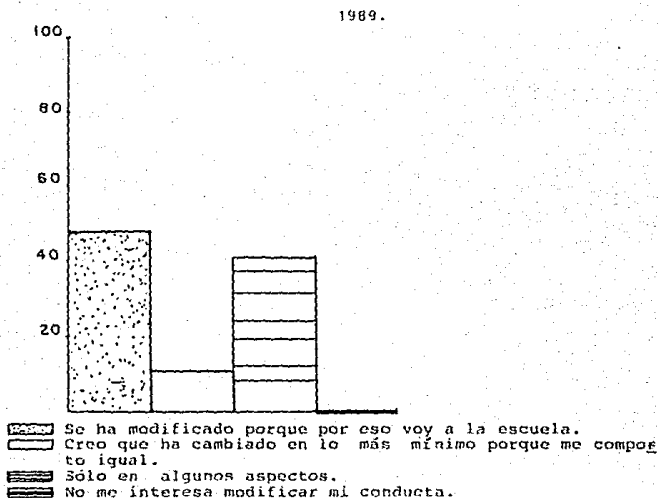
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
SE HA MODIFICADO PORQUE POR ESO VOY A LA ESCUELA.	48	48 %
CREO QUE HA CAMBIADO EN LO MAS MINIMO POR QUE ME COMPORTO IGUAL.	11	11 %
SOLO EN ALGUNOS ASPECTOS	41	41 %
NO ME INTERESA MODIFICAR MI CONDUCTA	0	--
T O T A L	100	100%

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 30

MODIFICACION DE LA CONDUCTA DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



DESCRIPCION: El 48% de los alumnos entrevistados han modificado su conducta, mientras que el 0% no tiene interés en la modificación de conducta.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 31

APORTACION DE CONOCIMIENTOS EN CLASE O EN PRACTICA POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBS-TETRICIA.

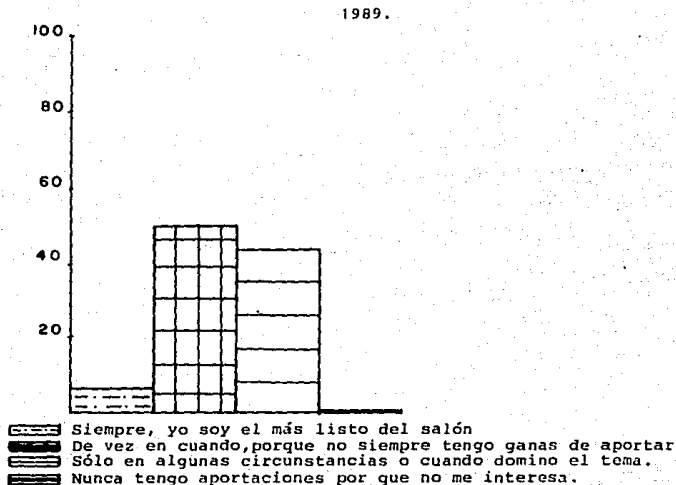
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
SIEMPRE YQ SOY EL MAS LISTO DEL SALON.	6	6 %
DE VEZ EN CUANDO PORQUE NO SIEMPRE TENGO GANAS DE APORTAR	50	50 %
SOLO EN ALGUNAS CIRCUNSTANCIAS O CUANDO DOMINO EL TEMA.	44	44 %
NUNCA TENGO APORTACIONES POR QUE NO ME INTERESA.	0	--
T O T A L.	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 31

APORTACION DE CONOCIMIENTOS EN CLASE O EN PRACTICA POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBS TETRICIA.



DESCRIPCION: El 50% de los alumnos entrevistados participa de vez en cuando en clase o práctica mientras que el 0% nunca participa.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 32

SURGUIMIENTO DE INQUIETUDES E INTERROGANTES EN LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

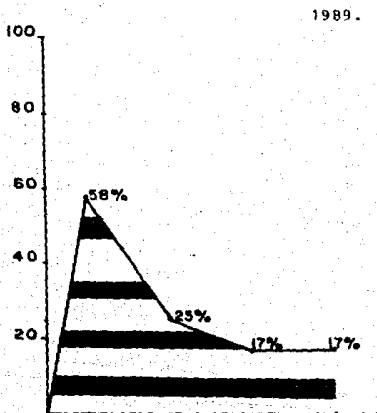
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
SIEMPRE QUE SE REALIZAN ALGUNOS PROCEDIMIENTOS NUEVOS.	58	58 %
SOLO CUANDO ME INTERESA ALGO Y NO ESTOY CANSADO.	25	25 %
ESPORIDICAMENTE CUANDO HAY ALGO INTERESANTE.	17	17 %
NUNCA PORQUE NO ME GUSTA LA CARRERA.	17	17 %
T O T A L	100	100%

Fuente : Misma de cuadro número 1.

GRAFICA No. 32

SURGIMIENTO DE INQUIETUDES E INTERROGANTES EN LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



- 58% Siempre que se realizan algunos procedimientos nuevos.
 25% Sólo cuando me interesa algo y no estoy cansado.
 17% Esporádicamente cuando hay algo interesante.
 17% Nunca porque no me gusta la carrera.

DESCRIPCION: El 58% de los alumnos entrevistados siempre tienen surgimiento de inquietudes e interrogantes, mientras que el 17% nunca las tiene.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 33

UTILIZACION DE METODOLOGIA PORLOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 ___
 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL
 LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA
 1989.

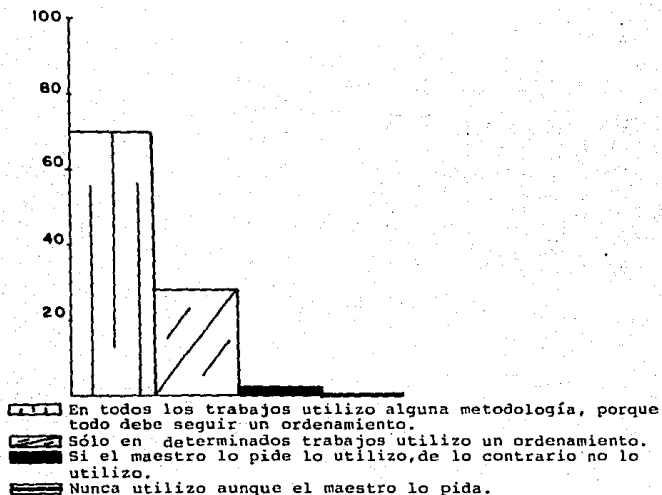
OPCIONES	FRECUENCIA	%
EN TODOS LOS TRABAJOS UTILIZO ALGUNA METOLOGIA POR QUE TODO DEBE SEGUIR UN ORDENAMIENTO.	70	70 %
SOLO EN DETERMINADOS TRABAJOS UTILIZO UN ORDENAMIENTO.	28	28 %
SI EL MAESTRO LO PIDE LO UTILIZO DE LO CONTRARIO NO LO UTILIZO.	2	2 %
NUNCA UTILIZO AUNQUE EL MAESTRO LAS PIDA	0	--
T O T A L	100	100%

Fuente : Misma del cuadro número 1

GRAFICA No. 33

UTILIZACION DE METODOLOGIA POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.



DESCRIPCION: El 70% de los alumnos entrevistados utilizan alguna metodología en sus trabajos, mientras que el 0% nunca la utiliza.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1.

CUADRO No. 34

CUMPLIMIENTO DE OBJETIVOS TRAZADOS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DE TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

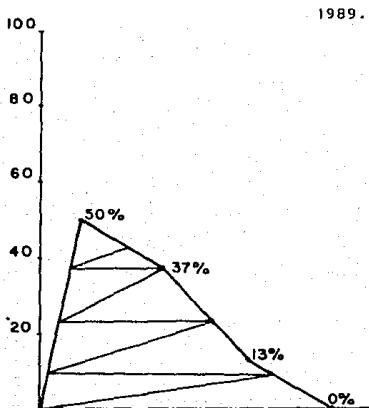
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
SIEMPRE TRATO DE CUMPLIR_		
LOS EN SU TOTALIDAD.	50	50 %
LOS CUMPLO CASI TODOS AUNQUE		
HAY ALUNOS QUE NO ME AGRADAN.	37	37 %
SOLO EN ALGUNAS OCASIONES LOS		
CUMPLO Y ES CUANDO ALGO ME		
INTERESA.	13	13 %
NI SIQUIERA TRAZO OBJETIVOS	0	--
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 34

CUMPLIMIENTO DE OBJETIVOS TRAZADOS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERÍA Y OBSTETRICIA.



50% Siempre trato de cumplirlos en su totalidad.

37% Los cumplo casi todos aunque hay algunos que no me agradan.

13% Sólo en algunas ocasiones los cumplo y es cuando algo me interesa.

0% Ni siquiera trazo objetivos.

DESCRIPCION: El 50% de los alumnos entrevistados siempre tratan de cumplir los objetivos trazados, mientras que el 0% ni siquiera traza objetivos.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 35

PORCENTAJE DE APROBACION DE LA EVALUCION DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

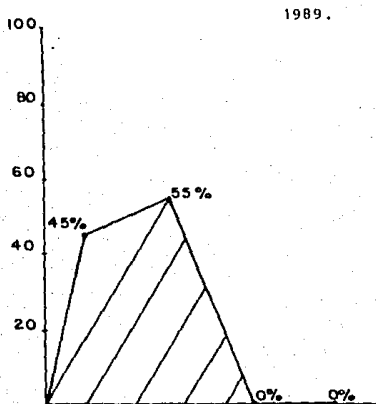
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
DE 100 % YA QUE NUNCA REPRUEBO	45	45 %
ES DE UN 80 % PUES REPROBE SOLO ALGUNAS EVALUACIONES	55	55 %
LA MITAD DE LAS EVALUACIONES QUE PRESENTO LAS REPRUEBO POR QUE NO ESTUDIO.	0	--
CASI TODAS LAS EVALUACIONES LAS REPROBE PORQUE NO ME INTERESA ESTUDIAR	0	--
T O T A L	100	100%

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 35

PORCENTAJE DE APROBACION DE LAS EVALUACIONES DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



45% De 100% ya que nunca reprobó.

55% Es de un 80% pues reprobó sólo algunas evaluaciones.

0% La mitad de las evaluaciones que presento las reprobé por que no estudio.

0% Casi todas las evaluaciones las reprobé porque no me interesa estudiar.

DESCRIPCION: El 55% de los alumnos entrevistados tienen un porcentaje de aprobación de las evaluaciones del 80% mientras que el 0% reprobó todas las evaluaciones.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 36

RETENCION DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO
2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA
ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

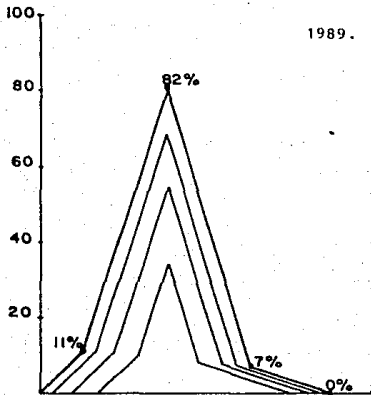
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
EL 100 % YA QUE CAPTO Y RETENGO TODO LO QUE ENSEÑAN EN LA ESCUELA	11	11 %
EL 80 % CASI SIEMPRE SE ME OLVIDA ALGUNOS DETALLES.	82	82 %
EL 50 % CASI SIEMPRE SE ME OLVIDA LA MITAD DE LA ENSEÑANZA.	7	7 %
MENOS DEL 50% YA QUE SOLO ME ACUER DO DE ALGUNAS SITUACIONES Y LO DEMAS SE ME OLVIDA	0	--
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 36

RETENCION DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



El 100% ya que capto y retengo todo lo que enseñan en la escuela.

El 80%, casi siempre se me olvida algunos detalles.

El 50% casi siempre se me olvida la mitad de la enseñanza.

Menos del 50% ya que solo me acuerdo de algunas situaciones y lo demás se me olvida.

DESCRIPCION: El 82% de los alumnos entrevistados tienen un porcentaje de retención del 80%, mientras que el 0% de menos de 50%.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 37

ACERVO CULTURAL DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO
MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIA
TURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

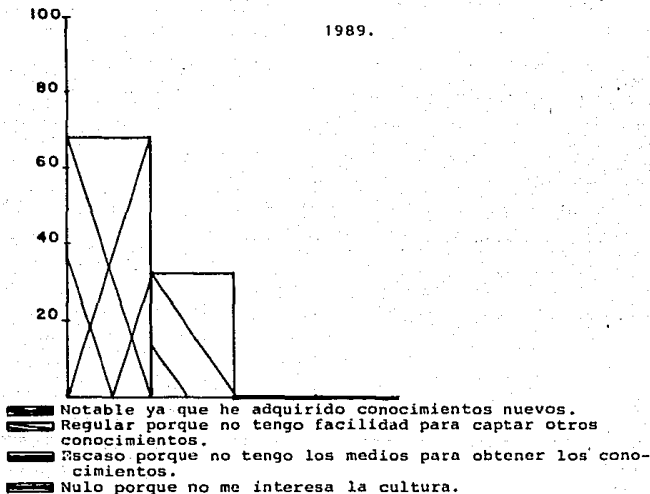
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
NOTABLE YA QUE HE ADQUIRIDO CONO CIMIENTOS NUEVOS	68	68 %
REGULAR PORQUE NO TENGO FACILIDAD PARA CAPTAR OTROS CONOCIMIENTOS	32	32 %
ESCASO PORQUE NO TENGO LOS MEDIOS PARA OBTENER LOS CONOCIMIENTOS	0	--
NULO PORQUE NO ME INTERESA LA CULTURA.	0	--
T O T A L	100	100 %

Fuente :Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 37

ACERVO CULTURAL DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



DESCRIPCION: El 68% de los alumnos entrevistados tienen un acervo cultural notable, mientras que el 0% lo tienen nulo ya que no les interesa la cultura.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 38

UTILIZACION DE PROCEDIMIENTOS EN LAS TECNICAS DE ENFERMERIA _
 POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y
 2806 DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERME
 RIA Y OBSTETRICIA.

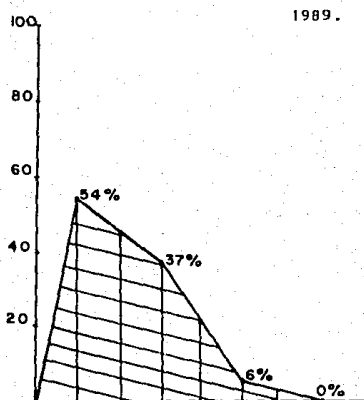
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
UTILIZO LAS TECNICAS ADECUADAS EN CADA PROCEDIMIENTO	54	54 %
UTILIZO TECNICAS ADECUADAS EN ALGUNOS PROCEDIMIENTOS	37	37 %
REALIZO LOS PROCEDIMIENTOS SIN TECNICA	6	6 %
MEJOR NO REALIZO NINGUN PROCEDI MIENTO.	0	--
T O T A L	100	100%

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 38

UTILIZACION DE PROCEDIMIENTOS EN LAS TECNICAS DE ENFERMERIA POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



54% Utilizo las técnicas adecuadas en cada procedimiento.
 37% Utilizo técnicas adecuadas en algunos procedimientos.
 6% Realizo los procedimientos sin técnica.
 0% Mejor no realizo ningún procedimiento.

DESCRIPCION: El 54% de los alumnos entrevistados utilizan técnicas de enfermería en cada procedimiento, mientras que el 0% mejor no realiza ningún procedimiento.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 39

IMPLEMENTACION DE TECNICAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 280 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

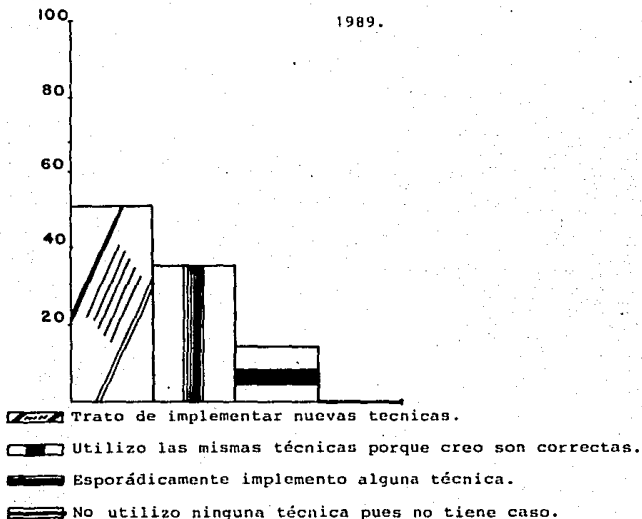
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
TRATO DE IMPLEMENTAR NUEVAS TECNICAS	51	51 %
UTILIZO LAS MISMAS TECNICAS PORQUE CREO SON CORRECTAS	35	35 %
ESPORADICAMENTE IMPLEMENTO ALGUNA TECNICA	14	14 %
NO UTILIZO NINGUNA TECNICA PUES NO TIENE CASO	0	--
T O T A L	100	100 %

Fuente : Misma del cuadro numero 1.

GRAFICA No. 39

IMPLEMENTACION DE TECNICAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



DESCRIPCION: El 51% de los alumnos entrevistados tratan de implementar nuevas técnicas, mientras que el 0% no utiliza ninguna técnica porque no tiene caso.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No.40

PARTICIPACION DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

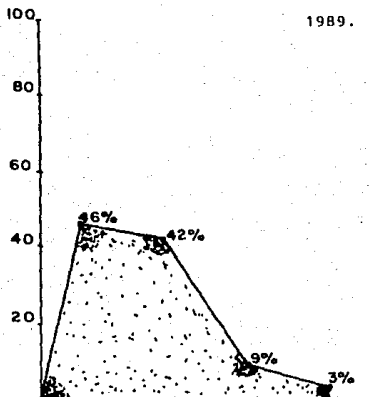
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
PARTICIPACION CONTINUA PORQUE ME GUSTA PARTICIPAR	46	46 %
PARTICIPACION ESPORADICA Y SOLO CUANDO EL TEMA SEA DE INTERES	42	42 %
SOLO ESCUCHO Y NO PARTICIPO	9	9 %
NO ME GUSTA PARTICIPAR, NO ME INTERESA HACERLO	3	3
T O T A L	100	100

Fuente: Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 40

PARTICIPACION DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUU
TINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA
DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



- 46% Participación continua porque me gusta participar.
 42% Participación esporádica y sólo cuando el tema sea de interés
 9% Sólo escucho y no participo.
 3% No me gusta participar, no me interesa hacerlo.

DESCRIPCION: El 46% de los alumnos entrevistados tiene una par
ticipación continua, mientras que el 3% no le
gusta participar ni le interesa hacerlo.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 41

APORTACION DE CONOCIMIENTOS EN LA PARTICIPACION GRUPAL Y EL LA REALIZACION DE PROCEDIMIENTOS DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBS TETRICIA.

1989.

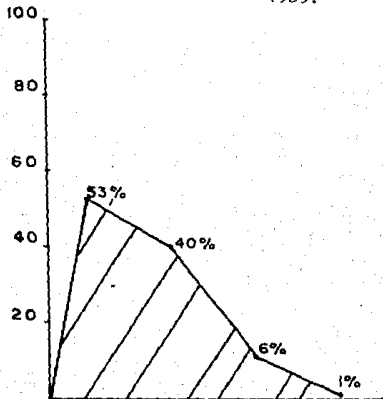
OPCIONES	FRECUENCIA	%
CONSIDERO QUE APORTO IDEAS NUEVAS YA QUE CON MI PARTICIPACION SURGEN INQUIETUDES.	53	53%
SOLO ESPORADICAMENTE CUANDO CONSIDERO QUE TENGO CONOCIMIENTOS DEL TEMA	40	40%
NUNCA PARTICIPO NI APORTO NADA PORQUE NO ME INTERESA	6	6%
CASI NUNCA PARTICIPO NI HAGO APORTACIONES PORQUE SOY TIMIDO	1	1%
T O T A L	100	100

Fuente: Misma del cuadro número 1

GRAFICA No. 41

APORTACION DE CONOCIMIENTOS EN LA PARTICIPACION GRUPAL Y EN LA REALIZACION DE PROCEDIMIENTOS DE LOS ALUMNOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.



- 53% Considero que apporto ideas nuevas ya que con mi participación surgen inquietudes.
 40% Sólo esporádicamente cuando considero que tengo conocimientos del tema
 6% Nunca participo ni apporto nada porque no me interesa.
 1% Casi nunca participo ni hago aportaciones porque soy tímido.

DESCRIPCION: El 53% de los alumnos entrevistados considera que aporta ideas nuevas, mientras que el 1% casi nunca participa porque es muy tímido.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 42

MATERIAS NO ACREDITAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL
 TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL VESPERTINO DE LA ESCUELA NACIO
 NAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
TODAS ESTAN ACREDITADAS AUNQUE SEA CON BAJA CALIFICACION	88	88 %
NO HE ACREDITADO DOS ASIGNATURAS	7	7 %
NO HE ACREDITADO DE 3 A 5 MATERIAS	5	5 %
DEBO DE 6 A 10 MATERIAS	0	—
T O T A L	100	100

Fuente : Misma de cuadro número 1.

CUADRO No. 43

APORTACION DE CONOCIMIENTOS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ECUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

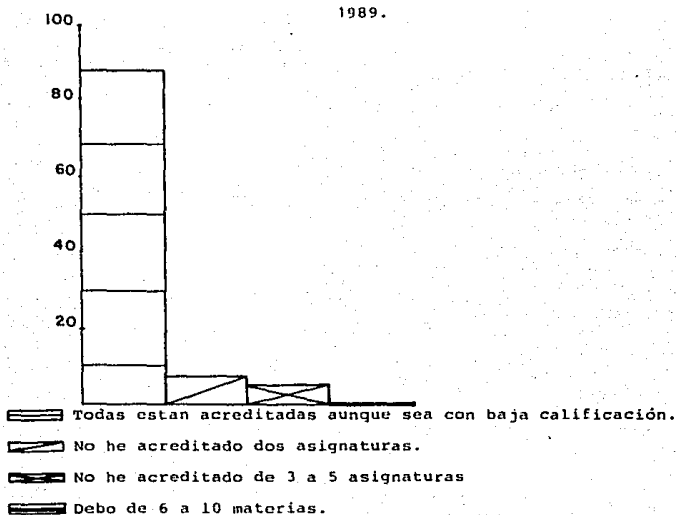
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
SI PORQUE TRATO DE ADQUIRIR CONO_		
CIMIENTOS NUEVOS	69	69 %
NO ME INTERESA TENER CONOCIMIENTOS	13	13 %
ESPORADICAMENTE LEO ALGO PARA AD_		
QUIRI CONOCIMIENTOS	4	4 %
NO TENGO TIEMPO NI LOS MEDIOS NECE_		
SARIOS PARA NUEVOS CONOCIMIENTO.	14	14 %
T O T A L	100	100

Fuente : Misma de cuadro número 1

GRAFICA No. 42

MATERIAS NO ACREDITADAS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



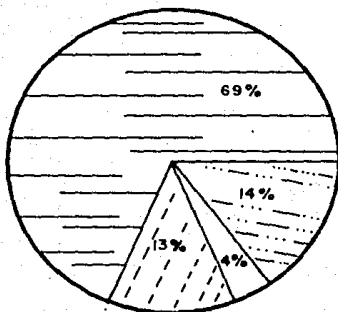
DESCRIPCION: El 88% de los alumnos entrevistados tienen acreditadas todas las materias, mientras que el 0% debe de 6 a 10 materias.





FUENTE: Misma del cuadro No. 1.

GRAFICA No. 43

APORTACION DE CONOCIMIENTOS POR LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.



-  Si porque trato de adquirir conocimientos nuevos.
-  No me interesa tener conocimientos
-  Esporádicamente leo algo para adquirir conocimientos.
-  No tengo tiempo ni los medios necesarios para adquirir nuevos conocimientos.

DESCRIPCION: El 69% de los alumnos entrevistados siempre tienen aportación de conocimientos nuevos, mientras que el 4% sólo esporádicamente.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 44

IDEAS Y FORMAS DE PENSAR DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL
 TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LI_
 CENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

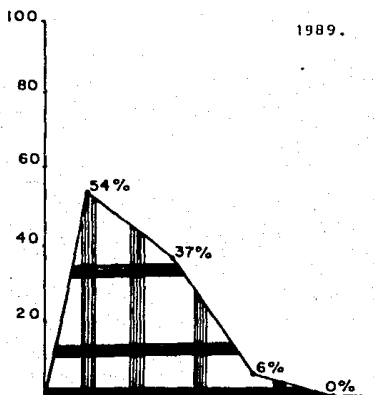
1989.

OPCIONES	FRECUENCIA	%
SIEMPRE AL EXTERNAR MI FORMA DE PENSAR LO HAGO CON LOGICA	54	54 %
ME CUESTA TRABAJO YA QUE EN ALGU NAS SITUACIONES LO HAGO DE MANERA DIFERENTE	37	37 %
NUNCA EXPRESO MIS IDEAS DE MANERA LOGICA YA QUE NO ME GUSTA	6	6 %
ESPORADICAMENTE SURGEN DE MIMENTE IDEAS Y PENSAMIENTOS ACORDES A LA REALIDAD	0	--
T O T A L	100	100

Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 44

IDEAS Y FORMAS DE PENSAR DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.



- 54% Siempre al externalizar mi forma de pensar lo hago con lógica.
 37% Me cuesta trabajo ya que en algunas situaciones lo hago de manera diferente.
 6% Nunca expreso mis ideas de manera lógica ya que no me gusta
 0% Esporádicamente surgen de mi mente ideas y pensamientos acordes a la realidad.

DESCRIPCION: El 54% de los alumnos entrevistados siempre tienen ideas y su forma de pensar es lógica, mientras que el 0% esporádicamente las tienen.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

CUADRO No. 45

SURGIMIENTO DE IDEAS DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL _
 TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LI_
 CENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.

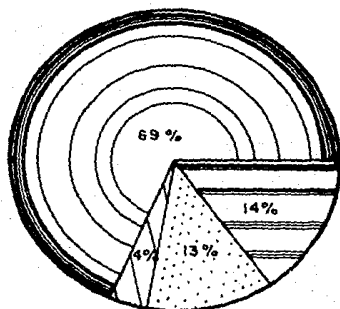
OPCIONES	FRECUENCIA	%
SIEMPRE HAY EN MI SURGUIMIENTO DE IDEAS NUEVAS YA QUE GRALMENTE. ME PREOCUPO POR INVESTIGAR.	69	69 %
NO ME INTERESA EL TENER NUEVAS IDEAS	4	4 %
ESPORADICAMENTE ME SURGEN NUEVAS IDEAS.	13	13 %
ME CUESTA TRABAJO PENSAR NUEVAS IDEAS A PESAR DE TRATAR DE HACERLO	14	14 %
T O T A L	100	100





Fuente : Misma del cuadro número 1.

GRAFICA No. 45

SURGIMIENTO DE IDEAS DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.



-  Siempre hay en mi surgimiento de ideas nuevas ya que generalmente me preocupo por investigar.
-  No me interesa el tener nuevas ideas.
-  Esporádicamente me surgen nuevas ideas.
-  Me cuesta trabajo pensar nuevas ideas a pesar de tratar de hacerlo.

DESCRIPCION: El 69% de los alumnos entrevistados siempre tienen surgimientos de ideas, mientras que el 4% no tiene porque no le interesa tenerlas.

FUENTE: Misma del cuadro No. 1

4.3 COMPROBACION DE HIPOTESIS.

La comprobación de hipótesis se realiza mediante el coeficiente de correlación de Pearson, ya que permite medir la influencia que existe entre las variables establecidas.

De esta manera y con una muestra de 100 encuestas aplicadas, se concentraron los datos en la tabla No.1, que a continuación se presenta y que contiene para:

"X" ALIMENTACION DE LOS ALUMNOS Y "Y" APRENDIZAJE DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

TABLA No. 1

TABLA MATRIZ DE CONCENTRACION DE DATOS DE LA VARIABLE "X" ALIMENTACION DE LOS ALUMNOS Y "Y" APRENDIZAJE DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

1989.

ITEMS	"X"	X	ITEMS	"Y"	Y	X.Y
1	62	3844	21	59	3481	3658

2	64	4096	22	51	2601	3264
3	34	1156	23	43	1849	1462
4	42	1764	24	83	6889	3486
5	55	3025	25	48	2304	2640
6	35	1225	26	50	2500	1750
7	63	3969	27	58	3364	3654
8	37	1369	28	70	4900	2590
9	51	2601	29	50	2500	2550
10	41	1681	30	55	3025	2255
11	65	4225	31	82	6724	5330
12	64	4096	32	68	4624	4352
13	63	3969	33	54	2916	3402
14	96	9216	34	35	1225	3360
15	60	3600	35	46	2116	2760
16	78	6084	36	53	2809	4134
17	29	841	37	88	7744	2552
18	29	841	38	69	4761	2001
19	60	3600	39	69	4761	4140
20	34	1156	40	54	2916	1836

TOTAL $\Sigma X=1062$ $\Sigma X^2=62358$ $\Sigma Y=1185$ $\Sigma Y^2=74009$ $\Sigma X \cdot Y=61176$

Con los resultados anteriores se desarrolla la siguiente fórmula de Pearson:

$$Y = \frac{n \sum x.y - (\sum x) (\sum y)}{\sqrt{[n \sum x^2 - (\sum x)^2] [n \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

que en el despeje resulta:

$$Y = \frac{(100) (61176) - (1062) (1185)}{\sqrt{[(100) (62358) - (1062)^2] [(100) (74009) - (1185)^2]}}$$

$$Y = \frac{6117600 - 1258470}{\sqrt{(6235800 - 1127844) (7400900 - 1404225)}}$$

De donde:

$$Y = \frac{4859130}{\sqrt{(5107956)(5996675)}}$$

$$Y = \frac{4859130}{\sqrt{30630752}}$$

$$Y = \frac{4859130}{5534505}$$

$Y = .8779$

Por lo tanto, al resultar un coeficiente de "r" = .8779, con correlación fuertemente positiva, se comprueba la hipótesis de trabajo que dice:

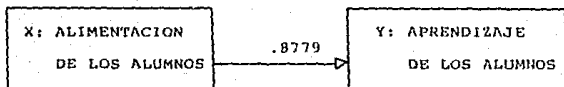
H₂ : A mejor alimentación, mayor será el aprendizaje de los alumnos del grupo 2804 del turno matutino, 2805 y 2806 del turno vespertino del nivel licenciatura de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Nacional Autónoma de México.

Así mismo, al localizar la tabla F con valores de "r" a los niveles de confianza de .05 da un $r_{f} = .2050$ que para un "n" de más de 90. se comprueba la hipótesis de trabajo H y la hipótesis general que dice:

H₁ : La alimentación ejerce una influencia positiva en el aprendizaje de los alumnos del grupo 2804 del turno matutino, 2805 y 2806 del turno vespertino de nivel licenciatura de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Nacional Autónoma de México.

POR LO ANTERIOR DA COMO RESULTADO QUE LA ALIMENTACION ES UNA VARIABLE DETERMINANTE E INCLUYE POR TANTO EN EL APRENDIZAJE DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

Como consecuencia de esto, el modelo de relación comprobado resulta:



Por lo tanto, se rechaza la hipótesis Nula que dice:

H_0 : No existe ninguna relación entre la alimentación y el aprendizaje de los alumnos del grupo 2804 del turno matutino, 2805 y 2806 del turno vespertino de nivel licenciatura de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia de Universidad Nacional Autónoma de México.

4.4 ANALISIS E INTERPRETACION DE RESULTADOS.

En el cuadro No. 1 se muestra que la mayoría de las personas entrevistadas tienen de 21 a 25 años lo que indica que la población estudiantil de la ENEO es gente joven, por lo que son más susceptibles a deficiencias alimentarias.

En el cuadro No. 2 se muestra que el sexo de las personas entrevistadas, la mayor parte es del sexo femenino siendo éste un

86% y 14% corresponde al sexo masculino, lo que demuestra que se está dejando la idea de que la carrera de enfermería es una profesión femenina ya que se están incorporando a ella estudiantes del sexo masculino.

El cuadro No. 3 correspondiente al estado civil de las personas entrevistadas, se muestra que en su mayoría son solteros, con un 80% de frecuencia y sólo el 20% de frecuencia son casados, reflejando que la ideología de los estudiantes se ha modificado en el sentido de que la mujer debe tener como única meta el matrimonio.

En el cuadro No. 4 se muestra la ocupación de los alumnos mostrando que el 66% de ellos sólo se dedican a estudiar y el 34% estudia y trabaja, con lo que se cree que estos últimos resultan ser más susceptibles a deficiencias alimenticias.

En el cuadro No. 5 correspondiente al turno de los alumnos, nos muestra que el 60% se encuentra cursando la carrera en el turno vespertino y el 40% corresponden al turno matutino, entrevistando a una gran mayoría del turno vespertino, ya que se ha observado que en este turno, que los alumnos presentan mayor problema de alimentación lo cual repercute en el aprendizaje.

En el cuadro No. 6 que corresponde a la calidad de alimentos que ingieren los alumnos, nos muestra que el 62% consume alimentos nutritivos y el 10% los consume sin ningún nutriente.

lo que indica que estos tienen una alimentación nutritiva y balanceada.

En el cuadro No. 7 se muestra que la cantidad de alimentos que ingieren los alumnos es insuficiente con un 64% de los casos, ya que sólo comen y cenan pero no desayunan, ya sea por que asisten a la escuela o porque trabajan en la mañana.

En el cuadro nO. 8 respectivo al horario de la alimentación de los alumnos, estos suelen comer cuando tienen tiempo y estos es muy común debido a las actividades que realizan.

En el cuadro No. 9 se muestra que el lugar más frecuente donde ingieren sus alimentos los alumnos es en su casa y en la cafetería de la escuela ya que es en esta en donde permanecen la mayor parte del tiempo.

En el cuadro No. 10 respectivo a los ingresos mensuales de los alumnos, muestra que la población estudiantil de la ENEO, es de nivel socioeconómico medio bajo lo que repercute en el tipo de alimentación que estos ingieren.

En el cuadro No. 11 se muestra que los egresos económicos de los alumnos son numerosos teniendo estos demasiados gastos, esto debido a que aportan para el gasto familiar, aunando a esto que deben costearse sus estudios disminuyendo el poder adquisitivo de los alimentos, lo que repercute en la alimentación diaria de estos.

En el cuadro No. 12 se muestra que los alumnos consumen con frecuencia alimentos que contienen vitaminas, ingiriéndolos tres veces por semana y es porque los ingresos económicos no alcanzan para comerlos diario.

En el cuadro No. 13 se muestra que se trata de consumir con frecuencia alimentos que contienen proteínas porque se debe llevar una dieta balanceada, lo que resulta difícil por los ingresos económicos que perciben y el alza de los precios.

En el cuadro No. 14 se muestra que el consumo de alimentos con hidratos de carbono es muy frecuente, ya que los alumnos están acostumbrados, a la ingestión de alimentos que tienen alto contenido de harinas como son, frituras de maíz y galletas, siendo éstos los más vendidos en la escuela y lugares comerciales.

En el cuadro No. 15 se muestra que no es muy frecuente la ingestión de alimentos, porque se trata de evitar la ingestión de los mismos, ya que son la causa de múltiples enfermedades.

En el cuadro No. 16 se muestra que la frecuencia en la ingestión de alimentos que contienen minerales es regular porque no se cuentan con los recursos económicos para adquirirlos o la orientación de la importancia que tiene el consumo de los mismos.

En el cuadro No. 17 se muestra que los alumnos tienen el hábito de ingerir comidas completas, siendo generalmente lo que se acostumbra, aunque en ocasiones no se pueda cumplir por falta de dinero y tiempo.

En el cuadro No. 18 se muestra que los sitios donde los alumnos acostumbran ingerir sus alimentos es en su casa, porque la comida es higiénica, aunque por lo general ésto no se lleva a cabo debido a la falta de tiempo, obligandolos a consumirlos en lugares diferentes.

En el cuadro No. 19 se muestra que los alumnos no tienen creencias culturales, que los obligue a no ingerir todo tipo de alimentos, esto es por que en la actualidad se tiene mayor independencia de los tabues culturales en ese aspecto.

En el cuadro No. 20 se muestra que los alumnos no utilizan dietas reductivas ya que no tienen ninguna utilidad, esto es porque a su edad son muy pocas las personas que necesiten utilizarlas.

En el cuadro No., 21 se muestra que el estado de salud de los alumnos es buena ya que nunca se enferman, pues por ser gente joven tienen mayor resistencia ante las enfermedades.

En el cuadro No. 22 se muestra que el 29% de los alumnos tienen un peso corporal de 56 a 64 Kg, lo que demuestra que la mayoría de estos son delgados porque así es su complexión o por

que no ingieren la cantidad de alimentos suficientes para la obtención de un peso ideal.

En el cuadro No. 23 se muestra que el 29% de los alumnos tienen una estatura de más de 1.60 cm, lo que significa que son personas con estatura mediana, pero eso no quiere decir que sean individuos saludables ya que esto no se ve influenciado de manera importante por la alimentación.

En el cuadro No. 24 se muestra que el 60% de los alumnos entrevistados tienen el pelo sedoso, esto se debe al tipo de alimentación que ingieren y al cuidado que se proporcione al cabello.

En el cuadro No. 25 se muestra con 49% que el estado de la piel de los alumnos es suave e hidratada porque tratan de cuidarla usando cremas aunque esto de nada servirá si no se ingieren alimentos que ayuden a conservarla en ese estado.

En el cuadro No. 26 se muestra con 59% que el promedio de los alumnos es de 8 lo que demuestra que el nivel de provechamiento es bueno, con lo cual se refleja que existe cierto aprendizaje de los conocimientos que se imparten.

En el cuadro No. 27 se muestra que el promedio de los grupos es entre 8 y 9 con 51% lo indica que el proceso enseñanza aprendizaje esta presente en los integrantes de cada grupo.

En el cuadro No. 28 con 43% se muestra que el léxico utilizado por los alumnos es técnico porque es el que se necesita para el entendimiento de las clases y su desarrollo.

En el cuadro No. 29 se muestra que el 83% de los alumnos aplica la teoría en la práctica en un 80% de los casos ya que lo hace sólo en algunas situaciones y esto se debe a que el alumno no le falta seguridad y confianza en sí mismo, además que en ocasiones le resulta más fácil no aplicarla.

En el cuadro No 30 se muestra con 48% que se ha modificado la conducta de los alumnos lo que indica que la enseñanza impartida ha fructificado en ellos.

En el cuadro No. 31 se muestra con 50% que la aportación de conocimientos en clase o en practica tienen regular frecuencia y esto se debe a que no se motiva adecuadamente a los alumnos aunado a esto son tímidos y les cuesta trabajo participar.

En el cuadro No. 32 se muestra con 58% que los alumnos tienen surgimientos de interrogantes e inquietudes siempre que realizan procedimientos nuevos porque los alumnos son individuos inquietos y con deseos de superarse profesionalmente.

En el cuadro No. 33 se muestra con 70% que los alumnos utilizan metodología en todos los trabajos que elabora porque a los de la carrera se les ha enseñado la metodología ya que facilita la elaboración de investigaciones trabajos en general.

En el cuadro No. 34 se muestra con 50% que los alumnos tratan de cumplir en su totalidad los objetivos trazados, porque el cumplimiento de los mismos refleja que el aprendizaje de los alumnos aunque no todos se cumplen ya que cada individuo tiene intereses propios y como son personas inquietas tratan de superarte.

En el cuadro No. 35 se muestra con un 55% que el % aprobación de las evaluaciones de los alumnos es de 80% ya que sólo las rebrueban en algunas ocasiones porque en realidad se les proporcionan todas las facilidades de aprobarlos elaborando guía de estudio, etc.

En el cuadro N. 36 se muestra que la retención de conocimientos de los alumnos es del 80%, ya que se les olvida sólo algunos detalles lo cual es común porque no siempre se tienen presente todos los conceptos.

En el cuadro No. 37 se muestra que el acervo cultural de los alumnos es notable con 68% porque como se sabe unas de las finalidades de las escuela es proporcionar conocimientos nuevos a los estudiantes y estos se aceptaran y asimilar siempre y cuando estos pongan de su parte.

En el cuadro No. 38 se muestra con 54% que los alumnos utilizan las técnicas adecuadas en cada procedimientos esto es porque al realizar sus prácticas cuentan siempre con la supervisión de docentes designadas por la ENEO, además an-

tes de la práctica se les proporciona la teoría.

En el cuadro No. 39 respectivo a la implementación de técnicas se muestra con 51% que los alumnos tratan de implementarlas hasta donde sus aptitudes llegan esto es porque si se les impulsa y encamina de manera adecuada éstos tendrán conocimiento y la seguridad para realizarlos.

En el cuadro No. 40 se muestra con 46% que los alumnos participan en las clases de manera continua porque son individuos a quienes les gusta participar y además se les debe de estimular para que lo sigan haciendo.

En el cuadro No. 41 se muestra se muestra con 53% que los alumnos aportan ideas nuevas porque se les motiva para hacerlo, es decir se les estimula constantemente para recibir de ellos una respuesta positiva en su beneficio propio.

En el cuadro No. 42 se muestra que 88% de los alumnos tienen acreditadas todas las asignaturas porque como los semestres son seriados tienen que aprobar las materias; el promedio de los alumnos es bueno haciendo suponer que son mínimos los alumnos con gran número de materias no acreditadas.

En el cuadro No. 43 se muestra que el 69% de los alumnos tienen aportación de conocimientos hacia el grupo, ya que la finalidad de los profesores no es sólo de proporcionar los medios y conocimientos a los alumnos sino que se trata de evi-

sividad motivándolos.

En el cuadro No. 44 se muestra que el 54% de los alumnos siempre expresan sus ideas y formas de pensar, mientras que el 37% son personas a las que se les dificulta expresar su forma de pensar, a estas se les debe estimular de tal manera que puedan expresar sus ideas sin dificultad.

En el cuadro No. 45 se muestra con 69% que los alumnos siempre tienen surgimiento de ideas nuevas, ya que es gente con inquietudes y deseos de superación personal.

5. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES

En la presente tesis se investigaron dos aspectos fundamentales: La alimentación y El Aprendizaje de los alumnos de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia. En este marco se hizo una combinación de estas dos variables, logrando así la obtención de un panorama general y la importancia que tiene la alimentación y el aprendizaje en el desarrollo cognoscitivo de cualquier persona.

De esta investigación se presentan las siguientes conclusiones:

-Al analizar como influye la alimentación en el aprendizaje de los alumnos, se muestra que es parte fundamental en el proceso de aprendizaje, ya que al no ingerir los aportes nutricionales necesarios para el buen funcionamiento del organismo, existe un desequilibrio en el proceso de salud-enfermedad.

-Las diversas manifestaciones de deficiente aporte calórico en los individuos son la somnolencia, distracción, inquietud, escasa retención de los conocimientos impartidos en clase, entre otros, afectando el aprendizaje ya que deben existir características para el logro de esto, tales como: máxima atención del alumno y explicaciones explícitas y acordes con la realidad por parte del profesor.

-Mientras no exista una alimentación balanceada en los alumnos

desde su nacimiento y a lo largo de su vida es muy difícil el logro de un desarrollo cognoscitivo de los individuos en el proceso enseñanza-aprendizaje.

-A medida que los alumnos logren una buena alimentación mejorará notablemente el nivel académico de éstos, propiciando así un desarrollo profesional satisfactorio para él y la sociedad en que vive.

-Se observó que la base de la alimentación en los alumnos son alimentos con bajo aporte nutricional, ya que consumen en su mayoría hidratos de carbono (frituras de maíz, galletas, tortas, etc.) con lo cual se rompe con la función básica de la alimentación, la cual es un conjunto de funciones armónicas y solidarias entre sí que tienen por objeto conservar la vida, mantener la integridad de la materia para así tener un ser activo mentalmente.

-El aprendizaje de los alumnos de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia, se ve influenciado por la alimentación, y esta a su vez es afectada por distintos factores de carácter político, económico y cultural de la sociedad en que se vive, ya que dependiendo de la política existente, a la capacidad de adquisición de los productos y a las creencias culturales será la ingestión de los diferentes alimentos.

-En la presente tesis la metodología de la investigación incluyó, las respuestas tentativas al problema de trabajo, así como sus variables, las cuales adquirieron valores cuantitativos y cualitativos lo que sirvió para guiar la tesis a lo largo de la investigación.

-La alimentación ejerce una influencia positiva en el aprendizaje de los alumnos de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia, ya que la alimentación es un elemento fundamental para el proceso del aprendizaje de los individuos.

-Para comprobar los datos obtenidos fue necesario extrapolar los resultados obtenidos de la muestra del total de la población, mediante factores de correlación ya establecidos estadísticamente.

-Al realizar la comprobación de la hipótesis, se descartó la hipótesis nula y se comprobó ampliamente la hipótesis de trabajo, la cual dice lo siguiente: A una mejor alimentación, mayor será el aprendizaje de los alumnos; realizando el análisis e interpretación de los resultados.

-Al comprobarse la hipótesis de trabajo se concluye que los objetivos propuestos al inicio de la tesis se cumplieron satisfactoriamente.

5.2. RECOMENDACIONES

- Entrevistar en investigaciones posteriores a individuos de menor edad para enriquecer la información y llegar al origen del problema.
- Proporcionar orientación sobre la carrera para desechar la idea de que es sólo para mujeres, logrando así la incorporación del sexo masculino.
- Dedicarse a estudiar la carrera mientras se es soltero ya que resulta menos difícil y se tiene una mejor alimentación.
- Facilitar a los alumnos la oportunidad de trabajar en área de la salud, además de estudiar.
- Proporcionar horarios accesibles para permitir al alumno la realización de otras actividades.
- Orientación sobre la importancia que tiene el consumo de alimentos de buena calidad (con aporte nutricional).
- Procurar que las cantidades de alimentación sean las adecuadas, es decir que se consuman las tres comidas al día.
- Informar sobre la importancia que tiene el mantener un horario en la alimentación y comentarlo con los profesores para que sean más flexibles para otorgar un receso de manera oportuna en la clase para la ingestión de alimentos.

-Evitar la ingestión de alimentos en cualquier sitio procurando asistir sólo a lugares confiables, además de esta forma se evitarán un sin número de enfermedades las cuales pueden llegar a poner en peligro la vida del individuo.

-Orientación sobre alimentos nutritivos y de bajo costo, para que puedan ser adquiridos.

-Información sobre la importancia que tiene la ingestión de frutas de temporada ya que estas son más baratas y complementan la alimentación.

-Informar sobre la necesidad de no realizar gastos innecesarios y que siempre antes de comprar cualquier mercancía se deben de comparar precios, recordando que el más caro no siempre es el mejor.

-Informar sobre la importancia del consumo de alimentos que contienen vitaminas haciendo énfasis en que se deben ingerir regularmente.

-Informar sobre la importancia del consumo de alimentos que contienen proteínas y que no sólo la carne de res la contiene sino orientar que tipo de alimentos la contienen y con que se puede substituir.

-Informar y orientar a los individuos para que disminuyan la in

ingestión de hidratos de carbono ya que sólo engordan y no les nutre lo suficiente.

-Orientar para que se consuma la cantidad adecuada de grasas para que se eviten múltiples enfermedades.

Orientación sobre los alimentos que contienen minerales y cuales son los que se pueden adquirir a mejor precio y son de mejor calidad.

-Proporcionar orientación a los alumnos para que adquieran el hábito de comer comidas completas y eviten la ingestión de alimentos chatarra los cuales además de no nutrir ponen en peligro su salud.

-Que la escuela de enfermería cuente con un comedor en donde se proporcionen alimentos nutritivos a los alumnos a precios accesibles.

-Informar a los alumnos que en ocasiones algunas creencias sobre los alimentos originan que éstos no sean ingeridos con lo que puede tener problemas de salud.

-Orientar sobre el uso de dietas reductivas, las ventajas y desventajas de las mismas, sin olvidar que estas deben estar supervisadas por un médico.

-Que en la escuela exista un servicio de atención médica para los alumnos en donde sean atendidos de manera oportuna.

-Proporcionar orientación a los alumnos sobre los problemas que se tienen por el aumento o disminución de peso corporal.

-Información a los alumnos que la estatura no es determinante para el nivel nutricional, ya que el ser un individuo con gran estatura no significa que se este bien alimentado, así como también el ser bajo de estatura no quiere decir que no se este alimentado adecuadamente.

-Informar sobre los tratamientos existentes para el cabello y de cómo repercute la mala alimentación en el estado del pelo.

-Orientar a los alumnos para que tengan una piel hidratada y suave es necesario la ingestión de una dieta balanceada, además de gran cantidad de agua para que ayude a mantener la piel hidratada y suave.

-Informar a los alumnos que un promedio no lo es todo, ya que es más importante que ellos entiendan y pongan en práctica sus conocimientos.

-Darles a los alumnos que para obtener un promedio grupal aceptable es necesario la participación de todos y cada uno de los miembros del grupo.

Orientar a los alumnos que es necesario expresar sus ideas en forma clara utilizando la terminología correcta en cada ex pre-

ción, ya que esta es la forma en la cual se familiarizará con ella.

-Orientar de manera adecuada apoyando a los alumnos para que adquieran seguridad en sí mismos y apliquen la teoría en la práctica y los procedimientos los realicen con fundamentación científica.

-No tratar de cambiar la conducta de los alumnos totalmente, sino que hay que encausarlos para que ellos solos y de manera paulatina modifiquen la conducta en beneficio propio y de quienes le rodean.

-Proporcionar a los alumnos los medios necesarios para que exista mayor aportación de conocimientos en las clases y éstas sean amenas y agradables.

-Propiciar que los alumnos tengan surgimientos de inquietudes e interrogantes proporcionando seguridad de los alumnos para que sean capaces de externar sus interrogantes.

-Que impartan en las asignaturas correspondientes metodología con todas sus características para proporcionar al alumno los elementos necesarios que sirvan para la utilización de la misma.

-Colaborar con los alumnos para el cumplimiento de los objetivos trazados.

-Elaboración de exámenes con preguntas concretas y explícitas.

-Elaboración de guías de estudios para que los alumnos se preparen para los exámenes.

-Que se impartan cursos de regularización de materias como son anatomía, farmacología y patología.

-Propiciar el ambiente adecuado para que el alumno retenga los conocimientos evitando estímulos distractores.

-Favorecer el acervo cultural de los alumnos propiciando lecturas adecuadas e interesantes, además que sean de utilidad para el alumno.

-Que la biblioteca de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia tenga un mayor número de ejemplares de cada libro.

-Propiciar de manera adecuada que la teoría sea utilizada en las técnicas de enfermería haciendo énfasis en la importancia de la utilización de las mismas.

-Que los docentes motiven a los alumnos para que implementen nuevas técnicas, orientandolos acertadamente para que tenga seguridad en lo que hace.

-Motivar la participación de los alumnos evitando estímulos negativos y propiciando los estímulos positivos para la participación.

-Orientar y motivar a los alumnos para que estos investiguen diferentes temas y aporten conocimientos nuevos en clase.

-Proporcionar regularización en forma de seminarios de las materias con mayor índice de reprobados.

-Motivar a los alumnos para que externen sus pensamientos e ideas y con esto las clases sean más dinámicas.

-Propiciar el surgimiento de ideas, motivando a los alumnos para que investiguen sobre temas novedosos e interesantes para que posteriormente sean comentados en clase y de esta forma se realice un intercambio de ideas.

6. APENDICES

APENDICE No. 1 CUESTIONARIO DE LA INVESTIVACION COMO INFLUYE LA ALIMENTACION EN EL APRENDIZAJE DE LOS ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MATUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

APENDICE No. 1

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO
ESCUELA NACIONAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA

ENCUESTA DE LA INVESTIGACION "COMO INFLUYE
LA ALIMENTACION EN EL APRENDIZAJE DE LOS
ALUMNOS DE LOS GRUPOS 2804 DEL TURNO MA
TUTINO, 2805 Y 2806 DEL TURNO VESPERTINO
DE NIVEL LICENCIATURA DE LA ESCUELA NACIO
NAL DE ENFERMERIA Y OBSTETRICIA.

ELABORO: PATRICIA VILLEGAS P.

CON LA ASESORIA DE:

MAESTRA CARMEN L. BALSEIRO A.

No. CTA. 8234723-1

NO. DE CUESTIONARIO: _____

MEXICO, D.F., A 25 DE JUNIO DE 1989.

OBJETIVOS DEL CUESTIONARIO

Recabar datos de las fuentes fidedignas a fin de conformar y recabar la información necesaria para comprobar la hipótesis de trabajo y la general.

JUSTIFICACION

El presente cuestionario se hace necesario en virtud de que es el instrumento vital con el que se podrá obtener la información conjuntamente con la observación y con el apoyo de las entrevistas.

A partir de entonces, de la obtención de la información, se podrán elaborar las tablas y gráficas necesarias para el conocimiento y presentación de los resultados.

INSTRUCCIONES

El presente trabajo se ha estructurado con el objeto de recabar datos por lo tanto se hace necesario que las personas encuestadas sigan las siguientes instrucciones:

- 1.- Contestar en forma honesta las preguntas que ha continuación se mencionan, marcando con una " x".
- 2.- Contestar solamente una opción de respuesta de cada pregunta, ya que si se contestan dos opciones se invalida la respuesta.
- 3.- Todos los datos recabados son de uso estrictamente confidencial.

NOTA: Se agradece su colaboración en las respuestas que de a este cuestionario, y se desea conocer los resultados, estarán a su disposición al término de la investigación.

1.- CUAL ES SU EDAD?

___ 15 a 20

___ 21 a 25

___ 26 a 30

___ mas de 30

2.- CUAL ES SU SEXO ?

___ Femenino

___ Masculino

3.- CUAL ES SU ESTADO CIVIL ?

___ Soltero

___ Casado

___ Divorciado

___ Unión libre

4.- CUAL ES SU OCUPACION ?

___ Estudiante

___ Empleado

___ Obrero

___ No trabajo ni estudio

5.- CUAL ES TU TURNO EN LA ESCUELA ?

Matutino

Vespertino

6.- CONSIDERA USTED QUE LA CALIDAD DE LOS ALIMENTOS QUE INGIERE

SON:

Nutritivos porque consumo pescado, carne, huevos, leche y fruta.

Poco nutritivos porque sólo consumo tortas en la calle.

Sin ningun nutriente ya que consumo alimentos chatarra.

Ni siquiera consumo alimentos chatarra

7.-LA CANTIDAD DE LOS ALIMENTOS QUE INGIERE CONSIDERA USTED QUE ES LA SUFICIENTE ?

Es suficiente ya que ingiero tres comidas al dia

Solo como y ceno pero no desayuno

Como solamente tortas en todo el dia

No como nada durante el dia

8.- EL HORARIO DE SU ALIMENTACION COTIDIANA ES:

Siempre a la misma hora

Cuando tengo tiempo de comer algo

No tengo horario para comer

Cuando hay algun receso en la clase

9.- CUAL ES EL LUGAR DONDE INGIERE SUS ALIMENTOS ?

- Mi casa
- Cafeteria de la escuela
- En el trabajo
- En cualquier puesto callejero

10.- CUALES SON SUS INGRESOS ECONOMICOS MENSUALMENTE ?

- Dos veces el salario minimo (516,000 mensualmente)
- Una vez el salario minimo (258,000 mensuales)
- Menos de una vez el salario minimo (-258,000)
- Mas de dos veces el salario minimo (+516,000)

11.- A CUANTO ASCIENDEN SUS EGRESOS ECONOMICOS ?

- Todo lo que gano porque tengo muchos gastos y gano poco dinero.
- La mitad de su salario porque gano suficiente y soy ahorrativo
- Una cuarta parte de su salario porque no tengo muchos gastos
- No tengo egresos económicos, ni quiero tenerlos.

12.- CON QUE FRECUENCIA CONSUME ALIMENTOS QUE CONTENGAN VITAMINAS?

- Tres veces por semana porque no me gustan los alimentos que las contienen.
- Una vez por semana porque no tengo dinero para comer frutas y verduras.
- Esporádicamente porque generalmente sólo como tortas y ali-

mentos chatarra.

13.- CON QUE FRECUENCIA CONSUME ALIMENTOS QUE CONTENGAN PROTEI
NAS?

- Diario porque como frutas, carne, pescado y leche en las comidas.
- Tres veces por semana porque en algunas ocasiones como sólo tortas.
- Una vez por semana porque no me alcanza el dinero para comer pescado y carne y sólo como antojitos.
- Esporádicamente ya que siempre como en los puestos de la calle.

14.- CON QUE FRECUENCIA CONSUME ALIMENTOS QUE CONTENGAN HIDRA
TOS DE CARBONO?

- Sólo una vez por semana y trato de no consumirlos para no engordar.
- Regularmente cuando no tengo dinero para comer una comida completa.
- Diario porque me gusta comer tortas, sopes y diversos antojitos.
- Sólo consumo alimentos con hidratos de carbono porque siempre como tortas, quesadillas y alimentos chatarra.

15.- CON QUE FRECUENCIA CONSUME ALIMENTOS QUE CONTENGAN GRASAS?

- Diario porque me gusta comer antojitos y frituras de maíz.
- Dos a tres veces por semana cuando no tengo tiempo y dine-

ro para comer una comida completa (CORRIDA).

___ Una vez por semana porque procuro evitarlos.

___ Todos los alimentos que consumo contienen grasa ya que siem
pre como fritangas en la calle.

16.- CON QUE FRECUENCIA CONSUME ALIMENTOS QUE CONTENGAN MINE-
RALES?

___ Diario porque siempre consumo alimentos balanceados.

___ Con regular frecuencia cuando como en mi casa.

___ Esporádicamente cuando tengo dinero y los puedo comprar.

___ Nunca los consumo porque no me gustan.

17.- CONSIDERA USTED QUE TIENE EL HABITO DE COMER:

___ Comer comidas completas (CORRIDA).

___ Comer sólo guisado y frijoles porque no tengo dinero para
comprar otra cosa.

___ Tortas y quesadillas porque es lo único que me gusta.

___ Alimentos chatarra (papas, chicharrones, etc.) porque son
más baratos y los puedo comprar en cualquier sitio.

18.- ESTA USTED ACOSTUMBRADO A COMER EN CUALQUIER SITIO?

___ No porque sólo como en mi casa y no me gusta comer en la
calle.

___ Como en restaurantes porque tengo dinero para pagar una bue
na comida.

___ En la cafetería de la escuela porue no tengo tiempo de co-
mer en otro lado.

En cualquier sitio ya que todos son buenos para comer si se tiene hambre y dinero para pagar.

19.- DE ACUERDO A SUS CREENCIAS CULTURALES CONSIDERA USTED QUE PUEDE CONSUMIR CUALQUIER TIPO DE ALIMENTOS?

Si ya que ingiero todo tipo de alimentos.

Ingiero sólo carne blanca y vegetales.

Ingiero sólo vegetales y frutas.

Ingiero sólo alimentos de origen vegetal.

20.- UTILIZA ALGUN TIPO DE DIETA REDUCTIVA?

Siempre las utilizo para mantener mi figura.

Las utilizo sólo una vez por mes y cuando considero que he subido de peso.

Esporádicamente ya que no tengo tiempo de llevarlo a cabo.

Nunca utilizo ningún tipo de dieta porque no tiene utilidad.

21.- SU ESTADO DE SALUD CONSIDERA USTED QUE ES?

Excelente ya que nunca me enfermo.

Buena ya que me enfermo esporádicamente.

Regular pues constantemente estoy enfermo.

Malo porque siempre estoy enfermo.

22.- CUAL ES SU PESO CORPORAL ACTUALMENTE?

45 a 50 Kg.

51 a 55 Kg.

56 a 60 Kg.

más de 61 Kg.

23.- CUAL ES SU ESTATURA?

- 145 a 150 cm.
 151 a 155 cm.
 156 a 160 cm.
 Más de 161 cm.

24.- COMO CONSIDERA USTED QUE ES LA TEXTURA DE SU PELO?

- Sedoso y brillante aunque no utilizo tratamientos en el pelo.
 Grasoso y utilizo shampoo para cabello graso.
 Aspero y difícil de peinar.
 Reseco y maltratado aunque utilizo algún tratamiento.

25.- COMO CONSIDERA USTED QUE ES EL ESTADO DE SU PIEL?

- Suave e hidratada porque trato de cuidarla y usar cremas para la piel.
 Hidratada pero aspera porque el trabajo que realizo me estropea la piel.
 Aspero aunque siempre utilizo aceite y crema para la piel.
 Muy maltratada porque no me cuido la piel con algún aceite.

26.- CUAL ES EL PROMEDIO OBTENIDO HASTA ESTE MOMENTO DE LA CARRERA?

- 10 a 9 porque soy muy aplicado y saco siempre MB.
 8 porque en ocasiones no estudio lo suficiente.
 7 porque debo algunas materias.
 6 a 5 porque no he estudiado y debo muchas materias.

27.- CUAL ES EL PROMEDIO OBTENIDO HASTA ESTE MOMENTO POR EL GRUPO?

- De 9 pero no estoy muy seguro.
- Creo que es entre 8 y 7 porque algunos adeudan materias.
- Me parece que es de 6 a 5 porque todos reprobamos.
- No se cual es el promedio ni me interesa saberlo.

28.- AL PLATICAR CON OTRAS PERSONAS EL LEXICO QUE UTILIZA ES:

- Técnico porue utilizo palabras que he aprendido en el salón.
- Poco técnico pero se entiende.
- Popular porque no me gusta hablar con palabras técnicas.
- Vulgar y popular porque es el lenguaje de los cuates.

29.- EN QUE PORCENTAJE CONSIDERA USTED QUE APLICA LA TEORIA EN LA PRACTICA?

- 100% ya que siempre pongo en práctica lo aprendido en el salón.
- 60% porque en algunas situaciones es cuando aplico lo teórico en la práctica.
- 50% sólo aplico lo teórico muy esporádicamente.
- Menos del 50% pues no aplico la teoría en la práctica.

30.- CREE USTED QUE SE HA MODIFICADO SU CONDUCTA?

- Se ha modificado porque para eso voy a la escuela.
- Creo que no ha cambiado en lo más mínimo porque me comporto igual que siempre.

Sólo en algunos aspectos se ha modificado.

No me interesa modificar mi conducta.

31.- LA APORTACION DE CONOCIMIENTOS EN CLASE O EN LA PRACTICA
ES:

Siempre ya que soy el más listo del salón.

De vez en cuando porque no siempre tengo ganas de aportar algo.

Sólo en algunas circunstancias o cuando domino el tema.

Nunca tengo aportaciones porque no me interesa.

32.- EL SURGIMIENTO DE INQUIETUDES E INTERROGANTES ES:

Siempre que se realizan algunos procedimientos nuevos.

Sólo cuando me interesa algo y no estoy cansado.

Esporádicamente cuando hay algo interesante.

Nunca porque no me gusta la carrera.

33.- EN LOS TRABAJOS DE INVESTIGACION UTILIZA METODOLOGIA?

En todos los trabajos utilizo alguna metodología porque todo debe seguir un ordenamiento.

Sólo en determinados trabajos utilizo un ordenamiento por ejemplo cuando esta en juego mi calificación del semestre.

Si el maestro lo pide lo utilizo de lo contrario no porque creo que no sirve para nada.

Nunca utilizo aunque el maestro la pida porque no me gusta usarla.

34.- CONSIDERA USTED QUE CUMPLE LOS OBJETIVOS TRAZADOS?

Siempre trato de cumplirlos en su totalidad.

Los cumpla casi todos aunque hay algunos que no me agradan.

Sólo en algunas ocasiones los cumpla y es cuando algo me interesa.

Ni siquiera trazo objetivos a cumplir porque no me interesa

35.- CUAL ES EL PORCENTAJE DE APROBACION DE LAS EVALUACIONES?

Es de 100% ya que nunca repruebo porque estudio.

Es de un 80% pues repruebo sólo algunas evaluaciones de las materias más difíciles.

La mitad de las evaluaciones que presento las repruebo porque no estudio y no copio al compañero.

Casi todas las evaluaciones las repruebo porque no me interesa estudiar.

36.- LA RETENCION DE CONOCIMIENTOS CONSIDERA USTED QUE ES DE:

El 100% ya que capto y retengo todo lo que me enseñan en la escuela.

El 80% pues sólo me olvido de algunos detalles.

El 50% casi siempre se me olvida la mitad de lo que enseñan

Menos del 50% ya que sólo se acuerdo de algunas situaciones y lo demas se me olvida.

37.- COMO CONSIDERA USTED QUE HA SIDO EL AUMENTO DE SU ACERVO CULTURAL?

Notable ya que he adquirido diversos conocimientos nuevos.

Regular porque no tengo facilidad para captar otros conocimientos.

Escaso porque no tengo los medios para obtener los conocimientos.

Nulo porque no me interesa la cultura en general.

38.- EN LA REALIZACION DE ALGUNOS PROCEDIMIENTOS UTILIZA TECNICAS DE ENFERMERIA?

Utilizo las técnicas adecuadas en cada procedimiento.

Utilizo técnicas sólo en algunos procedimientos.

Realizó los procedimientos sin ninguna técnica.

Mejor no realizo ningún procedimiento.

39.- EN LA REALIZACION DE LA PRACTICA TRATA USTED DE IMPLEMENTAR ALGUNA TECNICA?

Trato siempre de implementar nuevas técnicas porque me gusta ser creativo.

Utilizo las mismas técnicas porque creo son las correctas.

Esporádicamente implemento alguna técnica.

No utilizo ninguna técnica pues no tiene caso.

40.- EN LAS TECNICAS GRUPALES SU PARTICIAPACIÓN SIEMPRE ES:

Participación continua porque me gusta participar y no me cuesta trabajo.

Participación esporádica y sólo cuando el tema es de mi interés.

Sólo escucho y no participo porque soy muy tímido.

___ No me gusta participar porque no me interesa hacerlo.

41.- EN LA PARTICIPACION GRUPAL Y EN LA REALIZACION DE PROCEDIMIENTOS CONSIDERA USTED QUE HACE ALGUNA APORTACION?*

___ Considero que apor^to ideas nuevas ya que con mi participaci^on surgen inquietudes.

___ Sólo esporádicamente cuando considero que tengo conocimientos del tema.

___ Nunca participo ni apor^to nada porque no me interesa.

___ Casi nunca participo ni hago aportaciones porque soy tímido

42.- CUAL ES EL NUMERO DE MATERIAS NO ACREDITADAS HASTA ESTE MOMENTO?

___ Todas estan acreditadas aunque sea con baja calificaci^on.

___ No he acreditado dos asignaturas porque me son muy difíciles

___ No he acreditado de tres a cinco materias pero me preparo para los extraordinarios.

___ Debo de seis a diez materias y voy a repetir el semestre.

43.- CONSIDERA USTED QUE APORTA CONOCIMIENTOS PARA SI MISMO?

___ Si porque trato de adquirir conocimientos nuevos mediante la lectura de textos e investigaciones.

___ No me interesa tener nuevos conocimientos.

___ Casualmente trato de leer algo para adquirir conocimientos

___ No tengo tiempo ni los medios necesarios para la adquisici^on de conocimientos nuevos.

44.- CONSIDERA USTED QUE SUS IDEAS Y FORMAS DE PENSAR SON
EXPRESADAS EN FORMA LOGICA Y ACORDES CON LA REALIDAD?

- Siempre al externar mi forma de pensar lo hago con lógica.
- Me cuesta trabajo ya que en algunas situaciones lo hago de manera diferente.
- Nunca expreso mis ideas de manera lógica ya que no me gusta.
- Esporádicamente surgen de mi mente ideas y pensamientos acordes a la realidad.

45.- CONSIDERA USTED QUE TIENE SURGIMIENTO DE IDEAS QUE APORTEN
ALGO AL GRUPO?

- Siempre hay en mí surgimiento de ideas nuevas ya que generalmente me preocupo por investigar.
- No me interesa el tener nuevas ideas.
- Esporádicamente me surgen nuevas ideas.
- Me cuesta trabajo pensar nuevas ideas a pesar de tratar de hacerlo.

7. GLOSARIO

A

Acido ascórbico :

Vitamina C la cual es una sustancia - orgánica indispensable para el funcionamiento normal del organismo y debe - estar presente en la alimentación en - cantidad suficiente.

Acido folico :

Vitamina del grupo vitamínico B, denominada ácido pteroglutámico o folacina necesario para la síntesis de DNA constituyente básico del núcleo. Su deficiencia perjudica la formación y maduración de los globulos rojos, al igual que al factor antianémico.

Acidos grasos :

Acidos orgánicos que se combinan con glicerol para formar grasas. Estas incluyen los aceites vegetales y las grasas animales, ya sean obtenidas de los tejidos o de la leche.

Acido linoleico :

Acido graso poliinsaturado indispensable en la nutrición y buen funcionamiento del organismo cuya deficiencia origina trastornos metabólicos.

- Actitud :** Una tendencia o predisposición que determina la reacción del individuo a un estímulo o un conjunto de estímulos -- particulares.
- Adaptación :** Tal como se usa en relación con los -- sentidos, estose refiere al hecho que de estimulación un sentido pierde gradualmente su capacidad para responder.
- Ajuste :** Se aplica a la capacidad del individuo para satisfacer sus necesidades y --- adaptarse a su medio.
- Aminoácidos :** Compuestos orgánicos que contienen nitrógeno y que son la estructura fundamental de la molécula proteínica.
- Apatía :** Cualquier estado en el que el individuo está desatento, pierde el interés por lo que lo rodea y no siente motivación.
- Aprendizaje :** Cualquier modificación de la conducta que puede ser atribuida a la experiencia, pero no a otros factores, como -- fatiga, efectos de drogas o maduración

Aprendizaje activo : Se aplica al papel del aprendizaje en el proceso de aprendizaje. Contrasta con el aprendizaje pasivo. En el primero el aprendiz participa en el proceso de aprender haciendo un esfuerzo consciente por aprender, tomando notas, subrayando, por repaso intensivo, etc.

Aprendizaje del lugar : Aprendizaje de la localización de las recompensas en el cual se obtiene una respuesta o actitud del individuo --- siempre a cambio de algo.

Aprendizaje del todo : Se aplica al aprendizaje del todo, en vez de las partes.

Aprendizaje latente : Se aplica al aprendizaje producido en ausencia de refuerzo y que no es evidente hasta que se ha introducido un refuerzo.

Aprendizaje pasivo : Aprendizaje en el que el aprendiz no toma parte activa y adopta una actitud totalmente receptiva.

Aprendizaje por partes: Un método de aprendizaje en el que el individuo divide la tarea para que de esta forma los conocimientos puedan --

ser captados con mayor facilidad.

Aminoácidos : Compuesto orgánico que contiene nitrógeno y que son la parte fundamental de la molécula proteínica.

Atención : El punto o punto focal en la percepción. Determinada por algunos casos-- principalmente por el carácter del -- perceptor, y en otros casos por las -- características de los estímulos.

Arabinosa : Pentosa (azúcar de cinco carbonos) -- que se extrae de cauchos vegetales -- por Hidrólisis ácida.

B

Biotina : Miembro del grupo vitamínico del complejo B. La cual es una sustancia orgánica soluble en agua importante en el organismo para el desarrollo de -- sus diversas funciones.

C

Calciferol : Vitamina D₂, producida por radiación del ergosterol. Desempeña un papel-- importante en la utilización de la --

- Cobalamina :** Molécula fundamental de la vitamina B₁₂ ; varios de estos compuestos -- tienen actividad vitamínica.
- Cognoscitivo :** De cognición. Otro término para designar conocimiento o comprensión. Adquisición de nuevos conocimientos por el individuo en forma científica o empírica.
- Colesterol :** El miembro más conocido del grupo - esteroles definido antes precursor de la vitamina D y estrechamente relacionado con varias hormonas de la -- economía. Constituye parte considerable de los tipos más frecuentes de - cálculos biliares y aparece en el -- ateroma arterial.
- Compensación :** Un mecanismo de defensa que consiste en excederse en cierta actividad dis- tinta de aquella en la que se consi- dere uno muy débil.
- Conciencia :** Un estado de conocimiento. La natura- leza de la conciencia fue la cues -- tión principal estudiada por los es- tructuralistas.

- energía.
- Caseína :** La principal proteína de la leche, -- materia prima del queso, es una proteína de alta calidad que sea hace indispensable en toda alimentación balanceada.
- Catabolismo :** Fase del metabolismo en que los nutrientes o las sustancias complejas de las células vivas se transforman en compuestos sencillos con producción de energía.
- Caroteno :** Pigmento amarillo que existe en varias formas; alfa beta y gamma son provitaminas que el organismo puede transformar en vitamina A.
- Catarsis :** Se aplica a la liberación de sentimientos emocionales reprimidos, de un individuo con lo cual existe un desahogo emocional.
- Cianocobalamina :** Vitamina B₁₂ un compuesto de color rojo oscuro que contiene cobalto y un grupo de cianuro.

Condicionamiento clásico : Un método originado por Pavlov en el que son adquiridas respuestas condicionadas. A veces, la palabra condicionamiento es usada como sinónimo de aprendizaje. Difiere del condicionamiento instrumental en que la conducta es claramente dependiente de un estímulo.

Conducta : Cualquier movimiento observable del organismo; generalmente incluye la conducta verbal y los movimientos físicos.

Conducta operante : Conducta que no es claramente dependiente de algún estímulo específico, tal conducta produce ciertos efectos en el medio del organismo.

Conducta respondiente : Conducta que depende claramente de un estímulo específico y es provocada por dicho estímulo.

Conflicto : Un estado que supone la presencia simultánea de dos o más motivos, que no pueden ser satisfechos al mismo tiempo.

Curva de aprendizaje : Una curva trazada para mostrar el curso de adquisición de respuestas como una función del tiempo o de ensayos sucesivos.

D

Defensa perceptiva : Término para designar al hecho de que la percepción de ciertos estímulos requiere una exposición más larga que la percepción de otros estímulos. En otras palabras los umbrales de reconocimiento de ciertos estímulos son más altos que los de reconocimiento de otros estímulos.

Deshidratación : Extracción del agua de alimentos o tejidos ; estado que resulta de excesiva pérdida de agua.

E

Educable : Término usado para referirse a retardados a quienes pueden enseñarse les ciertas destrezas.

Ego : Definido de varias formas en psicología. En la teoría freudiana de la

personalidad, el ego sirve como medidor entre el id, el superego y la realidad. En algunas otras teorías de la personalidad, el ego designa una multitud de actitudes-relativas al yo.

Electrólito :

Forma ionizada de un elemento. Los principales electrolitos de la economía son sodio, potasio y cloruro.

Emoción :

Es un estado de agitación del organismo en el que la experiencia puede ser leve o intensa.

Endémico :

Enfermedad de escasa morbilidad que prevalece en un territorio particular en el cual la población es susceptible a contraer enfermedades.

Endógeno :

Que se origina dentro del organismo; por ejemplo : los nutrimentos-sintetizados en el metabolismo intermedio.

Enzima :

Substancia generalmente de naturaleza proteínica que se forma en

las células vivas y que origina -- cambios químicos.

Estímulo :

Cualquier energía que provoca una respuesta. Altera los sentidos del individuo, habiendo sentidos positivos y negativos.

Estímulo condicionado :

En el condicionamiento clásico, el estímulo que llega a provocar una respuesta que originalmente no provocó. Los estímulos se vuelven estímulos condicionados por asociación continua con estímulos no condicionados.

Estímulo estructurado :

Un estímulo bien organizado y no -- ambiguo. La percepción de tales estímulos es influida en mayor grado por las características de los estímulos que por las del perceptor.

Estímulo no condicionado :

El estímulo que normalmente provoca una respuesta no condicionada y que normalmente es asociado con el condicionamiento condicionado.

Estímulo no estructurado :

Un estímulo no claro o ambiguo. La-

percepción de tales estímulos es determinada en mayor grado por las características del perceptor que por las de los estímulos.

Extroversión :

Un tipo de personalidad descrita originalmente por el psicoanalista Jung. El extrovertido es quien disfruta de estar con otras personas.

F

Fenotipo :

Aspecto físico de un organismo resultante de su constitución genética o genotipo.

Fijación :

Una de las consecuencias de la frustración que consiste en permanecer en una etapa particular del desarrollo. Freud creyó que los frustrados en la etapa bucal de desarrollo pueden fijarse en dicha etapa. En tal caso el individuo continúa buscando satisfacción bucal durante toda su vida.

Flavoproteínas :

Compuestos que contienen riboflavina ciertos nucleótidos y proteínas.

- Son importantes como coenzimas en -
el ciclo del ácido cítrico.
- Fosfolípido :** Grasa en la que un ácido graso ha -
sido substituido por fosforo y por-
un compuesto nitrogenado.
- Fotosíntesis :** Proceso por el cual las plantas ---
verdes, utilizando clorofila y ener-
gía solar, producen carbohidratos a
partir del bióxido de carbono y --
agua liberando oxígeno molecular en
el proceso.
- G**
- Galactosa :** Monosacárido que se obtiene de la -
lactosa por hidrólisis, hecha atra-
vez de la acción del metabolismo de
diversas enzimas .
- Glucógeno :** Carbohidrato de composición similar
a la amilopectina del almidón. En
forma de glucogeno, el hígado y los
músculos almacenan carbohidratos.

H

- Habilidad :** Capacidad para realizar ciertos ac-

tos. En forma de glucógeno, el hígado y los músculos almacenan carbohidratos..

Hidrólisis:

Capacidad para realizar ciertos actos. Habilidad no es aptitud; aptitud; implica una capacidad para adquirir ciertas habilidades.

Hierro:

Es una sustancia de origen orgánico e inorgánico, constituye un componente de la célula. En el organismo humano tiene una función principal de formar parte de la hemoglobina, que es el pigmento respiratorio de los glóbulos rojos de la sangre.

I

Impronta:

Término usado por los etólogos para un tipo de aprendizaje específico de la especie, que se produce en un periodo limitado del comienzo de la vida.

Individualización:

Término que describe el proceso de maduración por el que los movimien

tos burdos o totales aparecen primero, seguidos de movimientos de una naturaleza cada vez menor y discreta.

Instinto:

Se aplica a toda conducta no aprendida, moldeada, dirigida hacia una meta, que es específica de una especie determinada.

Introspección:

Es el método que es utilizado por los estructuralistas para investigar la naturaleza de la conciencia. La introspección consiste en la declaración por el sujeto de su experiencia consciente.

Introversión:

Es un tipo de personalidad descrito originalmente por el psicoanalista Jung.

Un introvertido es quien disfruta de ser por sí mismo.

L

Latencia:

Es el tiempo transcurrido entre el estímulo y la respuesta. Es una medida de la fuerza de un hábito, y

Lipoproteínas:

el tiempo que tarda en dar una respuesta es muy variable.

Es una combinación de una proteína con grasas, que se encuentran en los tejidos de animales y vegetales.

Lipotrófico:

Lo que tiene afinidad por las grasas y aceites, por lo cual actúa sobre el metabolismo de las grasas al acelerar la disminución o extracción de los depósitos hepáticos de grasa.

M**Maduración:**

Es un término utilizado en psicología, y se aplica a la exhibición de cierta conducta como resultado de crecimiento físico subyacente en vez de aprendizaje.

Marasmo;

Debilidad y consunción especialmente en niños, causadas por desnutrición o de enfermedad. Este cuadro es debido fundamentalmente a una intensa y prolongada deficiencia calórica-proteica y se observa con mayor frecuencia en niños menores de un año de --

edad.

Marco de referencia:

Designa el carácter recíproco de la estimulación por el medio externo y las cualidades del perceptor que actúan conjuntamente para determinar la percepción.

Mecanismo de defensa:

Es un fenómeno psicológico que consiste en la deformación inconsciente de la realidad en tal forma que el individuo evita la ansiedad.

Metabolismo:

Término general con que se designan todos los cambios químicos de los nutrientes que pueden ser absorbidos por el aparato gastrointestinal; también se aplica a la actividad celular que participa en la utilización de los mismos.

N

Niacina:

Miembro del grupo vitamínico B, al que se conocía como ácido nicotínico. Se encuentra en forma activa en los alimentos y su distribución en la na

turaliza es variable; algunos alimentos la contienen en cantidades altas, pero en general, es escasa.

Nutrimiento:

Substancia orgánica o inorgánica de los alimentos que digiere y se absorbe en el aparato gastrointestinal y se utiliza en el metabolismo intermedio.

O

Oxidación:

Proceso químico por el que una sustancia se combina con oxígeno. Es un aumento de las cartas positivas de un átomo por la pérdida de electrones.

P

Pensamiento:

Es una forma cognoscitiva de una conducta que se produce cuando la retención o memoria simple es inadecuada.

Péptido:

Compuesto de dos o más aminoácidos que posee uno o varios enlaces de -

péptidos. Se forma como producto-intermedio durante la digestión de proteínas.

Planeación:

Proceso consistente en establecer objetivos y escoger los recursos y estrategias para atender a las necesidades del paciente y fijar criterios de evaluación.

Q

R

Retinilo:

Se refiere a la fracción de vitaminas A, forma éster de la misma. En el aparato gastrointestinal por hidrólisis, el palmitato de retinilo - el palmitato de retinilo produce vitamina A, alcohol y ácido palmítico.

Riboflavina:

Factor termostable del grupo vitamínico B, que a veces se denomina - vitamina B 2.

Es soluble en agua y se encuentra en alimentos de origen animal y vegetal. Desempeña funciones muy impor-

tantes en el organismo y debe, por tanto estar contenida en cantidades suficientes en la alimentación diaria.

S

Sacarina:

Es un compuesto cristalino blanco, muy dulce que se emplea como sustituto del azúcar ordinaria. Esta -- sustancia carece de valor nutritivo.

Sinergia:

Es la acción conjunta de agentes -- cuyo efecto combinado es mayor que que la suma algebraica de sus efectos individuales.

T

Tiamina:

Conocida también como vitamina B₁, -- es una sustancia que es orgánica -- y forma parte del complejo vitamínico B. Es soluble en agua y se encuentra en los alimentos de origen animal y vegetal. Tiene funciones es pecíficas y debe estar contenida en

la alimentación diaria en cantidades adecuadas.

Transaminación:

Transferencia del grupo amino de un aminoácido a otro compuesto. Gracias a esto el organismo puede sintetizar aminoácidos no esenciales y formar urea. Para esta reacción es necesario que ocurra la aparición de una enzima que contenga Vitamina - B6.

X

Xerosis:

Es la sequedad y atrofia de la epidermis con hiperqueratinización y puede ser otra manifestación de deficiencia de vitamina A.

B. BIBLIOGRAFIA.

ANDERSON, Limea. Nutrición y dieta. 17a ed. Ed. Interamericana. México, 1985. 714 pp.

BARON, Robert. Psicología en enfoque conceptual. Ed. Interamericana. México, 1982. 543 pp.

BEAL, A. Virginia. Nutrición ciclos de vida. Ed. Limusa. México. 1983. 490 pp.

BEST, J.N. Cómo investigar en la educación. Ed. Horder. Barcelona, 1981. 345 pp.

CERDA, Enrique. Una psicología de hoy. Ed. Horder. Barcelona-1965. 430 pp.

CORINE, H. Fundamentos de nutrición. Tr. de Cristina Squines. Ed. Cecsá. México. 1979. 606 pp.

CRONBACH, J. Lee. Psicología educativa. Ed. Pax-México. México-co. 1970 690 pp.

ENGLE, J. Psicología, principios y aplicaciones. 1a. ed. Ed. Interamericana. México 1979. 626 pp.

ERNEST, R. Hilgar. y Gordon, H.B. Teorías del aprendizaje. Ed.-Trillas. México. 1973. 324 pp.

GIBSON, Quentin. La lógica de la investigación científica. Ed. Tecnos. Madrid. 1971. 678 pp.

GOODE, And. Hatt. Métodos de investigación social. Ed. Trillas México 1971. 345 pp.

GUITTON, Jean. El trabajo intelectual. Ed. Graficas Didot. Buenos Aires. 1971 257 pp.

HIMAN, Heber. Diseno de análisis de las encuestas sociales. Ed Graficas Didot. Buenos Aires 1971. 234 pp.

KARLHEIN, Tomachewski. Didáctica general. Ed. Ariel. México -- 1976. 189 pp.

KLAUSMEIER, J. Herbert y Goodwin, William. Psicología educativa Ed. Harla. México 1977. 527 pp.

KOOPIN, P.V. Hipótesis y verdad. Ed. Grijalbo. México 1969. -- 323 pp.

KORN, Francis. Conceptos y variables en la investigación. Ed.-- Nueva visión. Buenos Aires. 1971. 219 pp.

MITCHAL, S. Hellon. et al. Nutrición y dieta. Tr. José Carmen Pésima. 16a ed. Ed. Interamericana. México. 1978. 565 pp.

PARDINAS, Felipe. Metodología y técnicas de la investigación en las ciencias sociales. Ed. Siglo XXI. México. 1971. 543 pp.

QUINTIN, Olasgoaga José. Dietetica. 6a ed. Ed. Francisco Méndez Cervantes. México. 1985. 353 pp.

RAMOS, Galvañ Rafael. Alimentación normal en niños y adolescentes. Ed. Manual moderna. México 1985. 785 pp.

RUBINSTEIN, J. L. Principios de psicología general. 5a ed. Ed. Grijalbo. México 1974. 767 pp.

RUSSEL, Bertrand. La perspectiva científica. Ed. Ariel. Madrid 1979. 345 pp.

STOKER, Karl. Principios de didáctica moderna. Ed. Kapelusz. -- Buenos Aires 1964. 156 pp.

TECLA, Y. Garza. Teoría métodos y técnicas en la investigación social. Ed. Cultural popular. México 1974. 210 pp.

THORNDIKER, L. et al. Aprendizaje escolar y evaluación. Ed. -- Paidós. Buenos Aires 1971 845 pp.

VEGA, Franco Leopoldo. Alimentación y nutrición al infante. -- Ed. Francisco Mendez Cervantes. México 1983. 251 pp.

WHITTAKER, O. James y Whittaker, Bandra. Psicología. 4a ed. Interamericana. México 1986. 785 pp.

WILLAMS, Sue. Rodwell. Manual práctico de nutrición. Ed. Pax -- México 1977. 262 pp.