



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES

I Z T A C A L A

“Relación de los Hábitos Alimentarios, la Actividad Física y el Rendimiento Académico en Estudiantes de la Carrera de Médico Cirujano con un Coeficiente Intelectual Superior”

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADOS EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A N:

DAVID AVILA VALLEJO

IRMA YOLANDA PÉREZ ROSALES



DIRECTORA: LIC. MARÍA ESTELA DE LOS REMEDIOS FLORES ORTIZ

ASESORES: LIC. ESPERANZA GUARNEROS REYES

DR. FLAVIO SÁNCHEZ CANCINO

Tlalnepantla, Estado de México, Julio de 2012



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



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 esta 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.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mi madre quien me dio palabras de aliento en los momentos difíciles, quien me apoyo en todo momento tratándome de impulsar en las adversidades, le agradezco por la paciencia que me tuvo, quien nunca desespero, y a todas esas personas que nos apoyaron mostrándonos que a pesar del tiempo su apoyo fue incondicional.

"No son los golpes ni las caídas las que hacen fracasar al hombre; sino su falta de voluntad para levantarse y seguir adelante."

David Ávila Vallejo

Agradecimientos y Dedicatorias

A Mi Mamá (Irma Rosales)

Por ser la mujer que me dio la vida, y pilar importante en mi existir, siempre ayudándome en todo momento, dándome sin escatimar todo el cariño, amor, dedicación, desvelo, atención, comprensión en cada paso de mi vida, inculcándome siempre ese deseo de superación personal y profesional, te amo mamá y sobre todo te admiró.

A Mi Papá (Cosme Pérez)

El hombre que me dio la vida, y siendo otro pilar de mi existir, por ser siempre tan comprensible, amoroso y dedicado a la familia, procurando en todo momento nuestro bienestar, enseñándome que siempre se puede realizar lo que me proponga, y esas ganas de salir adelante ante la vida las admiro demasiado. Te amo Papá

A mis Hermanos

Marco, Víctor, Oscar y Alejandro gracias por compartir todos los momentos vividos a lo largo de nuestras vidas, por apoyarnos, querernos y aconsejarnos en todo momento, tratando de lograr todos nuestros sueños y proyectos, los quiero y respeto.

A Dios

Por darme la oportunidad de existir y permitirme vivir plenamente cada momento de mi vida así como la dicha de darme estos padres, hermanos y amigos.

A la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) y Facultad de Estudios Superiores Iztacala

Por darme la mejor formación profesional adquiriendo conocimientos y un criterio amplio, para ejercerlo en mi vida y en el bienestar de la sociedad.

A Lic. Estela Flores (Asesora y Maestra)

Por toda tu paciencia, tolerancia, esfuerzo y consejos para llegar a culminar mi tesis, llevándome grandes enseñanzas Muchas Gracias

Al Doc. Flavio Sánchez Cancino

Por el esfuerzo, tolerancia, dedicación y tiempo al proyecto de tesis Muchas Gracias

A Lic. Esperanza Guarneros Reyes

Por ser parte del desarrollo y terminó de mi tesis Muchas Gracias

A toda mi familia

Por todos los consejos y cariño, así como a mis tíos Guillermina y Gabriel por todo su apoyo, gracias

A mis sobrinos

Abigail, Diana, Fernanda, Ilse, Iracema y al pequeño Cosme Por ser la luz y alegría de toda la familia, además de ser la fuerza para luchar por un mejor futuro.

A mis amigos

A todos los amigos que he hecho en cada etapa de mi vida, que han aportado en mí momentos inolvidables. Así como a Gloria Ortega, Ángeles Hernández, Gabriela Tovar y Luis Ríos, por vivir el desarrollo de este proyecto, gracias por su amistad y todos los momentos que hemos vivido algunos agradables y otros no tanto, espero que esta amistad se siga fortaleciendo al paso de nuestras vidas.

*Irma Yolanda Pérez
Rosales*

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
1. MARCO TEÓRICO	11
1.1 Globalización.....	11
1.1.1 Antecedentes	11
1.1.2 Concepto de Globalización.....	21
1.1.3 Globalización en México (Económico)	25
1.1.4 Globalización en México (Político)	30
1.1.5 Globalización en México (Social)	35
1.1.6 Globalización y su impacto en la educación en México	38
1.2 Rendimiento Académico	43
1.2.1 Generalidades	43
1.2.2 Concepto de Rendimiento Académico	43
1.2.3 Factores que intervienen en el Rendimiento Académico	49
1.2.4 Hábitos Alimentarios y Rendimiento Académico	62
1.2.5 Ejercicio físico y Rendimiento Académico	73
2 Método	77
2.1 Lineamientos Generales	77
2.2 Objetivo General	77
2.2.1 Objetivos Específicos	78
2.3 Unidades de Análisis	78
2.4 Características de la Población	79
2.5 Instrumento	79
2.6 Procedimiento	80
2.6.1 Organización de la Investigación	80

2.6.2 Contacto Institucional	80
2.6.3 Organización y aplicación del instrumento	80
3. Resultados	82
3.1 Características Generales	82
3.2 Patrones Conductuales por grupos	88
3.3 Correlación entre el ejercicio físico, hábitos alimentarios en el Rendimiento Académico	95
4. Discusión de Resultados	97
5. Conclusiones	103
6. Bibliografía	105
7. Anexos	114

RESUMEN

El objetivo de la presente investigación fue determinar la correlación que existe entre los hábitos alimentarios, ejercicio físico y el rendimiento académico en estudiantes de la Carrera de Médico Cirujano con un Coeficiente Intelectual Superior. La muestra se conformó por 276 estudiantes de primer ingreso de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala-UNAM, divididos en tres grupos: alto, bajo y regular rendimiento académico, a quienes se les aplicó el cuestionario "Evaluación Integral del Rendimiento Académico para el Nivel Superior". La correlación se realizó según los lineamientos de Pearson y los resultados indicaron que, los tres grupos presentan hábitos alimentarios y de ejercicio físico similares, por tanto no se encontró una correlación significativa entre rendimiento académico y hábitos alimentarios y de ejercicio físico. Sin embargo es necesario resaltar que el grupo de bajo rendimiento la ingesta de comida rápida es mayor, así como la dificultad para resolver exámenes y en el grupo de alto rendimiento se les dificulta mantenerse quietos y se distraen fácilmente. Se concluye que en la población que participó en este estudio, los hábitos alimentarios y el ejercicio físico, si bien son factores que participan en el rendimiento académico no son determinantes para el bajo rendimiento académico, reafirmando la visión Flores et al 2012, quienes mencionan que el bajo rendimiento académico es el resultado de un proceso donde participan diversos factores y actores, pero que son determinados por la subjetividad de cada estudiante.

Palabras claves: Globalización, Educación Superior, Rendimiento Académico, Ejercicio Físico, Hábitos Alimentarios,

INTRODUCCIÓN

La globalización es un proceso, que ha transformado al mundo, implantándose nuevas estrategias para mejorar y consolidar el nivel económico de cada país, para llegar a ser una fuerte potencia en el mercado, esto se ve en la producción de materia prima, fabricación, venta y distribución de sus productos, sumando a esto las innovaciones tecnológicas. A pesar de lo mencionado que pareciera ser normal y sin ningún contratiempo, se producen cambios en su estructura, política, social, como cultural, estableciéndose distintos estilos de vida, encaminados al proceso mencionado, además repercute en algunas ocasiones en el individuo, así como en el tema de la educación, ya que se establecen nuevos criterios sobre el perfil estudiantil, el plan de estudios, reflejados, en el trabajo, escuela, salud, hábitos alimentarios, por solo mencionar algunos. Ya que a veces las nuevas formas de vida y estructuras, salen de los alcances de las personas, afectando su estado emocional, sin dejar de mencionar su formación escolar.

El impacto que ha tenido en la educación en México, se puede visualizar en las estructuras de las políticas que mejoran, la formación, estancia y egreso de los estudiantes, desafortunadamente los cambios no siempre son positivos para toda la población, algunas ocasiones son basadas en competencias ante los retos que se van marcando, presentándose situaciones como la transformación de los planes curriculares, así como de los perfiles profesionales (Flores & Ruvalcaba, 2007) para formar mejores profesionistas, a pesar de esto, las cifras de eficiencia terminal muestran en algunos casos la disminución de la matrícula estudiantil que logra terminar una carrera profesional. Actualmente una circunstancia por la que atraviesa la educación en el país es la reducción de oportunidades para estudiar ya que se destinan menos recursos a la educación (Castellanos & Luna, 2009).

Es así que la educación es tema de múltiples debates de autores, que tratan de encontrar las causas, como también posibles soluciones ante los problemas en el rendimiento académico. Por lo que continuamente se necesita incorporar y establecer mejores lineamientos para tener un óptimo desempeño, así como

calidad en el aprendizaje de los individuos. En México existe una problemática respecto a la calidad que se da en el sistema educativo, ya que una de las causas es la expansión que ha tenido en los últimos años, que genera deficiencia, añadiendo la falta de recursos económicos para cubrir las necesidades de las instituciones (Aréchiga & Llarena, 2003) obstaculizado el desarrollo escolar, reflejándose en el rendimiento académico de los alumnos, por lo que en los últimos años las cifras muestran disminución en su eficiencia terminal, y un aumento en la deserción escolar, reprobación de materias por solo mencionar algunas problemáticas a las que se enfrenta. Añadiendo que la educación es todavía un privilegio, ya que los porcentajes son menores respecto al ingreso a nivel superior, encontrándose que en el ciclo 2007-2008, la educación básica fue de 99.8%, la media superior de 60.1% y superior de 24%, haciendo referencia a la pequeña cifra de la población que llega a ingresar y poder concluir estudios profesionales (Ceneval, 2008; Buendía & Rivera 2010).

Ante estas problemáticas que se presentan, se han propuesto programas para mejorar el sistema educativo, en lo que respecta al nivel Medio Superior se ha ido implantando por la Secretaría de Educación Pública (SEP), apoyo a la comunidad rural, brindando capacitación técnica y profesional referente al ramo de Agropecuaria resaltando las posibilidades del desarrollo del campo, buscando mejoras económicas. En tanto en el ciclo 2007- 2010 se estableció brindar apoyo económico a los estudiantes para evitar la deserción e incrementar la eficiencia escolar, aumentado así de 150 mil a 161 mil alumnos, y además la eficiencia terminal de 58.8% a 60% (SEP, 2010). Esta iniciativa beneficia a la población paulatinamente, sin embargo la demanda escolar es mayor.

En tanto en el nivel superior también se presentan obstáculos y bajas cifras en la eficiencia terminal, tal es el caso que la Asociación Nacional de Universidades e Institutos de Educación Superior (ANUES) menciona que aproximadamente de cada 100 estudiantes que ingresan a una licenciatura, egresan 60 y de esos solo 20 se llegan a titular. Cabe resaltar que el porcentaje de eficiencia terminal ha

disminuido ya que en los ciclos escolares de 1981-1982 y 1993-1994 era alrededor del 54%, en contraste para el 2000 ya que se ubico en un 39%, en las instituciones de educación superior (ANUIES; Llanes, Cervantes, Saldívar, Sánchez, 2012).

A esta situación se puede sumar el incremento de las cifras de abandono escolar, en el periodo 1999-2000 hubo un aumento, el 36% de los estudiantes provenientes de universidades publicas y el 28% del sector privado, haciéndose más evidente en las escuelas publicas (Llanes, et al. 2012).

Por lo que se hacen más visibles las problemáticas, ya que se observó en un estudio realizado con 166 expedientes de estudiantes que causaron baja en el periodo 2006-2009 de la carrera de medico cirujano de la Universidad Autónoma de Tampico, de los cuales 114 fue baja por estatuto y 52 alumnos fue por baja voluntaria dentro de esta categoría 41 de ellos mencionan su causa a la reprobación de materias, 6 por cambio de carrera, 2 por cambio de ciudad, 2 por la sobrecarga académica y 1 por cuestiones económicas (Llanes, et al). Con esto se observa algunos de los obstáculos que se presentan en los estudiantes dentro de su periodo de formación académica.

Sin embargo, cabe mencionar que la Facultad de Estudios Superiores Zaragoza en el periodo del 2006-2010 tuvo la mayor parte de egresados en la carrera de psicología con 335, después se encuentra Medico Cirujano con 267, Enfermería con 236, Química Farmacéutico Biológica con 234, Cirujano Dentista con 207, Biología con 193, y finalmente Ingeniería Química con 52. Con una Eficiencia Terminal en dicha Facultad de 35.07%, en lo que respecta a las carreras que obtuvieron un porcentaje más alto de eficiencia terminal fueron Enfermería con 63.58%, Psicología 53.85% y Médico Cirujano 36.21% (Sánchez, 2010). En tanto al segundo informe que corresponde al periodo 2009, el director de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, menciona que la eficiencia terminal del sistema escolarizado aumento un 37% (López, 2010). Reflejando así que con estos porcentajes, se ha mantenido el número, a pesar que se ha disminuido las cifras de eficiencia terminal en los últimos años.

Asimismo en promedio el 50% del alumnado de nivel superior y un 40% de posgrado, terminan sus estudios y se titulan, cabe resaltar que esto provoca el gasto de recursos que son destinados para la educación, presentándose en algunos casos frustración al no cumplir sus aspiraciones personales, prolongando su estancia en la universidad más tiempo de lo estipulado en los planes de estudio, añadiendo a eso que las opciones de titulación representan una problemática para el estudiante por las reducidas opciones con las que cuentan, asimismo los procedimientos burocráticos-administrativos son obstáculos para concluir sus tramites correspondientes (Secretaria de Educación Pública, Programa Nacional de Educación 2001-2006; Aréchiga & Llarena, 2003).

Se puede visualizar con los porcentajes mencionados, la realidad de la Educación y principalmente a nivel Superior en México, que determinan algunos obstáculos y situaciones que viven los alumnos en su estancia en la universidad, ya que en algunas ocasiones no son solo ellos, los responsables de la deserción escolar sino también por parte de las instituciones, profesores, administrativos, así como de las instalaciones, ya que lo más óptimo sería, que estén acopladas con lo necesario para estudiar. A pesar que las cifras indican una disminución de eficiencia terminal, se ha tratado de mantener en cierto porcentaje, sin embargo para combatir estas situaciones se han propuesto programas encaminados a superar y mejorar la calidad de la educación, como se ve en el programa de la SEP para escuelas a nivel medio superior, en la población rural, en la que reportaron resultados positivos.

Sumando así la situación de la deserción escolar, los porcentajes bajos de eficiencia terminal y el rezago estudiantil, constituyen otras de las problemáticas a las que se enfrenta la educación superior, como lo muestran las cifras, también la reprobación de materias, generando bajas expectativas de continuar, lo que alarga su estancia en la institución, siendo un gran problema porque se generan más gastos por la matrícula rezagada. Esto a pesar de que generalmente los individuos entran con los objetivos principales de obtener calificaciones aprobatorias, con la

ilusión de cumplir sus expectativas que en algunos casos son depositadas por los padres, presentándose conflictos, presiones, angustia para lograrlo, desde el inicio de la universidad. Es así que se hace alusión que los estudios universitarios exigen compromisos, metas más precisas y rigurosas. Ya que en la Facultad de Medicina se presenta un alto índice de reprobación y abandono en los dos primeros años de la carrera, encontrando una disminución en el área clínica. Por lo que fue motivo de estudio y análisis de los factores que se presentan en el rendimiento académico durante ese tiempo, siendo de suma importancia ya que determina que siga o no estudiando (Sánchez, Blum & Pineyro, 1990; Gatica, Méndez, Sánchez & Martínez, 2010).

En tanto otro factor que influye, es la sociedad, teniendo un papel importante, porque fomenta y refuerza ciertos comportamientos, como actitudes del individuo, por solo mencionar algunas, o por lo contrario a veces hacen de lado la importancia de la actividad física, así como una alimentación balanceada a horas adecuadas, en el desayuno, comida y cena, que pueden ayudar a mejorar la calidad de vida y por consiguiente tener un mejor rendimiento académico (Jiménez, Cervelló, García, Santos, & Iglesias, 2007).

Otro punto de vista relevante, es que a nivel social no es tan sobresaliente el realizar una actividad física, tomándolo como pérdida de tiempo o como una actividad sin sentido, sin embargo se ha demostrado que con estas actividades se obtienen beneficios inter e intra personales optimizando el desarrollo. A nivel interpersonal (familiar) cabe recalcar que es el núcleo básico para desarrollar los hábitos, ya que por medio de la interacción de éstos se fortalece y pule las conductas que benefician al individuo (Jiménez et al., 2007), mostrando también que hay diferencias en las personas con hábitos adecuados, de las que no se forman hábitos, atrayéndoles mal funcionamiento psicológico y social, ya que individuos con una actitud sedentaria presentan dificultades para las relaciones sociales y del medio ambiente, en comparación con las personas que realizan

algún ejercicio físico estos obtuvieron puntajes altos en dominios como relaciones sociales y medio ambiente (Jürgens, 2006).

Otros de los obstáculos se encuentran, en relación con la salud, estado emocional, técnicas de estudio, historia escolar, proyecto de vida, relaciones alumno-profesor (Flores & Ruvalcaba, 2007). Añadiendo al nivel individual el estado de ansiedad, depresión, estrés, rasgos de personalidad y el nivel de inteligencia (Sánchez, Jiménez & Ortigosa, 2007), todos estos aspectos se pueden desarrollar en el individuo de manera positiva o negativa a manera que interfiera en su rendimiento académico como en su vida diaria, por lo que es posible que él no obtenga los resultados deseados.

Retomando el estado de salud de los estudiantes, la alimentación que tienen es un factor que influye en el desarrollo cognitivo de los individuos, por lo que se considera relevante en la disminución de los problemas de aprendizaje (Fernández, Aguilar, Mateos & Martínez, 2008), asimismo el deporte se considerada una herramienta fundamental para la activación física y mental logrando así un aprovechamiento académico (Flores & Ruvalcaba, 2007), sin embargo en muchas ocasiones no son realizadas por los horarios de actividades, además los gustos por determinados alimentos, la facilidad e influencia de adquirir comida rápida entre otras situaciones afectan al individuo.

Por lo que estudios realizados arrojan resultados sobre la importancia que ejercen tanto las actividades deportivas, como los hábitos alimentarios que tienen los individuos, en los problemas de aprendizaje, por lo que Shephard (1984; en Ramírez, Vinaccia & Suárez, 2004) introdujo un plan de estudios en una escuela con un bajo nivel académico, consistió en incorporar actividades artísticas, lo que observo es que dichas actividades fomentan en los individuos creatividad e independencia. Se hace a un individuo más productivo en su desarrollo, adquiriendo las herramientas necesarias para su aprendizaje, por lo que tiene una mayor facilidad en el desempeño escolar (Moriana, Alcalá & Herruzo, 2006).

Otros estudios han mostrado que jóvenes y niños al tener una actividad fuera de lo teórico-educativo muestran un excelente rendimiento académico, (Moriani et al., 2006) además que al incorporar actividades escolares y extraescolares van logrando un beneficio, siendo no necesariamente con un deporte sino se pueden realizar actividades artísticas. Shephard (1984; Ramírez et al., 2004) observó que al incorporar actividades deportivas y artísticas por intervalos de 1 a 2 horas al día mostraron resultados positivos, en comparación de la que solo tenía actividades teóricas.

Cabe resaltar que algunos estudios han tratado de determinar con exactitud los factores que intervienen en el rendimiento académico pero de manera aislada dando resultados limitados, en contraposición Flores, Morales, Sánchez, Ruvalcaba & Ortigoza (2004; Flores, Morales & Landázuri, 2007; García, 2008) lo retoman como “el resultado de cómo los factores biológicos, psicológicos, sociales y ambientales, se entretajan en la objetividad y la subjetividad, a fin de construir las herramientas necesarias para enfrentar la vida cotidiana” (p. 69-70). Haciendo esto que se tenga una visión multifactorial, ya que trabajan en conjunto y un solo factor no puede definir el desempeño del estudiante.

Es así que el panorama expuesto sobre la educación, especialmente a nivel superior, se siguen presenciando dificultades en el rendimiento académico, esto se presenta en todos los niveles, dando pauta a generar investigaciones que aporten datos, definiendo y dando un perfil de los estudiantes, como las posibles soluciones a las dificultades que presentan a lo largo de su formación académica. Ahora bien es relevante mencionar que las investigaciones aportan datos respecto a nivel básico y medio superior, sin embargo el nivel superior de acuerdo a la literatura revisada no se ha encontrado una gran variedad de investigaciones que aporten basta información sobre los obstáculos en los estudiantes universitarios.

Por lo que la presente investigación es relevante ya que podrá aportar un perfil sobre los estudiantes, en su rendimiento académico, sus hábitos alimentarios y el ejercicio físico, y de que manera intervienen en su desempeño escolar, que

podrán ayudar a proporcionar posibles soluciones, como además de dar las características de la población estudiantil de la carrera de medico cirujano, aportando también datos importantes para la Institución, encargada de mejorar su calidad en la formación profesional, así como su calidad de vida del alumno, logrando bienestar y calidad necesaria para servir a la sociedad.

En tanto solo será abarcado estos tres factores, teniendo en cuenta que intervienen varios aspectos, pero el interés y objetivo de esta investigación son sus hábitos alimentarios, ejercicio físico y el rendimiento académico, de los alumnos de medico cirujano además de ver su posible relaciones entre dichos factores.

Es así que el objetivo del presente trabajo fue determinar la correlación que existe entre los hábitos alimentarios, el ejercicio físico y el rendimiento académico en estudiantes de la Carrera de Medico Cirujano con un Coeficiente Intelectual Superior.

Se considero necesario realizar un estudio correlacionado, que permitiera conocer la relación que existe entre el rendimiento académico, y los factores de estado de salud como el ejercicio físico, en lo referente a la alimentación sus hábitos alimentarios, la calidad de sus alimentos, así como sus técnicas y hábitos de estudio para, así determinar el grado en que contribuyen a esta problemática. Por lo tanto el objetivo de este documento es exponer los resultados para lo cual se organizó en tres partes centrales.

En la primera parte se presenta el marco teórico sobre la visión de diversos autores, partiendo como eje central el impacto de la Globalización, iniciando de manera general hasta llegar a la educación y por consiguiente al Rendimiento Académico. Es por ello que se desarrolla el tema de tal manera que se retoman los antecedentes del proceso, como también lo económico, político, social y la educación actual, a partir de exponer los conceptos fundamentales, con la intención de dar a conocer lo que representa el termino, además del origen y desarrollo en los últimos años, para que de esta forma se pueda revisar el impacto

que han tenido dichos fenómenos en México, con el fin de conocer el contexto económico-político-social y cómo se refleja en la educación.

Para después hablar del Rendimiento Académico, como el concepto, los factores que intervienen divididos en tres niveles; el primero es el nivel individual, que hace mención a los antecedentes escolares, los antecedentes biológicos referidos a la alimentación, nutrición, ejercicio físico, en tanto los psicológicos como la personalidad, motivación, autoconcepto, proyecto de vida, los factores pedagógicos, el proceso de aprendizaje en el que se hace alusión a las técnicas de estudio, el ambiente emocional, construido y de aprendizaje. El segundo es el nivel grupal, refiriéndose a todos los núcleos de personas con los que se desarrolla el individuo, la familia, profesores, compañeros, como las personas que tengan un significado importante para el alumno. Finalizando con el nivel institucional, las normas establecidas, las estructuras y funciones de las instituciones educativas.

Posteriormente se mencionaran los aspectos de los hábitos alimentarios dando los conceptos de nutrición, nutrimento, hablando de las 4 leyes de la alimentación (cantidad, calidad, armonía y adecuación), las proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas, minerales, agua y la adecuada alimentación de acuerdo a su edad, de 4 a 6, de 6 a 12 y de 13 a 20 años, retomando otros temas como la ingesta de comida rápida, la influencia de la cultura para consumir los alimentos y determinar los estereotipos, terminando con la definición de hábitos alimentarios.

Se concluye el marco teórico con el ejercicio físico, exponiendo los beneficios de realizarlo, tanto a nivel, biológico, psicológico y social, como también la definición de actividad física, ejercicio físico así como acondicionamiento físico, finalizando con las hormonas que se regulan en el organismo a consecuencia de realizar ejercicio físico.

La segunda parte del documento se analiza la situación en la que están los estudiantes, y los recursos con los que cuentan tanto la alimentación como de ejercicio físico, los cuales han aprendido y reforzado, a lo largo de su vida escolar,

teniendo en cuenta los horarios de comidas, la calidad de los alimentos, la realización de algún ejercicio físico, sus técnicas de estudio, los problemas en su aprendizaje, lo que le trae como consecuencia obstáculos para tener un desempeño óptimo. Después se muestra el método utilizado, los lineamientos generales, el objetivo general, los objetivos específicos, unidades de análisis, las características de la población, el instrumento, el procedimiento como es, la organización de la investigación, el contacto institucional y la organización y aplicación del instrumento.

Finalizando con la tercera parte dando los resultados, a partir de los factores establecidos, que serán presentados en dos partes, la primera de manera general y la segunda en la comparación de los grupos de alto, bajo y regular rendimiento académico, además de mostrar la correlación de Pearson entre los tres factores, así como la discusión de estos con los obtenidos de otros autores como: Moriana, Alcalá & Herruzo, (2006), Van (2004), Brito, Aguilar, Rull & Gómez, (2004), entre otros y finalmente las conclusiones.

Se espera que el presente trabajo aporte una visión sobre los factores mencionados y de que manera intervienen en el rendimiento académico, para que puedan dar posibles soluciones a las problemáticas, que se enfrenta el estudiante en su proceso de aprendizaje. Así como aportar a la institución herramientas con las que pueda mejorar la calidad de vida de los alumnos y su formación profesional, para beneficio de la sociedad. Además de ser una investigación que aporte información importante de lo que sucede a nivel superior, siendo muy escasa y poco desarrollada.

MARCO TEÓRICO

1.1 Globalización

1.1.1 Antecedentes

Los antecedentes de la Globalización son extensos, ya que es un concepto y proceso muy amplio que ha tenido muchas transformaciones en los distintos aspectos de la vida cotidiana de los individuos, ya que a pesar de ser un proceso meramente económico se ven cambios en lo social, en lo económico, en lo político y cultural de los países, cabe resaltar que se tiene una gran gama de definiciones ya que no tiene el mismo impacto en cada población, por lo que ha desarrollado posturas positivas y negativas el proceso de globalización.

La globalización se ha ido desarrollando a lo largo de la historia como un proceso alentador para el aumento de riqueza y poder, sobre los países poco desarrollados e inmersos en el tema.

También con la globalización se han observado momentos en la historia de los individuos complicada, ya que al iniciar una nueva forma de producir riquezas rompe con los estilos de vida de las personas, aumentan las demandas por cumplir con lo establecido en el nuevo orden económico, por lo que también se tienen repercusiones en el sistema político, transformando sus formas de gobernar y el debilitamiento en algunos casos de leyes que se refieren a los impuestos para introducir los productos al país; en lo que concierne al ámbito social se han desarrollado programas poco acordes a la situación de vida de los individuos, los servicios son escasos, presentándose discriminación a los individuos más necesitados y en el aspecto cultural se han ido modificando los contenidos y formación de los individuos, aquí cabe resaltar el aspecto de la educación ya que es un tema que tiene gran relevancia y que en ocasiones no se le da la importancia adecuada, se han ido modificando los planes curriculares de acuerdo a las demandas de la globalización, dejando a un lado al individuo y solo

proyectando lo que beneficie a los inversionistas y así ellos aumentar su poder y riqueza.

Por lo que ante los cambios producidos por la globalización, los individuos han tratado de acoplarse a las reglas para llegar a lo que se plantea, en un lapso corto y acelerando algunas situaciones en su vida, a pesar de que no sean la mejor alternativa, ya que uno de los objetivos que plantea la globalización es una mejor calidad de vida, mediante el poder económico que se va obteniendo en el país, sin embargo no siempre se cumple tal objetivo, los antecedentes históricos del desarrollo de la globalización son muy amplios, por lo que se trataran de mencionar algunos de los factores que intervienen en el proceso.

Ante todo su desarrollo de la globalización también es relevante mencionar el origen del concepto, ya que surgió en julio de 1944, en Bretton Woods, New Hampshire, como resultado de una reunión con los principales representantes de la economía, empresarios, políticos, para tratar de registrar todos los daños causados por la Segunda Guerra Mundial, los cuales decidieron y llegaron a la conclusión que se necesitaba un nuevo sistema económico global, para poder estimular el desarrollo económico general, surgiendo como resultado el Banco Mundial y el Fondo Monetario Internacional, desarrollando además acuerdos sobre los Aranceles Aduaneros, que esto culmino con la creación de la Organización Mundial del Comercio (Cavanagh, Mander, Anderson, Barker, Barlow, Bello, Broad, Clarke, Goldsmith, Hayes, Hines, Kimbrell, Korten, Norberg, Larrain, Retallack, Shiva, Tauli & Wallach, 2003).

Cabría señalar que la globalización desde sus inicios, de cierta manera pretendía estimular la generación de recursos económicos y poder estabilizarse los países después de la Segunda Guerra Mundial, mediante la creación de instituciones que llevaran la contabilidad del capital de varios países, además de la creación de tarifas por los productos que se introducían al mercado de otro país (Cavanagh, et al. 2003).

Por lo que “La finalidad original del “Banco Mundial” fue financiar la reconstrucción de Europa después de la Segunda Guerra Mundial, utilizando el capital aportado por los Estados miembros como garantías con las que poder solicitar préstamos en los mercados financieros internacionales a un interés favorable, y luego prestarlo para proyectos de desarrollo” (Cavanagh, et al., p. 55).

Se puede observar que primordialmente el surgimiento de este nuevo sistema económico y la creación de instituciones, como el Banco Mundial era para que Europa pudiera reestablecer su economía utilizando el capital de los países que formaban parte del Banco Mundial, y así poder solicitar préstamos en los mercados financieros internacionales, con un interés aceptable y a su vez tener la posibilidad de que se realizaran préstamos para los proyectos de los países miembros (Cavanagh, et al.).

Esto se puede mencionar para dar cuenta que el proceso de globalización y la creación de instituciones para administrar el capital de los países miembros, fue en primer momento para estabilizar la economía por los daños causados por la Guerra, sin embargo tal fue su sistema de reestructuración que en los años cincuenta se condujo a una expansión de manera internacional, introduciendo y añadiendo a más países a adoptar el proceso de globalización (Gutiérrez, 2002).

En la historia del desarrollo del proceso de globalización Europa tiene un papel fundamental ya que ahí surgió, como proceso para reestablecer su economía, por lo que varios de sus países cuentan con una economía fuerte y capaz de lograr el control de los demás países en desarrollo, teniendo así una importante fuerza dentro de la economía mundial, además de haber experimentado y adquirido una visión más profunda, por haber utilizado este proceso más tiempo, observando los beneficios y los daños de incorporar el proceso de globalización en una población, por lo que ejercieron el control de la economía desde principios del siglo XVIII, ya que como ejemplo se menciona que países como Gran Bretaña se dedicaban a

transportar los productos por medio de barcos, por lo que ejercían un gran control marítimo, de tal manera que los barcos que no eran de este país, eran despojados de los productos por piratas (Ferrer, 1999).

Los medios de transporte, primeramente eran utilizados para productos con un valor adquisitivo alto, por lo que generaba una economía para los transportistas, sin embargo eran poco utilizados, también se observaron el surgimiento de pequeñas aportaciones, de los desarrollos tecnológicos, sin embargo no tienen una gran importancia para la sociedad y para la producción, sino hasta que se les empieza a facilitar a los inversionistas, reduciendo los costos en la fabricación y distribución de los productos (Ferrer, 1999).

Poco a poco fue tomando un lugar las innovaciones y la creación de tecnología de los grandes inventores para la mejora en la producción, y la vida diaria, sin embargo solo se estaba desarrollando en los países con una economía sólida, esto provocó que surgieran inconformidades dando lugar a la Revolución Industrial, así como a que un grupo más grande tuviera acceso a las innovaciones para obtener mayores ingresos económicos, además de que también ayudaron a algunos bienes y servicios de los individuos. Observando radicalmente cambios, generando nuevas formas en la globalización mundial (Ferrer, 1999).

Además la revolución industrial permitió la facilidad de producción y el ahorro de tiempo de elaboración para poder comercializar los productos a más países, haciendo más grande su mercado económico, por lo que la globalización ha pasado por varias etapas y a distintos factores que se presentaron en el proceso. Hubo grandes inventos como la máquina de vapor que ayudó a transportar mayor variedad de productos a los lugares más alejados (Carbaugh, 2004).

En el desarrollo de la tecnología se pudo presenciar la invención y sustitución de algunos objetos utilizados para el comercio como es el caso de los buques de vela por los de vapor y la invención del ferrocarril, sin embargo con la Primera Guerra

Mundial se detuvo el desarrollo, y los países en su intento por defender su estabilidad impusieron aranceles (Son tarifas establecidas por las autoridades competentes para la prestación de servicios públicos o privados, además de ser los impuestos de importación o exportación de los productos en las aduanas) a todos los productos que ingresaban, y trataron de consumir todo lo que producían con el intento de proteger los empleos de los trabajadores del país, lo que disminuyó notablemente el ingreso de las exportaciones, deteniéndose dicho progreso, desperdiciando 80 años de avance tecnológico alcanzados por el medio de transporte (Carbaugh, 2004).

Otro de los factores en el desarrollo de la globalización, es que dentro de la etapa del imperialismo, se manifestó un cierto grado de incapacidad para desarrollarse plenamente, ya que Ramos (2004), menciona que fue a causa de la inmadurez del proceso, también al anticipar que no tendría buenos resultados el capital monopólico, y la maduración de la clase obrera. Por lo que pareciera que solo tuvo resultados dentro de los años de 1950 a 1973, siendo esta una forma en la que se acumularían procesos para desarrollar la globalización.

Pero en la etapa del capitalismo, se presentó una crisis alrededor de los años sesenta y mediados de los setenta, con la que es retomada la globalización y el neoliberalismo, como una opción para poder reestructurar la economía a finales de este siglo, presentándose cambios significativos en lo político, social, cultural, y principalmente en la economía de los países (Ramos, 2004). Asimismo Gutiérrez (2002) refiere que: “Tanto la liberalización Comercial y la liberalización de los mercados financieros se consolidaron durante los años sesentas” (p. 18). Además de que “El capital extranjero pudiera fluir internacionalmente, esto desembocó, a finales de los sesenta, en la expansión de la inversión extranjera” (Gutiérrez, 2002, p.19).

En este momento se observa que se retoma la globalización por la crisis que se presenta trayendo consigo cambios en lo político, social, cultural y especialmente

en la economía, dando una liberación de los mercados y su consolidación y así incursionar internacionalmente, y la libertad de transportar más fácilmente los productos, así como pudiendo establecerse en los países a pesar de ser extranjera la industria (Gutiérrez, 2002).

Siguió desarrollándose la globalización a pesar de la crisis experimentada, ya que para los años setenta se formó una nueva organización de producción, en la que el comercio se volvió cada vez más un tráfico de mercancías entre sucursales de la misma empresa, con esto el mercado exterior dejó de ser un intercambio de mercancía entre dos empresas de la misma nación, además sin duda los bajos costos en el transporte seguían facilitando aún más el traslado de mercancía (Carbaugh, 2004). Para los países en desarrollo esto significó la inserción a la economía internacional, a través de manufactura con bajo grado de elaboración elevando su productividad, y para los países industrializados significó la expansión de sus empresas (Gutiérrez, 2002). Por lo que Dabat, Rivera, & Suárez (2004) menciona que “Durante el periodo de transición se dieron condiciones muy favorables para la integración de los países en desarrollo en la economía mundial, que este se dio en los años sesenta y parte de los setenta”. (p.59).

Otro factor de la globalización fue que finalizando el siglo XX, las crisis suscitadas en distintos países, se podían percibir, además de que no se estaba cumpliendo con unos de los objetivos, en el cual se pretendía en cierto modo tener las mismas posibilidades de crecimiento económico, dejando a un lado los acuerdos tomados (Cordera, 2007).

Por lo que Cordera (2007) menciona que: “ En los años finales del siglo XX fueron los de la globalización y sus descontentos, y las sucesivas crisis en América Latina, Asia y Rusia , advirtieron con cruel claridad sobre la imposibilidad de pensar el mundo global como una realidad homogénea, libre de oscilaciones y ciclos y capaz de dejar atrás los acuerdos históricos institucionales y constitucionales que le dieron una mínima estabilidad y

posibilidades de desarrollo al mundo que surgió de la ilustración y de las revoluciones del siglo XVIII” (p. 26).

Una de las perspectivas era llegar a consolidar una economía favorable a nivel mundial, mediante acuerdos que permitieran introducir una variedad de productos de distintas partes del mundo, con lo que los individuos pudieran desarrollar una buena calidad de vida, sin embargo no fue equitativo el desarrollo, generando inconformidades en la sociedad. Y como consecuencia trayendo varios cambios para poder llegar al equilibrio económico, ya que solo se estaban beneficiando los países con más altos poderes económicos, relegando a países en desarrollo, ya que estos tenían menos oportunidades de acceder a innovaciones que mejorara su producción y comercio de los productos (Cordera, 2007).

Posteriormente se presentó la liberalización financiera, este proceso continuo, a una gran velocidad desde mediados de los ochentas, con la internalización de las finanzas (Gutiérrez, 2002). Además “con el crecimiento del comercio mundial, que desde mediados de los ochenta ha tendido a expandirse, ha aumentado las exportaciones en todo el mundo provocando que haya un incremento de éste en los países en desarrollo” (Gutiérrez, 2002, p. 23).

Al aumentar las exportaciones de los productos a diversos lugares incrementa los ingresos económicos, dando lugar a la transformación, refiriéndose especialmente al capitalismo mundial que tiene su principal fuerza en las innovaciones, en el campo de la informática y las telecomunicaciones al grado de producir un cambio tanto estructural y espacio temporal que fomenta una nueva forma de organización, en las actividades sociales, económicas y políticas. La etapa en la que tuvo lugar estos grandes cambios fue en los años ochenta (Dabat, et al. 2004).

Pudiendo observar, que al pasar el tiempo y las circunstancias del proceso de globalización, va cambiando la perspectiva que se tiene definida, por lo que en los

años ochenta la globalización surge “como un cambio histórico que expresa tanto la revolución informática como la reestructuración posfordista (producción flexible en masas inmersa la tecnología) y neoliberal del capitalismo y la reunificación económica, política y social del mundo bajo la dirección de las instituciones del capitalismo” (Dabat, et al., p. 41).

Así en los años ochentas la globalización empieza a formar parte de un cambio a nivel mundial, ya que surgen varias innovaciones, presenciando las primeras invenciones tecnológicas, para disminuir el tiempo de elaboración y aumentar la producción de los productos (Dabat, et al.).

Con lo que (Dabat, et al.) señala que “La revolución informática comenzó a desplegarse en los años setenta, pero solo alcanzo a los sectores fundamentales de la producción social a partir de la reestructuración capitalista de los años ochenta” (p. 44), lo que hace que la globalización tome el potencial en su desarrollo es evidentemente la aplicación de la tecnología y la comunicación cuyos avances se dieron en los años noventa (Gutiérrez, 2002).

Además Gutiérrez (2002) menciona que:

“Ahora la revolución tecnológica en los transportes y las comunicaciones ha permitido la producción de aviones jet, computadoras y satélites. La integración de la tecnología de las comunicaciones, ha dado lugar al nacimiento de las tecnologías de la información, que cuenta con dos activos vitales que son su alcance y su velocidad. Estos desarrollos tecnológicos han hecho a un lado las barreras de la geografía” (p. 20).

Por lo que cabría mencionar, que para insertar a los países en desarrollo, los acuerdos regionales deben de ser incorporados dentro de la globalización como una parte que les permitirá un acceso libre al comercio y a la libertad de inversión extranjera, pudiendo formar su economía, estos acuerdos benefician a las empresas y da una flexibilidad laboral (Capulo, 1999).

Siendo una de las consecuencias de la globalización en el año de 1990, como lo dice Cordera (2007) “El festín de la globalización que el mundo vivió en los primeros años noventa llevó a profetizar la ineluctable desaparición de los estados. En un mundo económico sin fronteras, la institución responsable de su cuidado y administración perdía pertinencia y sus agentes dejaban de responder a los mandatos e intereses de la ciudadanía rumbo a un orden cosmopolita que muchos veían como de inmediato arribo” (p. 25). Observando “libertad” y facilidad para introducirse en el mercado comercial de los países, ya que por medio de los acuerdos daban permiso para introducir productos, no haciendo visibles los límites y reglamentos de determinado país (Cordera, 2007).

Uno de los aspectos de las formas de quebrantaron, fueron los recursos naturales que han sido explotados por el libre comercio, ya que estos estaban resguardados por el Estado, teniendo la obligación éste de proporcionar concesiones a los inversionistas, para que no fueran propiedad privada y si del Estado, pero no fue así, ya que surgió una devastación incontrolada en los años noventa (Capulo, 1999). Observando la gran devastación que ha provocado el proceso de globalización y las formas como ha entrado a todas las áreas del individuo, produciendo cambios significativos, así como en algunos casos grandes mejoras a la economía de los países.

Por lo que cabría resaltar que anteriormente la visión de la economía, estaban alrededor de productos como petróleo y el hierro, así como de usar ciertos tipos de monedas, como los francos, libras y a veces con dólares, refiriéndose a cientos de millones de esas monedas, es decir la economía que se presenciaba no era a niveles exorbitantes, sin embargo en la actualidad están operando compañías de computación, de telecomunicaciones o entretenimiento, usando monedas como los yenes, los dólares o marcos, manejándose actualmente cifras de billones de dólares (Ramos, 2004).

Así mismo Gutiérrez (2002) menciona que “También han jugado un papel fundamental las nuevas formas de la organización industrial. La adopción

de formas de producción flexible ejerce una influencia enorme en la estrategia y la manera de proceder de las empresas de cara a la globalización. La participación descendente de los salarios en los costos de producción y la importancia que se le da a los productores y consumidores obligan a las empresas a decidir cuál será su estrategia de expansión internacional, el comercio o la inversión” (p. 20).

Con lo que también “El desarrollo de las exportaciones depende en gran medida de la distancia económica entre productores y consumidores y de los costos del transporte. Estos costos han descendido paulatinamente a lo largo del tiempo, de tal forma que la distancia económica entre los mercados se ha reducido” (Gutiérrez, 2002, p. 30).

Indudablemente estos elementos aunados al auge de las tecnologías de la información, han de acortar más las distancias entre los países (Gutiérrez, 2002).

Pero además cabe mencionar que dentro del siglo XX se han percibido acontecimientos importantes, así como surgieron y desaparecieron grandes proyectos, además de ver guerras a nivel mundial y también grandes innovaciones como el Internet, con el cual podemos conocer distintas actividades de países que se encuentran del otro lado del mundo, sin salir de nuestro país, y sin salir de nuestra casa, así como de las redes de telecomunicación (Ramos, 2004).

En este sentido “La globalización implica una comprensión y reorganización del espacio mundial que resulta de la integración de la producción y la circulación capitalista, apoyada por la tecnología informática y la ampliación de la red de telecomunicaciones, que casi abarca el mundo entero” (Dabat, et al., p. 43).

Asimismo una de las metas planteadas por parte de la globalización es integrar las actividades económicas de los países en un esquema de desarrollo homogéneo, pretendiendo que países con culturas y economías diferentes adopten unos gustos, valores y estilos de vida similares (Cavanagh, et al.).

Además con la globalización, se observa el desarrollo de competencias a grandes escalas entre los países, para tener el dominio del mercado, destruyendo organizaciones sociales, principalmente a los trabajadores, reduciéndoles los servicios públicos y sociales que se les eran dados por el Estado (Capulo, 1999).

Observando una enorme fuerza el proceso de globalización y por lo tanto una gran influencia en varios ámbitos de la vida diaria, volviéndose tema de conversación cotidiana dentro de los individuos a nivel mundial. Por lo tanto varios países se han ido insertando en dicho proceso, viviendo fuertes cambios y en algunos casos también grandes mejoras en su economía.

1.1.2 Concepto de Globalización

La globalización como concepto es entendido muy ampliamente y dinámico, ya que no solo son elementos económicos sino que intervienen además aspectos políticos, sociales y culturales (Gutiérrez, 2002).

Asimismo se refiere que el término de globalización tiene un origen anglosajón con lo que se hace referencia a nivel mundial, dicho concepto es utilizado para referirnos no solo a procesos económicos, sino además ésta en estrecha relación con la cultura, la sociedad y la política de los países, es decir es ocupado para referirse en un sentido general y no exclusivo del ámbito económico (Ramos, 2004).

Por lo que la globalización logra tener diferentes significados para muchas personalidades, (Gutiérrez, 2002). Existiendo infinidad de conceptos de globalización, todas ellas muy parecidas entre sí (Barcelo, 2007).

Mascarilla (2003), plantea un punto referente al concepto de globalización, en el cual menciona que no se tiene una definición aceptada a nivel universal, ya que es objeto de debate en distintas áreas como en ciencias sociales y particularmente en el ámbito de la economía.

Asimismo Ghose (2004) menciona que:

“La globalización es un término ampliamente utilizado, si bien todavía falta una definición clara del mismo. Tiene distintos significados para las distintas personas y ellos por buenas razones. La globalización es un proceso completo y de múltiples dimensiones; es natural que presente diversas caras según los distintos individuos, grupos y naciones. No obstante, a los fines analíticos, es necesario contar con un término claramente definido, necesitamos empezar por establecer que entendemos por globalización. Además menciona que la globalización constituye un proceso de integración de los mercados nacionales en un mercado global. Por supuesto no sólo existen mercados de productos sino asimismo de lo que los economistas denominan factores de producción esencialmente de capital y la mano de obra. Así la globalización es tanto el proceso de formación de mercados globales de productos como de factores de producción. Esta definición pone inmediatamente de manifiesto que la globalización ha de ser un proceso que se proyecta con un horizonte a largo plazo” (p. 19).

Se observa que la globalización es un concepto que va más allá de una simple integración de países o de regiones por medio del tráfico tanto de bienes, como de trabajo, o de tecnología, a través del mercado. (Barcelo, 2007).

Con lo anterior podemos notar una serie de aspectos en los cuales vemos algunas similitudes referentes al concepto de globalización, sin embargo algunos autores han tratado de proporcionar una definición de acuerdo a su visión sobre el tema, los cuales los retomaremos en párrafos siguientes.

Otro aspecto que cabe mencionar es que el concepto tiene su origen en lo económico-financiero, por lo que algunas instituciones relacionadas en este ámbito lo han retomado, el consenso de Washington menciona que:

“La globalización se refiere a la creciente interdependencia económica de los países del mundo a través del incremento constante de las transacciones internacionales de bienes y servicios (y por tanto las posibilidades de elección para los consumidores); de flujos de capital, y de la mas rápida y amplia difusión de la tecnología” (FMI, World Economic Outlook, Washington Mayo, 1997, p. 45; Gutiérrez, 2002, p. 14).

Para Carlos Rozo (Gutiérrez, 2002) la globalización es:

”La interdependencia creciente entre las economías que resulta de dos procesos altamente conectados. Uno es la integración económica y otro el de la internacionalización del capital. Éstos son los dos fenómenos que sustentan el funcionamiento de la acumulación capitalista en el ámbito mundial. Cada uno de ellos es diferente con una autonomía relativa, pero los dos están estrechamente conjugados” (p. 15).

Otra visión que se tiene de la globalización es que tiene dos puntos de partida, para que se desarrolle la integración económica en la que los países se intervinculen para incrementar sus ingresos económicos y logrando así la Internacionalización del capital, teniendo la posibilidad de hacer que el capital, pueda incrementar traspasando fronteras y ser reconocidos a nivel mundial, sin olvidar sus propias características (Gutiérrez, 2002).

Nayyard (2000; Gutiérrez, 2002) define a la globalización como: “un proceso asociado con una creciente apertura, una elevada interdependencia y una mayor integración de la economía mundial” (p. 15).

Por otra parte la globalización se “debe ver como un proceso que involucra 10 aspectos fundamentales:

- Flujos comerciales internacionales
- Finanzas internacionales
- Interdependencia
- Estrategia de desarrollo e industrialización

- Ampliación de las relaciones internacionales de las empresas
- Segmentación de los mercados laborales
- Absorción y uso de nuevas tecnologías
- Reducción de costos de producción
- Velocidad de las Transacciones
- Acotamiento del papel del Estado en el Diseño y conducción de la política Económica” (Gutiérrez, 2002, p. 16).

Podemos partir que la globalización es un proceso complejo en el que intervienen varios aspectos, ya que se pueden ver flujos comerciales (inversiones) de los países, por lo que se presentan finanzas internacionales, provocando una interdependencia entre los países, propiciando que los consumidores suban el nivel de demanda de determinados productos asegurando las negociaciones entre estos, por medio de una estrategia para poder desarrollar su industria, ampliando sus relaciones a nivel no solo nacional sino trascendiendo a nivel internacional, mediante las innovaciones tecnológicas, lo que provoca la reducción de costos y a su vez la rápida negociación, dejando de lado el límite que tienen los estados como frontera (Gutiérrez, 2002).

A su vez Mascarilla (2003) define a la globalización:

“Como el resultado de la evolución histórica del desarrollo capitalista, de la innovación humana y del progreso tecnológico que ha permitido una creciente integración de las economías de todo el mundo, especialmente a través del comercio y los flujos financieros, y como un proceso económico, social y político de ámbito mundial, por el cual cada vez existe una mayor interrelación económica entre unos lugares y otros, y en que cada vez mas ámbitos de la vida son regulados por el libre mercado” (p. 14).

Con esto podemos referirnos a la globalización, en sentido de evolución de un proceso económico, en el cual se ha podido desarrollar e incorporar las

economías de varios países, ya sea por medio del comercio o de las inversiones, sin hacer de lado las innovaciones tecnológicas, ya que éstas facilitan las negociaciones y la rápida difusión de los productos, teniendo efectos en lo social, en lo político y cultural de cada país (Mascarilla, 2003).

Asimismo “La Globalización es una integración más estrecha de los países y los pueblos; producida por la enorme reducción de los costes de transporte y comunicación, y el desmantelamiento de las barreras artificiales a los flujos de bienes y servicios, capitales, conocimientos y (en menor grado) personas a través de las fronteras” (Stiglitz, 2002; Mascarilla, 2003, p. 14).

Se entiende además la globalización como una mayor integración entre los países, por las negociaciones que se dan entre ellos, como su difusión y distribución de sus bienes y servicios, gracias al libre tránsito de una gran variedad de productos a distintos países, además de tener la oportunidad de tener acceso a conocimientos e individuos de distintas culturas, dando oportunidades de crear innovaciones para los individuos (Mascarilla, 2003).

1.1.3 Globalización en México (Económico)

El desarrollo que ha obtenido el mundo por medio de la globalización ha modificado el entorno estratégico en el que se encuentra la economía y la política externa en México, llevándolo a tomar decisiones en torno al desarrollo del país para enfrentarse a la globalización, como resultado de ello se logra la liberación económica en el siglo XX, el mercado (economía) y las políticas del país empezaron rápidamente a modificarse, para lograr la incorporación de México a la globalización (García, 2002).

A partir de 1880, el comercio exterior que se logró en México empezó a desarrollarse por medio de la comunicación ferroviaria y marítima hacia el extranjero, además por el desarrollo de la minería en base al empleo de nuevos metales y el uso de la energía eléctrica en la explotación de éstas, no dejando de

lado la influencia de las inversiones extranjeras. Anexando también a este incremento la baja en los costos de producción industrial en algunos países de Europa y EUA. En el comercio Interno en el año de 1900 las actividades agropecuarias ocupaban el primer lugar en México, y la manufactura el segundo lugar, sólo más tarde sobresalían la minería y después la importancia de los transportes (Bassols, 1980).

Después de 1934, y sobre todo en la segunda guerra mundial, el comercio interno creció y su desarrollo fue superior al que puede observarse en países como Asia y América Latina. No solo se incrementaron las operaciones, sino que se alcanzaron grandes adelantos en la modernización del comercio mexicano. Sin embargo, durante el siglo XIX, estaba muy atrasado el comercio Interno, principalmente por la falta de comunicación y al mal estado de caminos y carreteras de la República Mexicana, que en su mayoría se había construido en la Colonia (Bassols, 1980).

Las comunicaciones y la tecnología, juegan un papel esencial en el desarrollo ya que han sido un elemento vital para el mejoramiento económico, la carencia de ellos impide el movimiento de mercancía y materias primas de manera rápida y eficaz, la falta de comunicación y tecnología limita el desarrollo económico social de México. Reflejándose éste en 1969, ya que se terminó el proceso de “diselización” de los Ferrocarriles Nacionales de México, el cual consiste en la sustitución total de las máquinas de vapor por las de diesel pero ello no sólo se vio reflejado en transportes terrestres sino también aéreo ya que el desarrollo de la aviación a partir de la cuarta década de este siglo, es decir, durante la segunda guerra mundial y después de ella fue cuando se empezó a dar su desarrollo. Al aumentar el número de empresas aéreas que dan servicio, los vuelos se incrementaron considerablemente en 1967. Destacando entre estas la Aeronaves de México y Mexicana de Aviación, pues sus líneas tocan más de 20 ciudades de los EUA, Francia, Italia, España, Centro América y Sudamérica y algunas islas de las Antillas facilitando así el comercio Exterior (Bassols, 1980).

En los años de 1974-1975 inicio una crisis mundial, la cual no afecto de inmediato a México ya que coincidió con el alza de los precios del petróleo y la ampliación del crédito internacional barato. Pero la crisis económica en 1976 obligo a un programa de reordenamiento económico con el Fondo Monetario Internacional y el Departamento del Tesoro de Estados Unidos, que inicio en los dos primeros años del gobierno de López Portillo. Dicho plan se fundó inicialmente en el entorno de una contradicción, cuyo origen tenía que ver con la introducción de México de importador de petróleo, como uno de los primeros productores mundiales. Esto último posibilito un nuevo auge económico alimentado por la petrolización (Morera, 1998). Por lo que el gobierno mexicano inicio con un endeudamiento, que concierne a el comportamiento irresponsable y falta de prudencia por parte de los banqueros internacionales, ya que la deuda aumento exorbitantemente, además de que se adquirió con unos criterios a corto plazo y a lo mucho a mediano plazo cumplir la liquidación de la deuda (Ibarra & Vidal, 2008).

Consecuencia de esto Ibarra & Vidal (2008) menciona que:

“Las condiciones del programa de ajuste del FMI llevaron a que, por vez primera en la historia moderna de México, se despidiera a empleados públicos, los cuales en un esquema de recesión económica, no se pudieron incorporar al mercado laboral y pasaron a engrosar las filas de los desempleados o, en el mejor de los casos, el de la economía informal. Cabe mencionar que esta situación de despidos creó una gran crisis de confianza en la población hacia el gobierno” (p. 108).

En esto se puede observar que a consecuencia de la inestabilidad económica, con los intereses generados por la deuda externa, provocó tanto devaluar la moneda como el recortar al número de empleados, estos últimos orillándolos a ingresar a trabajos informales. Otro aspecto es que el petróleo bajo su valor y sin embargo las tasa de intereses incrementaban, esto se presento alrededor de 1982-1985 (Ibarra & Vidal, 2008).

También Banxico (1985; Ibarra & Vidal 2008) se refiere:

“Por su parte el argumento gubernamental para iniciar de manera formal el proceso de apertura comercial era que la excesiva protección y discrecionalidad de los sexenios anteriores había venido generando situaciones injustificadas de privilegio en perjuicio del consumidor, de la productividad del aparato productivo, de la generación de exportaciones y de empleo. También se mencionaba que el sistema de permisos previos de importación había contribuido a evitar el abatimiento de la inflación, al no permitir el libre ingreso de mercancías con precios más competitivos (p. 110).

Para que México fuera tomado en cuenta por los países industrializados, se formularon estrategias de apertura y acuerdos de libre comercio que estimularon a incrementar el número de intercambios, y transformaciones del comercio exterior (Pino, 2008).

“En Enero de 1994 entra en vigor el Tratado de Libre Comercio de América del Norte (TLCAN), después de haber sido ratificado por los poderes legislativos de los tres países Canadá, EUA y México” (Ibarra & Vidal, 2008, p. 117). Ya que a partir de los tratados pactados, los países abrieron las posibilidades de exportar sus productos mejorando su economía, y la posibilidad de tener una mejor calidad de vida para la población.

Con lo anterior vemos que México participa exportando productos pero siendo maquilador lo que provoca que varios empleos se devalúen, y ya no sea tan necesarias determinadas fuerzas de trabajo, además de que ya no produce, no consume materiales producidos en el país, y otro aspecto es que se dedica a la reconversión de las empresas transnacionales y de algunos grupos privados nacionales, provocando rupturas internas (Guillén, 2008).

El pasó al neoliberalismo género cambios importantes en su estructura del sistema productivo en México, en lo que la participación del sector agropecuario el PIB

(producto interno bruto) se redujo a 1.1 de 1980 al 2005. En la industria se redujo la participación 0.8 en el mismo periodo, esto contrariamente a lo que se esperaba de la industria manufacturera, que sería el eje del nuevo modelo, se mantuvo estancada en el mismo periodo. En el sector manufacturero perdieron valor algunas ramas tradicionales siendo las textiles y prendas de vestir, madera, papel, así como las industrias metálicas básicas (Guillén, 2008).

Cabe mencionar que en México no se ha visto grandes avances en el aumento del empleo, ya que aproximadamente en los últimos 25 años, los niveles de empleo difícilmente han aumentado los niveles de empleo con el modelo neoliberal, junto con la integración del TLCAN, además de la incapacidad de crear empleos formales e integrar a la población a la fuerza de trabajo. Sin embargo en México en los noventas, se registro un aumento el 3.1% superior al 2.5% que se registro en el conjunto de América Latina (BID, 2003: 78; Guillén, 2008).

La escasez de trabajo, y las rupturas en algunos sectores por el TLCAN, como en la agricultura provocó la emigración de trabajadores a otros países, principalmente a Estados Unidos y la proliferación del trabajo informal (Guillén, 2008).

“En el caso mexicano, los efectos de las crisis de 1994-1995, y la recesión de 2001-2002 en la creación de empleos formales fueron nítidos. En 1995 se perdieron 263,830 empleos en el sector formal de la economía. Durante el periodo 2001-2004, que coincide con la recesión estadounidense y el estancamiento subsiguiente de la economía mexicana, se registró una perdida neta de 285,050 plazas formales. Inclusive en la industria maquiladora se perdieron 229,127 empleos en le periodo 2001-2003, primer caída registrada desde su creación en los años sesenta” (Guillén, 2008, p. 342).

México a raíz del TLCAN expulso a gran cantidad tanto de trabajadores como campesinos con bajos ingresos económicos hacia Estados Unidos, siendo así que la globalización no es solo entendida como modernidad, sino es un regreso a los antiguos métodos de explotación de la fuerza de trabajo del “capitalismo”, por la

informalidad y la migración son producto de la falta de dinamismo y las mismas formas de producción atrasadas, a esto añadiendo los procesos de precarización del empleo por las empresas transnacionales (Guillén, 2008).

1.1.4 Globalización en México (Político)

A partir de que se abrió la economía del país se presentaron cambios, en lo económico, político y social, como se ha venido mencionando en párrafos anteriores, por lo que se retomara el aspecto político ya que el sistema político del país y con la globalización provoco transformaciones, reestructurándose la forma de dirigir al país (Bejar, 2000).

Los partidos políticos, que son agrupaciones que se han conformado para realizar cambios a favor de la población y el manejo del país, no han sido en muchas ocasiones favorables, uno de los aspectos que han tratado de promover es la democracia (Bejar, 2000).

Bejar (2000) menciona que:

“La evidencia que apunta a la imposibilidad de dar marcha atrás en el proyecto emprendido, no obstante, se acumula en la literatura dedicada a reflexionar acerca de un presente muy distinto de aquel confeccionado a partir de las secuelas del proceso revolucionario de 1910. De entonces a la fecha, la estructura social y los acuerdos políticos que permitieron la consolidación del régimen postrevolucionario muestran signos de un desgaste que hace claramente inviable ya su funcionamiento en los mismos términos de antaño” (p.92).

Se puede observar que desde el proceso revolucionario se tenía una forma en la política y en la sociedad, sin embargo se ha venido deteriorando tendiendo así a un mal funcionamiento desde hace tiempo (Bejar, 2000).

México ha vivido procesos en su estructura política, y la sociedad se ha visto en constante movimiento, dando paso a cambios, como por ejemplo en la década de

los sesenta se presentaron aumentos en la industria y el capital, fortaleciendo así las finanzas del país, esto provocó además que en la sociedad indudablemente surgieran expectativas de mejoras en su calidad de vida, como también en la opción de intervenir en la política del país, y no centrar el poder en una sola agrupación (gobierno priísta) que durante una buena parte llevó el control de la política en México (Bejar, 2000).

La sociedad manifestó diversas protestas en contra del gobierno ya que solo eran beneficiadas una minoría de la sociedad, quedando desprotegida toda la población más vulnerable, por lo que se pudo presenciar revueltas estudiantiles, movimientos sindicales y protestas partidistas, esto provocó una gran presión hacia el partido gobernante de ese momento, ya que por un tiempo pudo sobrellevar y apaciguar dichas inconformidades, sin embargo tuvieron que aceptar la modificación de algunas formas en la estructura política. Esto abrió la posibilidad de que se pudiera mantener y expresar la competencia de otros partidos políticos con el (PRI) partido que alrededor de 70 años tuvo el poder para gobernar México y realizar las acciones que mejor le beneficiaran (Bejar, 2000).

Estos cambios son producto de diversas condiciones, ya que en 1982, la sociedad mexicana se ve en una crisis económica severa y con una gran duración desde la instauración priísta (Medina, 1995; Bejar, 2000).

Además “En el entorno nacional priva la recesión por el agudo retroceso de la producción y los ingresos, añadiendo a esto la gran disminución al gasto público destinado a las políticas de bienestar social” (Alcocer, 1991; Bejar, 2000). “El impacto de esta situación sin embargo tiene efectos muy diversos sobre cada segmento de la población: aquellos con ingresos fijos, como es el caso de los sectores populares y medios, destacan como los más lastimados debido a la disparidad entre el índice de inflación y el aumento de los salarios. Al agravio acumulado por estos grupos se suma, por otra parte, la incertidumbre y el malestar empresarial nutrido por la

nacionalización de la banca con que cierra la administración LópezPortillista” (Bejar, 2000).

Algunas de las transformaciones que ha pasado México se pueden mencionar:

Durante tres sexenios, que respecta a al periodo de 1982 al 2000 en México se aplicó el modelo neoliberal, el cual hizo a un lado al Estado, así como lo referente a lo social, ya que términos como exclusión, marginación, pobreza extrema, fueron temas clave (Salazar, 2004).

Conjuntamente en los inicios de las políticas neoliberales, se presentaron cambios en el sistema tradicional mexicano, siendo el más notorio el del sistema político, que a pesar de que su estructura es corporativo y presidencialista, ha ido transformándose ya que no es tan monopólico y centralizado exclusivamente (Lomnitz, 2002).

Al iniciar el gobierno del ex-presidente Miguel de la Madrid no se confiaba la resolución de los conflictos económicos del país, por el Estado (Azis, 1991; Bejar, 2000). Ya que estas fueron la causa de las circunstancias que se estaban viviendo, mostrando una incapacidad para atender las exigencias generadas en esa época. Con esta situación abrió nuevas opciones para poder dar paso a proyectos que con anterioridad no se creían indispensables, uno de ellos fue el crecimiento económico del país que era basado en el mercado interno, dando una visión hacia el mercado exterior (Moctezuma, 1989; Bejar, 2000).

Cabe mencionar por otro lado que en el gobierno del ex-presidente Miguel de la Madrid se derivan grandes acontecimientos económicos a nivel estatal, por medio de liquidar, fusionar o en su caso privatizando las empresas pertenecientes al sector público, añadiendo a esto la modificación algunos artículos de la constitución y otras leyes que pretenden mantener el equilibrio y bienestar de los individuos (Bejar, 2000).

En tanto que Ibarra y Vidal (2008) refieren que:

“En diciembre de 1988, asume el poder Carlos Salinas de Gortari, para el periodo presidencial 1988-1994, después de unas elecciones muy reñidas. A lo largo del periodo presidencial, se instrumentaron una serie de reformas estructurales en prácticamente todas las esferas de la vida económica del país, a saber. Inversión Extranjera; Tecnología, patentes y Marcas; Comunicaciones y Transportes; Industria Automotriz; Telecomunicaciones (punto importante en este contexto fue la privatización de la empresa monopólica estatal de teléfonos TELMEX); Ley Aduanera; Acuicultura y Productos Pesqueros; Sector Agrícola (se reformó el artículo 27 Constitucional, relativo a la tenencia de la tierra, y se promulgaron nuevas leyes reglamentarias del mismo para permitir entre otras actividades su venta); asimismo, se inició el retiro gradual del apoyo gubernamental en el financiamiento, acopio, industrialización y comercialización de diversos productos, tales como el café; Industria Textil (se eliminó la necesidad de contar con autorización para abrir fábricas o ampliar las existentes); Industria petroquímica (se publicó el acuerdo que hizo explícita la lista de petroquímicos básicos y secundarios de acuerdo con el Reglamento de la Ley Reglamentaria del Artículo 27 Constitucional en el Ramo del Petróleo en Materia de petroquímica, con lo que se abrieron nuevos campos a la iniciativa privada); Minería (se expidió un nuevo Reglamento del Artículo 27 Constitucional en Materia Minera, básicamente con la finalidad de encontrar nuevas alternativas de financiamiento e Inversión. Se instituyó además el Sistema de Ahorro para el Retiro, bajo el argumento gubernamental de proveer fondos de largo plazo para el desarrollo económico del país, a la vez que, se mencionaba, se pretendía crear el fondo para el retiro digno para los trabajadores” (p. 113-114).

Asimismo Salazar (2004) dice que:

“El entorno esclareció el apremio del gobierno de Salinas por concretar el Tratado de Libre Comercio (TLC) en 1993, donde México, aprovechando su ubicación geográfica y su numerosa, disciplinada y barata fuerza de trabajo, estuvo en condiciones de convertirse en un país exportador. También explicó el Tratado de Libre Comercio que estableció el gobierno de Zedillo con la Unión Europea en el año 2000. E incluso el Proyecto Puebla-Panamá, impulsado por Vicente Fox, cuyo propósito es “bajar” la actividad maquiladora al Sudeste mexicano” (p. 8).

“En enero de 1994 entra en vigor el Tratado de Libre Comercio de América del Norte (TLCAN), después de haber sido ratificado por los poderes legislativos de los tres países Canadá, EUA y México. Sin embargo, no todo fue miel sobre hojuelas; al mismo tiempo que entró en vigor el TLCAN se dio el levantamiento armado en el estado de Chiapas, una de las regiones más pobres del país. Si bien este levantamiento armado campesino no afectó de manera significativa el desempeño de la economía, los sucesivos eventos políticos, tales como el secuestro del banquero Alfredo Harp Elú; el asesinato del candidato presidencial oficial y casi seguro presidente, ambos hechos ocurridos en marzo del mismo 1994; el asesinato del secretario general del partido en el poder en septiembre, sumadas a las denuncias en noviembre contra el sistema político mexicano del sub-procurador encargado de investigar dicho asesinato (hermano del secretario general asesinado), más una intensificación de la lucha armada en Chiapas durante el mes de noviembre, fueron elementos que en su conjunto se sumaron y afectaron el nivel de las reservas del banco central” (Ibarra y Vidal, 2008, p. 117-118).

Con el movimiento del EZLN, el 1º de Enero de 1994, se vino abajo la imagen que se tenía de México como un país desarrollado (de primer mundo), en el transcurso de ese año tanto a nivel económico como político mostraban signos de alarma

(Salazar, 2004). También se pudo observar la inutilidad de la reestructuración económica iniciada, dejando fuera a gran parte de la población, es decir una deficiente distribución de los recursos económicos en todo el país.

1.1.5 Globalización en México (Social)

El gran desarrollo de los sistemas productivos tienen un fuerte impacto en los aspectos sociales, perturbando factores vitales especialmente en la producción y generación de riquezas (Hernández, 2003).

Un aspecto que cabe resaltar es que las alteraciones que se han venido presenciando tanto en la economía, ciencia y técnica, sociedad y política global, han repercutido en el mundo laboral, especialmente en México y en los países latinoamericanos por los sistemas de producción, acumulación de riquezas, sin dejar de mencionar el aspecto social, cambiando las condiciones de bienestar tanto material como el desarrollo social

Uno de los rubros sobresalientes en el desarrollo de la economía, son todas las innovaciones tecnológicas a las que se recurre para tener una mejor industrialización y aumento de riqueza, sin embargo esto no es absolutamente consecuencia de la tecnología sino hay otros factores que permiten el desarrollo laboral (Hernández, 2003).

Con el desarrollo de la tecnologías de información, se está mencionando cada vez mas *“una nueva era: la tecnomía”* esto quiere decir que la principal herramienta será el uso de la tecnología, añadiendo también un gran crecimiento en industrias de cómputo y todo lo referente a aparatos, programas de informática, que ayuden al crecimiento económico, y como consecuencia el aumento del número de profesionistas en informática, ciencia, ingeniería e investigación, ya que el mundo del trabajo se centra en dichas profesiones.

Estos cambios respecto a reemplazar a individuos que no cuentan con capacidades de usar la tecnología, ocurrió desde la etapa de la industrialización donde los artesanos fueron sustituidos por obreros con capacidades de utilizar la

maquinaria, y realizar la producción en serie, con esto podemos observar que en la actualidad se siguen presenciando situaciones en donde los individuos sin un conocimiento sobre el manejo de todas las innovaciones son restituidos de sus centros de trabajo para dar lugar a todo el personal que cuente con las capacidades del manejo de la tecnología, surgiendo como consecuencia un gran número de profesionistas para cubrir dicha demanda laboral, sin olvidar que por esta situación crece el número de desempleados que anteriormente encontraban un acomodo rápido en otra actividad laboral, lo que sucede en la actualidad es que en los individuos desempleados genera una mayor angustia, ya que esto significa que se debe obtener una capacitación para poder seguir ocupando un lugar en el área productiva (Hernández, 2003).

Las transformaciones sociales que se pueden observar es que en lo que respecta a la fuerza laboral su composición ha sufrido cambios ya que se ha integrado la mujer al campo de trabajo ya que anteriormente la función era solo atender el hogar y el hombre era el que se dedicaba a proveer todo lo necesario para la manutención de la casa; también se puede mencionar que los modelos de familia han cambiado, ya que se pueden observar familias en que un solo progenitor es el responsable, por lo regular la mamá, esta se encarga de hacer las funciones tanto del papel de papá como el papel de mamá, con todos los cuidados y responsabilidades para mantener la casa, los hijos y adultos mayores que estén a su cargo, aunque también se dan casos en que el hombre lleva a su cargo las responsabilidades del hogar, sin embargo esto es muy poco frecuente (Hernández, 2003).

Un gran conflicto para los individuos que trabajan, es que en ocasiones no hay una persona encargada del cuidado del hogar y las personas que viven en ella, por lo que se han ido desarrollando programas que faciliten y ayuden a los empleados con el fin de tener mejores resultados laborales y mantener a los elementos valiosos para la empresa, mencionaremos algunos de los beneficios son el horario laboral flexible, así como de horarios parciales, trabajos en casa, la creación de guarderías para los hijos de los empleados de las empresas, así como

lugares para el cuidado del adulto mayor, los permisos de ausentarse por embarazo, que solo se daban a las mujeres, ahora se abre la posibilidad a los hombres, servicios de ayuda y apoyo familiar y escolar, entre otros, estos programas se han ido desarrollando para que el personal tenga mayores oportunidades de seguir desempeñando su trabajo, sin embargo estos procesos se llevan a cabo mayormente en países desarrollados (países donde se centra la economía), y en los países en desarrollo solo se ven reflejados en forma de “eco” de todos estos programas sociales, teniendo un desempeño lento (Hernández, 2003).

En México se han hecho esfuerzos para disminuir las diferencias sociales además de proporcionar igualdad de oportunidades y asegurar el acceso a servicios de calidad, pero sobre todo, ofrecer nuevas alternativas que permitan superar los problemas de pobreza caracterizan al país (Rossell, 2002), por ello a finales de los ochenta se inició un proceso de reestructuración política y de instituciones sociales, con lo que se busca responder a las crecientes demandas sociales mediante el aumento de equidad y eficiencia de los recursos que se tenían a la mano, enfocando estas acciones en los esquemas de seguridad social (salud, educación, previsión, deporte, vivienda, créditos para bienes de consumo duradero) (Carrasco, 2000) pero por lo general los grupos sociales más vulnerables generalmente no son beneficiados con estas oportunidades.

Soria (2006) menciona que:

“Una parte sustancial de la política social en México ha estado constituida por los programas de lucha contra la pobreza, los cuales no han tenido éxito. El primero de éstos fue el de Inversión de Desarrollo Social (PIDER) iniciando en 1973 por el gobierno de Luis Echeverría, seguido por programas de lucha contra la pobreza en cada uno de los siguientes cuatro sexenios presidenciales hasta llegar al de Vicente Fox, quien heredó el PROGRESA del gobierno de Ernesto Zedillo y al cuál cambio el nombre en Marzo de 2002 por el de programa de Desarrollo humano oportunidades.

Todos estos programas han sido focalizados, de acuerdo a recomendaciones y asesoría del Banco mundial para la apertura comercial y financiera que trajo consigo el proceso de globalización” (p. 91-92).

El estado, supervisado por la sociedad civil, es el único que, más allá de los deseos e intereses personales o políticos, puede asegurar un bienestar adecuado a un porcentaje mayor de la población.

Con la suscripción de un nuevo pacto social en México lo que se busca es establecer, un nuevo modelo de capitalismo comunitario que propicie, sin populismos, el bienestar social y la equidad. O lo que es lo mismo, instaurar un programa de combate a la pobreza sustentado en un nuevo paradigma económico capitalista en el que la educación, la salud pública, la tecnología de procesos, las habilidades de la fuerza de trabajo, la asistencia a los desempleados, el sistema de pensiones a las personas mayores y de ayuda a las familias de bajos recursos y las políticas de redistribución regional de ayudas federales a las provincias menos ricas se impongan en la guerra competitiva del futuro (Rossell, 2002).

1.1.6 Globalización y su Impacto en la Educación en México.

La globalización se ha visto como un proceso, con una gran cantidad de cambios en un determinado país, usando este proceso en su sistema económico, para obtener mayores ingresos económicos y mejorar la calidad de vida de los individuos, sin embargo en muchas ocasiones no se presenta un beneficio para las personas ya que no se acoplan a los cambios.

Se han presentado cambios, para llegar a cumplir los objetivos planteados, irrumpiendo con la integridad de los individuos y transformando su sistema de creencias, su ideología, su vida diaria, su comportamiento, su educación y en este tema ahondaremos para prestar atención en el impacto que ha tenido la globalización, tanto en el individuo como en su educación, así mismo como se han ido modificando los planes de estudio, contenidos y programas, de acuerdo a los intereses económicos y no al de los individuos.

La visión que se tiene a nivel mundial sobre la educación superior es amplia, a su vez con varias interrogantes, y una gran cantidad de desafíos, ya que por medio de la formación de los individuos, se obtienen grandes beneficios financieros, por lo que dentro de la educación superior en México se encuentran factores que favorecen su desarrollo, sin dejar a un lado los obstáculos que también se presentan, de acuerdo a los autores como Rodríguez (2000), Moreno (2001), Castellanos & Luna (2009), se refieren a la educación superior como un ámbito en continuo cambio, asimismo ellos hablan sobre algunas instituciones dedicadas a promover el desarrollo, así como también de instituciones del rubro económico, haciendo mención, al crecimiento de instituciones educativas privadas, para la creciente demanda, por una mejor preparación y actualización, modificando el perfil profesional, presentándose desigualdades, falta de oportunidades para los nuevos profesionistas, restricción de recursos para mejorar el ámbito educativo, pocas oportunidades para acceder a estudiar, así mismo como poder darle seguimiento a sus estudios, con una especialidad.

Además de que cada vez se está presentando una gran deficiencia en la formación educativa de los individuos, observando profesionistas con faltas en ortografía, deficiencias en la lectura, etc., esto aunado con la escasa actualización de profesores para la formación educativa, así como el poco apoyo para la investigación de nuevos fenómenos sociales y científicos, la restricción a redes de informática para desarrollar y facilitar el aprendizaje, del mismo modo la innovación de modelos pedagógicos.

En México se imparte educación a un 19% de su población, de entre 20 a 24 años de edad, este porcentaje está por debajo de los países más pobres que México, por lo que da cuenta a un rezago e imposibilidad de cubrir la demanda en la educación superior, todo este panorama nos da una perspectiva del impacto de la globalización en el individuo y su formación educativa (Castellanos & Luna, 2009).

Se han implementado acciones tratando de modificar esta situación y lograr una mejor educación, como es una mayor inversión, además de reformas,

beneficiando la autonomía en las instituciones educativas, sin embargo no todo se ha podido resolver, por lo que también se han presentado limitaciones como es un grado de insatisfacción de los resultados obtenidos en el aprendizaje, principalmente en las zonas marginadas, además de observar apatía y resistencia al cambio obstruyendo el progreso de los proyectos implementados para mejorar la educación

Se pueden visualizar otros problemas para que la educación superior se desarrolle, ya que primordialmente la tendencia de la educación superior en América Latina está canalizada en la expansión y el crecimiento de instituciones privadas, la transformación de las instituciones, limitación de recursos para la educación pública y la dispersión de talentos, en todas las áreas profesionales.

Otras situaciones que prevalecen en México y en la educación superior, es que profesionales se encuentran ocupando cargos y puestos ajenos a su formación sin dejar a un lado que a nivel salarial, no son bien remunerados, así como la creciente generación de profesionistas de determinadas carreras, por lo que la oferta a la demanda laboral es insuficiente, otro aspecto es que gran parte de los profesionistas se centran en zonas urbanas, dejando todo los lugares rurales, para poder acceder a una mejor calidad de vida (Castellanos & Luna, 2009).

Con estos aspectos también es prudente mencionar que un fenómeno que se esta observando con más frecuencia, es la oportunidad laboral que tienen los profesionistas egresados de instituciones privadas en comparación con los profesionistas de instituciones educativas públicas, además de generar personal técnico, para cubrir la demanda laboral que marca la globalización, a pesar de no tener una formación educativa adecuada (Castellanos & Luna, 2009).

Una buena cantidad de universidades, persisten todavía con el modelo tradicionalista para el aprendizaje de los alumnos, el cual consiste que solo el profesor es el que trasmite los conocimientos, usando la memorización, no generando el trabajo en equipo, ni la colaboración en diversas actividades grupales. Con lo que cabría mencionar que la eficiencia Terminal del nivel superior

se calcula entre el 53% y 63%, dependiendo el tipo de programa (Castellanos & Luna, 2009).

A nivel mundial se han señalado puntos clave para mejorar la educación definiendo sus rumbos de acuerdo a la globalización. Por lo que se han realizado congresos internacionales para señalar las deficiencias y las limitaciones que se encuentran en los sistemas educativos, cabe mencionar algunos de los desafíos propuestos, en lo que respecta a la Conferencia Mundial sobre Educación Superior en 1998, en dicha sesión la UNESCO hace mención de varias misiones y funciones a realizar, como son: la combinación de práctica, conocimientos, mediante la implementación de cursos, basados en las necesidades en el presente y a futuro, la generación y promoción hacia la investigación, y el seguimiento de los estudios después de la licenciatura, así como el mejoramiento de los métodos educativos que sean novedosos, centrándose principalmente en el estudiante, también la renovación de los contenidos educativos entre otros, sin embargo la educación superior es cambiante, compleja, y desafiante. Estos y otros factores provocan que en los contenidos educativos se busquen nuevos modelos, ya que también para poder ver logros, es necesario que el sistema Político de todos los países propicien acciones, para que se lleven a cabo las mejoras educativas (Castellanos & Luna, 2009).

La OCDE (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico) realizó un detallado diagnóstico sobre la educación superior en México, en 1997, con el nombre de “Exámenes de las políticas nacionales de educación. México, educación superior”, en el cual hicieron varias recomendaciones como:

“Distinguir con claridad las modalidades que componen el ciclo de enseñanza superior en el sistema educativo mexicano; apoyar los procesos de desconcentración y descentralización del sistema; promover una planta estable de profesores e investigadores de tiempo completo; favorecer el impulso a las disciplinas de ciencia básicas, aplicadas y tecnológicas, apoyar la formación de instituciones de enseñanza profesional intermedias;

impulsar el posgrado; promover la diversificación del financiamiento público, apoyar la innovación curricular y el uso de nuevos medios de enseñanza abierta y a distancia” (OCDE; Rodríguez, 2000, p. 76).

Se puede identificar la modificación del sentido que se le da al ser humano, siendo una parte fundamental para la economía pero con un enfoque de instrumento o herramienta, para desarrollar las competencias laborales del mercado y así poder obtener mejores ganancias que a su vez, genera un mayor poderío en los demás países poco estables en su economía, además de ver la visión que se le da al individuo, también el sentido de los enfoques escolares se centra en lo que marca la economía a consecuencia de los procesos de la globalización que se están viviendo, por lo que “el modelo que más ha permeado las políticas educativas del país se puede generalizar en el *“modelo de formación de competencias”*: básicas, en la escuela básica, laborales, en la media superior y profesionales, en la educación superior” (Moreno, 2001, p. 112).

Las propuestas de reforma educativa actual mundial y nacional se centran en lo que se considera el impacto de la globalización en la educación; con su consecuente énfasis en los cambios en la organización del trabajo; bases técnicas de la producción, competencias, mundo laboral, revolución científico-tecnológica, vinculación productiva, enseñanza a distancia, redes virtuales de intercambio y sociedad del conocimiento” (ANUES, 1999; Moreno, 2001, p. 113).

Según Castellanos & Luna (2009) la educación superior en México:

“el problema de fondo es un modelo neoliberal que genera cada vez mayor inconformidad y acumulación de estudiantes sin expectativas. Tal esquema ha colocado la oferta de la escuela en el libre mercado y prueba de ello es que la tercera parte de la educación superior hoy se encuentra en manos del sector privado. El resultado de tal política es la imposibilidad de renovar e incrementar la planta académica, la disminución de la matrícula y los salarios de los profesores, además de no poder habilitar la infraestructura educativa. Con ello se hace evidente que la universidad pública no está en

posibilidades de hacer frente a la demanda de los profesionistas que reclaman los sectores sociales absorbidos por el proceso de globalización” (p. 5).

Sin embargo se tiene que tratar de generar expectativas de cambio junto con un trabajo constante para que la educación pueda superar los obstáculos, sin dejar a un lado al individuo y sus expectativas.

1.2 Rendimiento Académico

1.2.1 Generalidades:

1.2.2 Concepto de Rendimiento Académico

En el ámbito de la educación se presentan un gran número de factores entorno al individuo y su desempeño, como su desarrollo fisiológico, cognitivo, social, cultural, familiar, económico, que se mezclan, dando herramientas y habilidades al individuo para reflejar un rendimiento académico adecuado.

Cabe mencionar que el rendimiento académico que llegan a tener los estudiantes, desde los niveles básicos hasta la formación profesional, provoca múltiples cambios en su vida, sus expectativas e intereses y en algunos de los casos conflictos psicológicos, sociales, emocionales, físicos, económicos, por solo mencionar algunos.

La globalización, ha tenido gran impacto en la educación, modificando, perfiles educativos, contenidos, formas de enseñanzas, modelos pedagógicos, expectativas, intereses, perfiles profesionales y laborales, enfrentando a los estudiantes cambios drásticos en su vida, de igual manera se presentan rezagos en la educación, deficiencias en el alumno, en la institución educativa, provocando que en algunos casos los alumnos presenten, dificultades en su rendimiento académico.

En tanto una de las problemáticas frecuentes en el rendimiento académico, es la deserción escolar en el nivel profesional en los primeros semestres de la carrera, a

consecuencia de un bajo rendimiento académico, sin embargo a pesar de que no siempre se opte por el abandono escolar, también se suman otros factores como recursamiento de materias, así como repetir todo el ciclo escolar lo que provoca dificultades en el alumno y en la institución (Montero, Villalobos & Valverde, 2007).

Es importante resaltar que la definición de Rendimiento Académico, es un tanto compleja, ya que no se puede dar una definición absoluta y concreta, porque intervienen varios factores, que en muchas ocasiones, no están todos en juego, porque depende del alumno, la institución educativa, su ambiente, la sociedad en que se desenvuelve, etc. Sin embargo otro aspecto para definirlo es que en su conceptualización, es nombrado como Aptitud Escolar, Desempeño Académico o como Rendimiento Académico, estos términos son utilizados dentro de los textos, refiriéndolos como sinónimos.

Por lo que se retomará la concepción de varios autores sobre el rendimiento académico, exponiendo sus definiciones para dar cuenta de la variedad de factores que intervienen en él, observando que algunas de las definiciones están enfocadas en los resultados, otras definiciones se centran en el cumplimiento de objetivos, el llegar a determinada meta, y finalmente otras en el proceso que se tiene en el rendimiento académico.

En primera instancia el diccionario de la real academia española define al concepto rendimiento y al concepto académico como:

Rendimiento:

- “1. m. Producto o utilidad que rinde o da alguien o algo.
2. m. Proporción entre el producto o el resultado obtenido y los medios utilizados.
3. m. cansancio (falta de fuerzas).

4. m. Sumisión, subordinación, humildad.

5. m. Obsequiosa expresión de la sujeción a la voluntad de otro en orden a servirle o complacerle” (Diccionario de la Real Academia Española, 2001).

Académico:

“(Del lat. *academĭcus*, y este del gr. ἀκαδημικός).

1. adj. Perteneciente o relativo a las academias. Diploma académico.

2. adj. Propio y característico de ellas. Discurso, estilo académico.

3. adj. Perteneciente o relativo a centros oficiales de enseñanza. Curso, traje, expediente, título académico.

4. adj. Dicho de una obra de arte o de su autor: Que observa con rigor las normas clásicas.

5. adj. Dicho de un filósofo: Seguidor de la escuela de Platón. U. t. c. s.

6. adj. Perteneciente o relativo a la escuela filosófica de Platón.

7. adj. Esc. y Pint. Perteneciente o relativo a la academia (estudio de una figura al natural).

8. m. y f. Individuo perteneciente a una corporación académica” (Diccionario de la Real Academia Española, 2001).

Con lo que se puede visualizar a los dos conceptos referidos, el primero como el resultado de rendir lo mejor posible determinada situación, y el segundo concepto se refiere al ámbito académico (enseñanza escolar), con esto también es conveniente mencionar la definición que le hacen desde su sentido etimológico.

Por lo que para Repeto (1984; Pérez, 2000):

“La palabra rendimiento proviene del latín *“rendere”* que significa vencer sujetos, someter una cosa al dominio de uno, dar fruto o utilidad a una

cosa. Es decir, rendimiento es la productividad que alguien o algo proporciona. Pone en relación a utilidad de algo con el esfuerzo realizado” (p. 35).

Así mismo se entiende etimológicamente como el sometimiento, el poder llegar al dominio pleno de determinada cosa, objeto o situación a la que el individuo se le presente, a lo que en el desarrollo y definición de varios autores se enfocan a exponerlo desde un punto de vista de los resultados obtenidos resumidos con números, exponiendo que el número máximo significa que tiene un rendimiento académico adecuado, se mencionaran algunas definiciones que ejemplifiquen dicha situación.

Aguarío (1984; Pérez, 2000) define el rendimiento escolar como, “el resultado (acopio y análisis), obtenido de pruebas de conocimientos, aplicando unidades precisas y normas objetivas de calificación expresadas en términos numéricos” (p. 35). Camarena & Gómez (1986; Pérez 2000) “Señalan que el aprovechamiento escolar es una manifestación del comportamiento escolar de los alumnos, expresado a través de notas o calificaciones, siendo estas un indicador de los logros de los estudiantes” (p. 35). Para Jiménez (2000; Edel, 2003) el rendimiento escolar es “un nivel de conocimientos demostrado en un área ó materia comparado con la norma de edad y nivel académico” (p. 2)

Así mismo para Vázquez; (Miranda, Sandoval, et. al., 2007; Díaz, 2010) “El concepto de rendimiento escolar es el que “representa el grado de conocimientos que mediante la escuela posee un individuo de un determinado nivel educativo, haciendo énfasis en la cuantificación de las representaciones empíricas, tales como promedios de calificaciones, número de materias aprobadas y reprobadas, así como promociones y egresos”” (p. 33).

Dichas definiciones nos dan un panorama como establecimiento de números, que son tomados como referencia para definir el óptimo rendimiento académico, obteniendo dichas cifras por medio de cuestionarios, exámenes, test, que den un

resultado numérico que permita definir a los individuos con un buen o mal rendimiento académico. Otra opción de poder ser definido el rendimiento académico, es como el cumplimiento de metas, logros y el poder llegar a los objetivos que se plantea en la educación.

Para Spindola (1990; Vélez & Roa, 2005) “El Rendimiento Académico ha sido definido como el cumplimiento de las metas, logros u objetivos establecidos en el programa o asignatura que está cursando un alumno” (p. 75). Así también Saavedra (Díaz, 2010) menciona que “el rendimiento escolar se define como “los resultados cuantitativos y cualitativos que en términos de conductas cognoscitivas, afectivas y psicomotrices logra un aprendiz como consecuencia de la acción escolar en un determinado periodo temporal” (p. 33). Exponiendo así otra perspectiva sobre la definición de rendimiento académico sobre el cumplimiento de objetivos, metas y logros sobre el aprendizaje. Y finalizando con otra forma de concebir la definición de rendimiento académico, siendo esta tomada como proceso, mediante el cual el individuo esta en continua transformación de factores como: lo biológico, lo emocional, la autoestima, la personalidad, los procesos de aprendizaje, lo social y lo ambiental.

A lo que Pérez (2000) menciona:

“Que cualitativamente, el rendimiento escolar consiste en una suma de transformaciones que se operan en varias áreas de la personalidad del estudiante. Estas transformaciones se originan en base a los conocimientos y habilidades adquiridas por el alumno durante el curso escolar” (p. 35).

Así el concepto de rendimiento académico para Touron (1984: 24; Montero, et. al, 2007) es:

“El resultado del aprendizaje, suscitado por la intervención pedagógica del profesor o la profesora, y producido en el alumno. No es el producto analítico de una única aptitud, sino más bien el resultado sintético de una suma (nunca bien conocida) de elementos que actúan en, y desde la

persona que aprende, tales como factores institucionales, pedagógicos, psicosociales y sociodemográficos” (p. 217).

Camarena (Chavez, et. al., 1983; Díaz, 2010) señala:

“En algunos Estudios sobre rendimiento académico elaborados en América Latina, plantean que este concepto se puede agrupar en dos formas:

a) Se trata indistintamente el rendimiento con el aprovechamiento escolar.

Entendiendo por este último como el nivel de conocimientos, habilidades y destrezas que el alumno adquiere durante el proceso de enseñanza-aprendizaje, la evaluación de éste se realiza con la valoración que el docente hace del aprendizaje de los educandos.

b) Se distingue claramente al rendimiento del aprovechamiento escolar, considerando a éste como variable o indicador del rendimiento,

El rendimiento escolar “se ubica como una expresión valorativa particular del proceso educativo que se da en el marco de la institución escolar. Este proceso, al incorporar el conjunto de relaciones pedagógicas y sociales que inciden en la institución, condiciona el rendimiento, ya que éste está subordinado a toda las variaciones, contradicciones, cambios y transformaciones del mismo proceso” (p. 34).

Y finalizando el rendimiento académico visualizado según Flores, Morales, Sánchez, Ruvalcaba & Ortigoza (2004; Flores, Morales y Landázuri, 2007; García, 2008) como:

“el resultado de cómo los factores biológicos (antecedentes nutricionales, metabolismo), psicológicos (historia familiar, motivación, autoestima, procesos del pensamiento y de la personalidad: autoestima, angustia, introversión, extraversión), sociales (relaciones profesor-alumno, alumno-alumno familia) y ambientales (color, dimensión, iluminación, ventilación del salón de clases), se entretajan en la objetividad y la

subjetividad, a fin de construir las herramientas necesarias para enfrentar la vida cotidiana” (p. 69-70).

Así dentro de estas definiciones, encontramos que el rendimiento académico se encuentra vinculado con las relaciones que se establecen entre el profesor-alumno, el alumno-alumno, el alumno con la institución, además de que siempre es referido como un número que el estudiante puede alcanzar demostrando sus conocimientos por medio de exámenes, pruebas, test, que en algunas ocasiones son estándar, provocando que no se cubran todas las expectativas, y necesidades de los alumnos ya que no todos se expresan de la misma manera y su proceso de aprendizaje también difiere.

Otro punto es que por lo regular al rendimiento académico es asociado con llegar a cumplir metas, objetivos, mediante la obtención de calificaciones que de acuerdo a lo establecido en las normas educativas, significa que el alumno cuenta con los conocimientos adecuados, sin embargo esto en muchas ocasiones provoca confusión, ya que solo por cifras son reconocidos como alumnos destacados o alumnos con dificultades escolares.

Esto indudablemente provoca rezagos en los estudiantes, así como enciende otros aspectos emocionales, motivacionales entre otros, dentro de la personalidad del individuo, dificultando su desempeño escolar.

Por todo lo anterior de acuerdo a nuestros objetivos, coincidimos en el enfoque de Flores, Morales, Sánchez, Ruvalcaba & Ortigoza (2004; Flores, Morales y Landázuri, 2007; García, 2008), ya que en el rendimiento académico es un proceso en el que intervienen factores sociales, ambientales, psicológicos y biológicos, en el que el individuo desarrolla el proceso de aprendizaje.

1.2.3. Factores que intervienen en el Rendimiento Académico

En la actualidad las instituciones educativas realizan cambios encaminados a mejorar su calidad, en beneficio tanto de los alumnos como de sus egresados, modificando los planes curriculares, sus instalaciones, actualizando a los

docentes, mejorando los perfiles profesionales, lo cual indudablemente tiene que ver con las exigencias que impone la globalización tanto en la educación como en todos los ámbitos de la vida daría (Flores & Ruvalcaba, 2007).

En la continua actualización, se han generado innovaciones que permiten la elaboración más fácil y rápida de determinados productos, provocando cambios en el estilo de vida de los individuos, recurriendo a la tecnología, teniendo acceso a la información, como una herramienta para el desarrollo, asimismo el cumplimiento de objetivos, que de acuerdo a la globalización se pretende que los conocimientos y habilidades de las personas se generalicen, para traspasar fronteras, y cubrir la mayor parte del mercado laboral. La continua transformación y cumplimiento de las normas establecidas por la globalización, en México no se pueden realizar debido principalmente a un rezago en la educación y por ser un país en desarrollo, con insuficientes recursos económicos necesarios para cumplir los objetivos, mostrándose en muchas ocasiones no son los mismos que persiguen las individuos, sino que se los impone el proceso, causándole conflictos y obstruyendo en algunas ocasiones su desarrollo personal. Por lo que para cumplir dichas transformaciones ha sido necesario insertar nuevos modelos a la educación, de acuerdo a los intereses del sistema económico y político.

Cabría mencionar que definir exactamente los factores que intervienen en el rendimiento académico no es simple, ya que se tienen modelos establecidos de lo que deben tener y ser los estudiantes, como inteligentes, hábiles, dedicados a estudiar, con facilidad para entender información en apoyo a su formación, que los llevaría a tener un buen resultado.

En tanto Sánchez (2008) menciona que dentro del rendimiento académico se encuentran múltiples factores que intervienen en su desarrollo, como son biológicos, sociales, ambientales, emocionales, de personalidad, motivacionales, económicos, dando resultados positivos ó presentándose obstáculos. Además los factores mencionados no son determinantes, ya que depende del proceso de aprendizaje de cada individuo. Haciendo evidente que se presenta desde preescolar hasta el nivel profesional. Se menciona, que se puede llegar a

jerarquizar algunos factores que intervienen en el rendimiento, como sus antecedentes escolares, su aspecto biológico, el ámbito económico, las relaciones interpersonales, el ambiente de aprendizaje, las técnicas de estudio, ya que se puede observar como cada factor influye en el proceso de aprendizaje.

Asimismo Flores & Ruvalcaba (2007) coinciden con la visión de los factores que menciona Sánchez (2008), que intervienen en el rendimiento académico, añadiendo a estos factores los pedagógicos y ambientales, estableciendo los niveles: individual, grupal e institucional, señalando así que los factores biológicos, psicológicos, pedagógicos, ambientales y sociales, están dentro del nivel individual.

En base a lo mencionado por Flores & Ruvalcaba (2007) se conforman dentro del nivel individual los procesos que vive el sujeto, su desarrollo, los antecedentes escolares, los antecedentes, biológicos, psicológicos, proceso de aprendizaje, las habilidades que se forma para cumplir con sus objetivos, el ambiente en el convive el alumno, todos estos factores ayudan a poder visualizar cual es la posición en la que se encuentran los alumnos, determinando sus deficiencias y fortalezas que les permitirán el éxito o fracaso escolar, esto tiene una gran importancia sobre individuo desde el momento de su nacimiento, ya que se van formando expectativas futuras reflejándose en su rendimiento académico, desde el inicio de en ámbito escolar.

Asimismo dentro de los antecedentes su trayectoria escolar, ya sea los logros obtenidos o fracasos, la reprobación de materias, permiten poder hacer un bosquejo de su futuro en al ámbito escolar. También es pertinente mencionar que su entorno familiar tiene un papel importante, ya que el sujeto se sitúa en varios contextos, los cuales le permitirán tener una trayectoria escolar aceptable, y un estímulo para que sigan estudiando o por lo contrario abandonen sus estudios, de acuerdo al apoyo que sientan los alumnos (Sánchez, 2008). Fernández, Peña & Vera (2006) señalan que la trayectoria escolar es relevante, porque nos permite visualizar y cuantificar el comportamiento escolar de los estudiantes, durante su

estancia y una vez concluidos los créditos y todos los requisitos administrativos establecidos por el plan de estudios.

Con lo que respecta a su condición biológica, podemos citar los malos antecedentes familiares de salud, problemas de aprendizaje en algún miembro de la familia que pudieran repercutir en el alumno, esto no es definitivo sin embargo sería mejor que no se tuvieran estos antecedentes (Flores & Ruvalcaba, 2007). Asimismo otros aspectos biológicos, consisten en el desarrollo del individuo, su motricidad, su vista, sus procesos de aprendizaje, ayudan a desarrollar un mejor rendimiento académico (Sánchez, 2008).

Además “Es importante conocer las condiciones de la alimentación en los estudiantes, ya que resulta indiscutible que la alimentación correcta aporta energía indispensable y los nutrientes necesarios como elementos plásticos para la renovación de los tejidos, el crecimiento, la actividad física y especialmente para el desempeño en las actividades mentales del ser humano” (Sánchez, Jiménez & Ortigosa, 2007, p. 8).

En este sentido cuando el estado nutricional del estudiante es óptimo desde el nacimiento tendrá mayor posibilidad de tener un buen aprovechamiento escolar, ya que es sabido que la desnutrición afecta el lenguaje, la motricidad, el proceso de aprendizaje, etc. El impacto puede ser tal que Peza & Sánchez (1998) mencionan que se ha demostrado que niños desnutridos severamente solo tienden a conservar la supervivencia, por lo que manifiestan un mínimo ó ausencia de actividad, dejando la exploración, el juego y toda acción que necesite esfuerzo, provocando que los individuos no tengan un proceso de aprendizaje adecuado.

Sin embargo no es el único factor que interviene, ni tampoco el que determina, es un factor que conforma al rendimiento académico, por lo que hay otros factores como la personalidad que también debe de nombrarse ya que influye en el proceso.

En cuanto al ejercicio se ha demostrado que su práctica coadyuva a tener mejores resultados en el aprendizaje, mejorando las habilidades y destrezas de las

personas, no obstante ello no garantiza que se obtenga un buen rendimiento académico. Sin embargo el incorporar actividades físicas estudios muestran en el individuo, un mejor desempeño, así como también adquiriendo herramientas para su aprendizaje, que a su vez se reflejan y facilitan un buen aprovechamiento escolar. El ejercicio físico que se incorpora en las actividades diarias, generan destreza, competitividad, y cumplimiento de objetivos, ayudando a la conformación de hábitos saludables que le ayudarán a tener una mejor calidad de vida (Morian, et. al). Sin embargo el ejercicio en muchas ocasiones no se realiza ya que se piensa que es pérdida de tiempo, favoreciendo el sedentarismo, dando esto como resultado la generación de enfermedades, como también trastornos a nivel psicológico, ya que investigaciones mencionan que el implementar ejercicio físico dentro de las actividades extraescolares ayuda a tener mejores relaciones inter e intra personales, ya que pueden socializar mejor cuando están inmersos en alguna actividad ya sea artística o de ejercicio físico (Jiménez, et. al).

En cuanto a los rasgos positivos de personalidad, inteligencia adecuada, manejo apropiado de la ansiedad, estrés y depresión, no determinan totalmente el rendimiento académico del individuo, aunque son elementos importantes (Flores & Ruvalcaba, 2007).

La motivación está implicada en el proceso de aprendizaje ya que se ha definido como “la fuerza interior que impulsa a una persona hacia el logro de un objetivo” (Galván, 2003, p. 13), mencionando que el fracaso escolar depende de las estrategias de motivación y enseñanza que se utilizan por parte del profesor, ya que esto podrá ayudar o perjudicar al individuo. En tanto mayor es el esfuerzo, la iniciativa que el profesor debe desempeñar frente a sus alumnos, los resultados serán favorables. Además la motivación se reflejará en las aspiraciones del alumno y desarrollará un gran interés por las actividades que realiza, acomodando sus aspiraciones a sus posibilidades de desarrollo, mostrando un buen rendimiento (Montero, et. al). Además para que se origine un aprendizaje activo y creativo es indispensable una elevada motivación personal hacia el proceso, estando primeramente las relaciones de comunicación, ya que el desarrollo del

interés, la seguridad, la autoestima, la actitud hacia el aprendizaje dependerá del dialogo niño-adulto que se establezcan (Peza & Sánchez, 1998).

Otro factor es el autoconcepto, que es una serie de representaciones, ideas juicios que se forma el individuo de sí mismo, abarcando aspectos corporales, psicológicos y sociales, por lo que el autoconcepto se refiere al conocimiento de sí mismo, lo que lleva al individuo a formar juicios valorativos, que tienen una gran influencia en el tipo de autoestima que desarrollara el individuo entendiéndose así que existe un respeto, aprecio y aceptación de sí mismo lo que lograra según Meneses & Morales (2000; Galván, 2003) que tenga el individuo éxito o fracaso en todas las áreas de su vida (escuela, trabajo, casa, amor, etc.).

La relación del autoconcepto con el rendimiento académico para De la Torre (2000; Galván, 2003) apoya la presencia de esta correspondencia, debido a que los alumnos que sienten reforzada su autoestima, son premiados, elevan la percepción que tienen de sí mismos, generando expectativas más grandes que ayudan a que el individuo siga estudiando, enfrentándose a nuevos retos y tareas complejas.

Otro punto sobre el autoconcepto de acuerdo a Montero, et. al, es que surge por la interrelación de tres aspectos, la primera corresponde a la autoimagen, es decir a la imagen que se tiene de uno mismo, la segunda es la imagen social, que es la imagen que se forma a partir de lo que el individuo cree que los demás piensan de él y por último la imagen ideal que es la visión de cómo le gustaría ser, la diferencia de cómo es el individuo y como le gustaría ser trae como consecuencia el grado de autoaceptación de la persona, esto es relevante ya que existe una relación entre el autoconcepto y el rendimiento académico.

También la conformación de un proyecto de vida será de gran utilidad para que el alumno llegue al término de una carrera profesional, aquí lo que sería prudente mencionar es que en la construcción de dicho proyecto puede ser que el individuo tenga influencia de las personas que lo rodean, familia, amigos, etc., en este aspecto es importante que él mismo lo construya y no sean los proyectos de los

demás, si no que sean aspiraciones e intereses del alumno (Flores & Ruvalcaba, 2007).

Otro factor que influye en el rendimiento académico es lo económico, ya que hace referencia a todos los medios, recursos con los que cuenta el alumno, ya que se ha observado que estudiantes con posibilidad y acceso a recursos pudieran desarrollar una carrera profesional, mejor que los que no los tienen, sin embargo la motivación y las habilidades de los alumnos pueden superar estas dificultades Sánchez (2008).

En lo que respecta a los factores pedagógicos, estos están estrechamente vinculados con las formas y métodos utilizados por el profesor para propiciar el aprendizaje de los estudiantes, lo que aunado a la capacidad de comunicación y el trato que se le da al educando influyen de manera significativa en el rendimiento académico (Montero, et. al).

Otro factor es el proceso de enseñanza-aprendizaje, en este incluye a los profesores y alumnos, así como las estrategias para enseñar y aprender, las habilidades que deben de desarrollar para obtener el conocimiento y las respuestas a las que pudieran llegar cumpliendo con lo que establece el docente de acuerdo al sistema educativo (Flores & Ruvalcaba, 2007). Otro elemento son las técnicas de estudio que usa el alumno para el aprendizaje, ya sean auditivas, visuales o abstractas (Sánchez, 2008). Para Garbanzo (2007) las estrategias cognitivas son todos los medios que el alumno lleva a cabo en la selección, elaboración de los diferentes modos de aprendizaje, dando un lugar importante a la motivación del individuo que ayuda a que emplee más opciones que beneficien su rendimiento académico, como son la realización de mapas conceptuales, establecer horarios de estudio y resúmenes del tema, etc.

En cuanto al ambiente emocional, se ubica dentro del nivel individual, pero están involucrados todas las personas que conviven con el alumno, resaltando así que se podrá tener un óptimo desarrollo en un ambiente positivo para el estudiante, ya que se centra a nivel emocional, donde se pueden observar todo tipo de

relaciones como con los padres, hermanos, amigos, pareja en su caso, y esto tendrá un impacto en el individuo.

También se puede resaltar el ambiente construido que hace mención al proceso enseñanza-aprendizaje, que corresponde a los espacios áulicos, el número de alumnos, la ventilación e iluminación de los salones, los colores empleados, el exceso de ruido, que pueden favorecer o no el aprendizaje.

Por lo tanto el ambiente en el aprendizaje, se considera tanto el sentirse a gusto y ser capaz de desarrollar formas en el aprendizaje, visualizando aquí la situación real de los alumnos que inician sus actividades profesionales (Sánchez, 2008). Así también dentro del ambiente estudiantil se ve una tendencia hacia la competitividad muy marcada entre alumnos y esto podría desencadenar fracaso o éxito en el aprendizaje, en tanto el compañerismo, la solidaridad, con apoyo social benefician positivamente al estudiante (Garbanzo, 2007).

Con este punto concluimos el nivel individual, viendo que están vinculados los aspectos biológicos, psicológicos, pedagógicos y ambientales (Flores & Ruvalcaba, 2007).

En lo que respecta al nivel grupal según Flores y Ruvalcaba (2007), en el cual están involucradas varias personas para llegar a un objetivo común, en este nivel se encuentra como primer núcleo la familia, seguidamente de los profesores, compañeros y personas que tengan un significado para el alumno. Por lo que entendiendo a la familia como el primer núcleo donde se desarrolla el individuo y adquiere conductas, hábitos, costumbres, ideología, proyectos, expectativas e intereses que pondrá en práctica en los ambientes donde se desenvuelva como en lo personal, social y profesional, que se reflejará en el rendimiento académico. La familia proporciona al individuo ayuda, le brinda apoyo o por el contrario lo reprime por los resultados obtenidos en su aprendizaje, esto inicia desde sus primeros años escolares lo que deja una huella en como el alumno se desempeñara en el ámbito escolar (Flores & Ruvalcaba, 2007).

El entorno familiar tiene un lugar importante, ya que es ambiente de continua convivencia, que afecta el desarrollo del individuo, haciéndose también notorio los cambios en la vida académica. Por lo que se establece que sería óptimo tener un ambiente familiar adecuado para que el alumno obtenga buenos resultados, mencionándose además en entornos familiares violentos, o con poca comunicación, con indiferencias ante las situaciones que pasan en la vida diaria, trae como consecuencia un mal rendimiento (Garbanzo, 2007).

Sánchez, et. al, (2007), señalan que dentro de los estudios de campo se ha encontrado que en un ambiente en el hogar positivo para el desarrollo del aprendizaje, en la que incluyen actitudes de ánimo hacia la educación y todas las expectativas que se tengan del futuro y éxito del estudiante influirán de manera significativa. En tanto menciona Cubero & Montero (1996; García, 2002) que la familia es una fuente primordial de aprendizaje y en cierto modo modeladora de la personalidad que esto influye marcadamente en el desempeño escolar del niño. Es así que la familia también tiene una participación importante en la formación de la personalidad, porque es el primer núcleo social en el que se desarrolla el individuo, adquiriendo así valores, expectativas, conductas, proyectos, características (Galván, 2003).

En lo concerniente a las relaciones interpersonales, se refieren a todas las imágenes y conceptos en lo que se tienen a los estudiantes, como de los modelos que quisieran seguir, así como también la intervención a nivel personal y grupal sobre los conflictos que van viviendo, haciendo un trabajo a nivel individual expresando sus confusiones, procesos emocionales, así como profesionales en los que se oriente y se desarrolle habilidades para superar dichos procesos. En lo que respecta a nivel grupal se trabaja en conjunto para poder exponer las dificultades a las que se enfrentan, pudiendo ver que varios alumnos pasan por conflictos similares, trabajando con ellos personal capacitado y con un gran experiencia en el tema, que los ayude al proceso de enseñanza-aprendizaje, mostrando mejores resultados en lo personal y profesional Sánchez (2008).

Es así que el profesor es una persona que se dedica a impartir los conocimientos y moldean el proceso de aprendizaje, facilitando o también dificultando a los alumnos su aprendizaje, ya que al igual que el alumno el profesor vive procesos psicológicos que ayudan a definir el modo que llevará a cabo sus métodos pedagógicos, obteniendo resultados positivos en clase.

De esta manera dentro de las relaciones interpersonales se consideran las relaciones que se establecen con profesores, compañeros de clases, así como de las personas que tienen un valor significativo para el alumno, es decir, su familia o personas equivalentes a esta Sánchez (2008). Asimismo los profesores son lo que primeramente generan una serie de etiquetas hacia los alumnos de acuerdo a las habilidades que perciben de ellos, ya que van dando un valor a los alumnos que demuestran habilidades positivas y obtienen un buen rendimiento académico ó una percepción negativa, y como consecuencia uno de los factores que determine el éxito del alumno y que pueda culminar sus proyectos y objetivos.

Asimismo los profesores contribuyen a desarrollo, ya que ellos, con su experiencia en la docencia que, en cierto modo están predispuestos a actuar con los alumnos de ciertas formas positivas o negativas, que ayudarán a los alumnos a seguir o abandonar la escuela (Flores & Ruvalcaba, 2007). Tanto Peza & Sánchez (1998) y Galván (2003) coinciden que es fundamental la comunicación que establecen los profesores con sus alumnos, atrayendo su atención por lo que se generan resultados positivos, ya que se pueden transmitir ideas, conocimientos o sentimientos, que propician interés de los alumnos en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Para Montero, et. al, consideran la relación del individuo con las demás personas, que evidentemente es importante para él, por lo que la sociedad fortalece o debilita en muchas ocasiones las aspiraciones del estudiante.

Por último se hace referencia al nivel institucional Flores & Ruvalcaba (2007) mencionan que en este punto se puede delimitar todas las normas establecidas, de las estructuras, así como las funciones de cada institución educativa (Latiesa, 1992; Montero, et. al). Dentro de las políticas institucionales se observa la implementación de los horarios de los cursos, el tamaño del grupo, material de

apoyo con los que cuentan las instituciones para los alumnos y su desarrollo en el proceso de aprendizaje, y el establecimiento del ambiente institucional (Montero, et. al).

Tomando en cuenta que después de la familia, otro lugar donde se desarrolla y adquiere gran parte de conocimientos, valores, comportamientos, expectativas y que pasa el niño un gran tiempo de sus actividades es en la escuela, por lo que la institución tiene una gran influencia en la socialización, así como del aprendizaje, por lo que es un factor determinante en su desempeño académico (García, 2002).

“Las políticas institucionales a nivel escolar, también, otorgan lugares de éxito o fracaso. Desde su lugar, los directivos, guardan una relación como aquellos que portan el bajo rendimiento académico, y que se incorporan como parte activa o pasiva en este proceso. Ellos dan la estructura de cuál será el significado de tener bajos promedios o desertar, a su postura se aliarán los padres, docentes y alumnos” (Flores & Ruvalcaba, 2007, p. 8).

También los determinantes institucionales están conformados por todos los aspectos, como horarios de clases, metodologías docentes, la cantidad de alumnos por profesor, la dificultad de las materias y la manera de intervenir para solucionar los obstáculos presentados en las materias. Actuando así las normas, los requisitos de ingreso a la institución, así como los requisitos establecidos en las materias que son empleadas por cada institución educativa, teniendo presente que dentro de las condiciones institucionales se encuentra, contar con aulas con las condiciones necesarias para dar clases, servicios adecuados para el desarrollo del aprendizaje, el plan de estudios, y la formación del docente, estos puntos pueden ser facilitadores u obstáculos para tener un rendimiento (Garbanzo, 2007).

En los cambios que se realizan dentro del plan curricular, principalmente deben estar involucrados los profesores, ya que de no ser así, no se esperarían buenos resultados, cabe resaltar que investigaciones muestran que el interés y el

entusiasmo, así como de que se les considere a los alumnos íntegramente como personas ayuda a tener buenos resultados, así como los profesores que son jóvenes obtienen indicadores positivos dentro del salón de clases (Montero, et. al).

La institución tiene sus programas, currículos, estructuras, las horas establecidas para impartir las materias, así como de sus descansos, a lo que tradicionalmente la institución escolar cuenta con contenidos determinados que son impartidos a todos los individuos a pesar de ser diferentes en el proceso de aprendizaje (Galván, 2003), esto trae como consecuencia la incapacidad para que todos los alumnos se desarrollen ya que cada uno tiene una forma de aprender y entender la información, aquí también es importante mencionar el impacto de la globalización en el país, provoca que en algunas ocasiones las nuevas tendencias no estén acordes con los objetivos de los individuos.

Indudablemente la institución se enfrenta a grandes cambios producto de procesos económicos principalmente, ya que todas las innovaciones y beneficios tecnológicos, no son del todo positivos, por que las instituciones no están capacitadas para responder a los avances tecnológicos ni a las económicas que van marcando el destino del país, esto es a causa de la globalización, donde los fuertes empresarios que invierten su capital en determinada población esperan obtener los resultados y objetivos planteados, que en este caso es la obtención de grandes riquezas, pasando y haciendo a un lado las estructuras, los objetivos y proyectos de los individuos y de las instituciones siendo su objetivo principal de estas últimas encargadas de darle sentido a los roles y conductas de los alumnos (Canal, 2003).

Además de que las instituciones públicas del país tienen que dar cuenta de los resultados, pero no a nivel nacional, sino a organizaciones a nivel mundial como la OCDE, BMI, y todas las organizaciones que están encargadas de la economía mundial. Esto ha traído como consecuencia que la estructura y objetivos de las instituciones cambien ya que anteriormente en las instituciones públicas se encargaban de formar a individuos, con valores, conductas que ayudaran a cumplir sus objetivos personales, que se verían reflejados en la institución, pero

con el proceso de globalización han aumentado las instituciones privadas que son las que están tratando de cumplir con los objetivos que marcan dicho proceso, sin embargo estas son empresas dedicadas a formar individuos basados en la competencia y cumplimiento de objetivos planteados por la empresa dejando a un lado todos sus objetivos, sus expectativas, proyectos e intereses del individuo, ya que lo que importa es cumplir y mantener un lugar en el campo laboral.

Finalizando con el nivel institucional, viendo que están vinculados los aspectos que se presentan en la institución, la organización, las normas establecidas para mejorar el proceso de aprendizaje (Flores & Ruvalcaba, 2007).

Con los factores antes mencionados sobre el rendimiento académico se puede observar que es un proceso complejo y que todos se entretajan formando al sujeto, por medio de la subjetividad, esto trae consigo que él esté en busca de objetivos que en ocasiones no son propios sino que son de las personas, grupo social o cultura a la que pertenecen, provocándole conflictos sin embargo son llevados a cabo por sentirse queridos y aceptados. Agregando que las personas que están alrededor del sujeto tienen una fuerte influencia y en cierta etapa de su vida manipulan sus intereses, esto es porque se ven reflejados algunos anhelos, frustraciones, proyectos que no pudieron hacer, esto se ve principalmente en los padres los cuales están en continua búsqueda de cumplir sus expectativas de lo que quisieron ser y por alguna situación de su vida no se pudo cumplir. Es así que el sujeto desde su nacimiento tiene toda una serie de proyectos, planes por parte de sus progenitores, la cultura, sus costumbres a las que se le sujeta, inconscientemente.

Todos los factores que se han mencionado están involucrados en el aprendizaje, y se reflejan en el rendimiento académico, es por esta razón que cuando se habla de este es necesario concebirlo como un proceso integral, compuesto por alumnos profesores, padres y directivos, que son coresponsables en parte de los obstáculos que se presenta en el rendimiento académico, y no solo la visión, que solo el alumno es el responsable de obtener resultados adecuados en su aprendizaje (Flores & Ruvalcaba, 2007).

Es relevante hacer que el alumno logre reconocer que es su problema y así dar una solución, dejando la vergüenza, la negación de que presenta un problema en su aprendizaje, ya que las instituciones no son únicamente las responsables de los problemas y las que deben dar soluciones en el proceso de aprendizaje y así tener un óptimo rendimiento académico (Flores & Ruvalcaba, 2007).

Como se puede observar los factores del rendimiento académico son complejos y variados, ya que intervienen aspectos biológicos, psicológicos, sociales, institucionales, pedagógicos, que ayudan o perjudican al aprendizaje si no son bien canalizadas y detectadas las situaciones que producen conflicto en el individuo. Todos los factores se vinculan, siendo en algunas ocasiones unos más notorios que otros, pero están relacionados indudablemente al rendimiento académico del alumno.

1.2.4 Hábitos Alimentarios y Rendimiento Académico

Es necesario entender los hábitos alimentarios de las personas, ya que detrás de ellos hay una gran variedad de procesos como la nutrición, la alimentación, los nutrientes necesarios para tener un óptimo desarrollo, además de la situación que provoca la ingesta de carbohidratos, proteínas, agua, grasas, y vitaminas. Por lo que la nutrición es primordial para el desarrollo biológico y cognitivo del individuo ya que en las últimas fechas, se han desarrollado investigaciones tratando de hacer resaltar todas las implicaciones que se dan al tener una alimentación deficiente (Ramos, 1999).

La nutrición es definida como “un conjunto de funciones armónicas y coordinadas entre sí, que tienen lugar en cada una de las células del organismo y de las cuales depende la composición corporal, la salud y la vida misma” (Ramos, 1999, p. 2). Es así que se observa el desarrollo de la nutrición como un proceso complejo, en el que se debe de tener una distribución de alimentos balanceados y en cantidades adecuadas, haciendo mención sobre la nutrición es puramente celular, ya que por este proceso hay vida celular y se conserva la estructura macromolecular así como de las funciones especiales o generales de la célula,

resaltando que de esta estructura depende tejidos, sistemas, órganos, y segmentos del cuerpo, ya que el conjunto de todos estos se hace la composición corporal, esto desde el punto de vista biológico, sin descartar que el individuo es un ser bio-psico-social, por lo que se debe tener en cuenta así aspectos psicológicos, y las relaciones sociales que entable a su alrededor . Finalmente para que se pueda llevar a cabo el proceso de nutrición es necesario la ingesta de ciertos nutrimentos esenciales de alimentos, ya que lo que sirve en el organismo son las sustancias que contienen y no el alimento como tal (Ramos, 1999).

En tanto un nutrimento “es toda sustancia con energía química almacenada capaz de ser utilizada por el organismo como energía metabólica” (Ramos, 1999, p. 3), por lo que de acuerdo a la ingesta de ciertos alimentos, el individuo tendrá la posibilidad de realizar sus actividades, ya que se necesita de energía, que es el combustible del organismo (Ramos, 1999). Es así que los alimentos son vistos como vehículos que transportan todos los nutrimentos, por lo que su definición es “toda sustancia constituida, además de nutrimentos, por otros compuestos capaces de desempeñar una función de nutrición” (Escudero, 1939; Ramos, 1999, p. 5).

Dentro de la nutrición esta la dieta que es la alimentación cotidiana, es decir el régimen alimentario que se sigue a diario, conformada por todos los patillos y alimentos que consume a diario el individuo, de acuerdo a la dieta se debe de llevar una adecuada distribución de nutrientes, para no presentar problemas de nutrición, por lo que se establecieron cuatro leyes de alimentación que hacen referencia a las normas que se deben de seguir para que el organismo utilice los nutrimentos necesarios y se desarrolle (Ramos, 1999).

Las leyes de alimentación son: de la cantidad, de la calidad, de la armonía y la ley de la adecuación, las cuales en los siguientes párrafos se desarrollaran y darán un panorama de la alimentación que debe de tener el organismo.

La ley de la cantidad, hace referencia a lo necesario que debe tener el organismo de nutrientes sin llegar a extremos, es decir a una ingesta desmoderada de

alimentos, ya que su objetivo es cumplir con las necesidades energéticas y tener un equilibrio el organismo (Ramos, 1999).

La ley de la calidad está constituida por toda la dieta alimentaria, siendo completa para darle al organismo, en este punto también hace referencia a la ausencia o exceso de alimentos, que descompensan al organismo (Ramos, 1999).

La ley de la armonía, esto es principalmente que se debe de tener una relación en las proporciones de los alimentos, llegar a proporcionar un equilibrio en los nutrientes energéticos, llegando a una proporción equilibrada entre nutrientes (Ramos, 1999).

La ley de la adecuación este punto hace mención sobre lo que puede consumir el organismo y sea adecuado a él, ya que cada fisiología del individuo puede variar, por lo que deben de hacer una distribución e ingesta de alimentos de acuerdo a su organismo (Ramos, 1999).

Así mismo dentro de los nutrimentos existe una clasificación por su función en el organismo, en los nutrimentos energéticos una de sus funciones es la de servir como vehículo de la energía que es ocupada por el organismo, y se encuentran en las proteínas, carbohidratos y grasas, en lo que se refiere a los nutrimentos estructurales son los componentes de tejidos, siendo el agua, minerales y proteínas y finalmente los nutrimentos reguladores de procesos metabólicos del organismo están en las vitaminas, agua, proteínas y minerales, en lo cual se nota que de acuerdo a la ingesta de alimentos son los nutrimentos que tiene el organismo y los cuales puede utilizar para el funcionamiento del organismo (Ramos, 1999).

Las proteínas son fuente de energía para el organismo, que intervienen en el crecimiento, así como en la construcción de tejidos, por medio de las proteínas se forman las estructuras de las células, estas solo viven por algún tiempo y luego son sustituidas por otras. Encontrándose las proteínas animales, en carnes rojas,

aves, los pescados, la leche y sus derivados, y por el lado de las proteínas vegetales están las leguminosas (Brito, Aguilar, Rull & Gómez, 2004).

Los carbohidratos son una fuente importante para el organismo, ya que estos proporcionan energía para que pueda funcionar adecuadamente, además de utilizarla para realizar actividades es también primordial para cuando el cuerpo este en reposo, porque sigue consumiendo energía para respirar, bombear la sangre, además de conservar al temperatura, solo por mencionar algunos, entre los carbohidratos existen dos tipos: los almidones y azúcares, los primeros tardan más tiempo en ser digeridos en el tubo digestivo y convertirse en azúcar y pasar a la circulación sanguínea, y el segundo tipo se digieren fácilmente pasando rápido a la sangre. Es así que se puede encontrar los carbohidratos simples en fruta, azúcar, miel, jaleas, en cereal, tortilla, pan, elote, arroz, avena, papa y camote, las leguminosas contienen almidones (Brito, et, al, 2004).

Las grasas también aportan energía en una cantidad doble a los carbohidratos, que son necesarias para el crecimiento adecuado, se dividen en tres tipos: saturadas, monoinsaturadas y poliinsaturadas, en el primer tipo se encuentran en alimentos como carnes y sus caldos, la mantequilla, leche entera, quesos, cremas, y lácteos que no son descremados, la manteca, por solo mencionar algunos, las grasas saturadas son sólidas a temperatura ambiente. El segundo tipo son las grasas como la margarina, así como las grasa de origen vegetal son grasas hidrogenadas por lo que para que lleguen a tener una consistencia y endurecimiento esperado son sometidas a un proceso industrial para lograr este objetivo, y en el último tipo son grasas se encuentran el ácido linoleico que es el que se encuentra más en la dieta, así también los aceites vegetales de cártamo, girasol, maíz y soya, estas grasas usualmente son líquidas a temperatura ambiente (Brito, et. al).

En lo que respecta a las vitaminas y minerales, son necesarias para el crecimiento, para una piel saludable, para la visión, estableciendo que el organismo necesita de pequeñas cantidades, sin embargo estas no proporcionan

energía (Brito, et. al). Dentro de las vitaminas las más importantes son la A, D, E, K, C y el complejo B, al inicio las vitaminas eran nombradas por letras o por sus propiedades curativas, lo que en la actualidad son nombradas de acuerdo a la descripción de la sustancia, es recomendable agrupar a las vitaminas por su solubilidad (Anderson, Dibble, Turkk, Mitchell & Rynbergen, 1985).

Así la vitamina A su función es el mantener el funcionamiento de las células epiteliales en piel, huesos, membranas, mucosas, púrpura visual, y se encuentra en alimentos como hígado, yema de huevo, mantequilla, crema, leche y sus productos derivados, en las verduras verdes y amarillas, así como en el melón. La vitamina D es la que interviene en absorción y utilización del calcio y fósforo en la osteogénesis, y está en la leche fortificada, cereales y en pequeñas cantidades de mantequilla, yema de huevo, hígado, sardinas y atún. La vitamina E su función es proteger las estructuras celulares, encontrándose en el germen de trigo, aceites vegetales, verduras foliáceas, yema de huevo, leguminosas, cacahuates. En la vitamina K es necesaria en la conformación de protrombina, así como fundamental para la coagulación de la sangre, en los alimentos que se pueden encontrar son: col, coliflor, espinacas, hígado de res, aceites vegetales y otras verduras foliáceas (Anderson, et. al, 1985).

Además otro factor relevante es el agua por ser de vital importancia para el organismo y que pueda sobrevivir, ya que las tres cuartas partes de él son agua, la función del agua es excreción de toda sustancia de desecho del organismo, por medio del riñón, también favorece el mantener un equilibrio de los electrolitos, como la temperatura, por medio de la sudoración (Brito, et. al).

Todos los nutrimentos son importantes y esenciales para la vida y salud de las personas, pero hay prioridades en ellos de acuerdo a sus funciones dentro del organismo, por lo que la dieta debe contener todos los nutrientes necesarios, ya que en caso de carecer de alguno puede provocar problemas en el organismo y en el desarrollo de sus actividades.

Autores como Aranceta, Pérez & Serra (2004), Hernández (2001) y Ramos (1999), coinciden en la idea sobre la nutrición que deben tener los individuos, poniendo de relevancia que debe ser desde el nacimiento hasta la etapa juvenil completa, es decir que aporte las cantidades necesarias y variadas, para que el organismo se desarrolle, y así cumpla con sus funciones. Se menciona estas etapas ya que es donde se enseñan y consolidan los hábitos alimentarios, que ocupará en la vida adulta, resaltando que se necesita de todos los nutrientes para un buen funcionamiento, además de que las vitaminas, carbohidratos, proteínas, grasas, minerales, azúcares, y agua, por mencionar algunos, son necesarios en cantidades normales dentro de la dieta (Aranceta, et. al, 2004).

Cabe mencionar que investigaciones han demostrado que tanto la desnutrición puede afectar las capacidades intelectuales, así como también el no ingerir un desayuno adecuado a primera hora de la mañana repercute en cierto modo en el rendimiento escolar, teniendo en cuenta que las necesidades nutricionales del organismo, dependen del ritmo de crecimiento de cada individuo. Es así que desde pequeños se van incorporando alimentos de acuerdo a sus necesidades, haciendo que paulatinamente se consoliden ciertos hábitos, y así el consumo de determinados alimentos. En la edad preescolar de 4 a 6 años, el crecimiento es continuo y estable, que conforme va creciendo va socializando cada vez más con las personas, en este caso la familia por ejemplo es el núcleo más cercano que va a regular y ser de gran importancia para desarrollar hábitos alimentarios, a esta edad es una buena oportunidad para insertar horarios regulares de comidas, contemplándose el desayuno, en esta edad los alimentos que prefieren consumir contienen una proporción elevada de hidratos de carbono, comidas sencillas, texturas suaves, de colores llamativos y poco salados. Por lo que su dieta debe estar basada en productos lácteos de 3 a 4 raciones diarias, todos los días alimentos proteicos como son huevos, carnes y pescado, alternado su consumo, con legumbres, cereales, pan, estos dos últimos son fuente de energía. Es de gran relevancia el incorporarlo a una actividad física y a las actividades deportivas escolares (Aranceta, et. al).

En la edad de 6 a 12 años, están en un periodo de crecimiento estable, su dieta debe ser variada y equilibrada a fin de que tenga reservas energéticas para entrar a la pubertad, sus horarios de comidas son más regulares, sin embargo es frecuente que no desayunen, ya sea por los tiempos, o porque quien tiene la responsabilidad de proporcionarlo no lo hacen por diversos motivos.

Para la etapa de adolescencia de 13 a 20 años, en la que se presentan varios cambios madurativos en su organismo, en este caso los nutrimentos tienen una gran relevancia para su desarrollo, pero en este proceso es frecuente que los hábitos alimentarios sean interrumpidos y alterados ya que los adolescentes generalmente tienen una fuerte influencia de sus iguales o del grupo al que pertenecen o quisieran estar, trayendo como consecuencia trastornos en su alimentación, por lo que además la imagen corporal que tienen de sí mismos en ocasiones les provocan conflictos para asimilar los cambios físicos del cuerpo, además que frecuentemente, no se identifican con sus modelos a seguir, o ideales, que a veces no son ideales del adolescente sino están influidos por el contexto y personas que conviven, sin embargo quieren llegar a ser como ciertos estereotipos provocando en muchos de los casos insatisfacción corporal, trayendo como consecuencia que no ingieran una dieta equilibrada y variada, sometiéndose a una serie de dietas, restricciones de ciertos tipos de alimentos, poniendo en riesgo la salud, presentándose trastornos en la conducta alimentaria, como bulimia, anorexia por solo mencionar algunos (Aranceta, et. al).

Otro factor es que a esta edad se come frecuentemente fuera de casa con el grupo de iguales al que pertenecen, rompiendo los esquemas de hábitos alimentarios, incrementando también el consumo de comida rápida que por lo general son alimentos poco nutritivos, además aumentando la ingesta de todo tipo de comida chatarra, consumiéndose tanto a horas regulares como entre comidas, siendo también algo relevante que en algunos casos orilla al adolescente a consumir estos alimentos por frecuentar algunos lugares aprobados por su grupo afín. Otro punto que se debe tener presente es que en esta etapa están en continuos cambios psicológicos que también provocan que sus hábitos

alimentarios que se le enseñan en la familia los deje, por sentirse él más independiente, con la capacidad de tomar sus propias decisiones, así como reafirmar su personalidad, reaccionando negativamente a los hábitos y costumbres de la familia, sin embargo en ocasiones sus cambios son muy radicales un ejemplo es el volverse vegetarianos, entre otros (Aranceta, et. al).

Dentro de las problemáticas en la alimentación es sobresaliente que la cultura es un factor con gran influencia sobre los individuos, ya que se difunden en algunos casos creencias sobre el peso ideal, desencadenando estereotipos de la belleza, en la antigüedad se tenía la creencia, que lo mejor era que la mujer tuviera sobrepeso, con esto podía verse reflejado salud, bienestar, fertilidad en la mujer, por el contrario con el cuerpo delgado mostraba debilidad y enfermedad. Por lo que en la época prehistórica se mostraban que las mejores figuras eran las gordas y embarazadas, con lo que la obesidad estaba ligada fuertemente a la sexualidad y fertilidad, pero esto fue cambiando a tal grado que se llegó al ideal de figura delgada y menuda, esto ha traído como consecuencia inconformidad de su físico, baja autoestima, sentimientos negativos, que en muchas ocasiones llevan a las mujeres principalmente a tomar medidas drásticas en su ingesta de alimentos, haciendo dietas restrictivas de alimentos que se consideran con un gran valor de carbohidratos, calorías, que contribuyan al aumento excesivo del peso, que provocan el deterioro de su salud, todo este impacto ha llegado a la población por medio de anuncios publicitarios, revistas, que hacen que mujeres principalmente jóvenes y adolescentes se sometan a restricciones para llegar al peso ideal, a pesar de esto en muchas ocasiones no se llega a tener un cuerpo esbelto como lo proyectan algunos modelos. Con esto llevan a la población a elegir una serie de dietas restrictivas poco nutritivas, provocando hábitos alimentarios poco saludables (Álvarez, Mancilla, Martínez & López, 1998).

Durante la gestación del bebé o en el recién nacido se puede hacer notorio que la ingesta inadecuada o nula de algunos nutrientes, repercuten en enfermedades o anomalías en el desarrollo y crecimiento, que en algunos casos se presentan en la vida adulta (Hernández, 2001).

Resaltando que en la etapa de crecimiento se desarrollan y consolidan los hábitos alimentarios, que se continuarán llevando a cabo hasta la edad adulta, en este sentido se observa que se necesita reforzar y mantener hábitos adecuados y así consumir alimentos, logrando un equilibrio en los nutrimentos para el organismo, y así evitar el desarrollo de enfermedades (Hernández, 2001).

El tipo de alimentación dependerá de la etapa de desarrollo en que se encuentre el ser humano, por ejemplo para el recién nacido lo primordial y que satisface sus necesidades alimentarias es la leche humana, posteriormente se va sustituyendo con alimento variado que debe hacerse paulatinamente y se conformarán los hábitos alimentarios del individuo (Hernández, 2001).

Enseguida se abordará lo relativo al concepto de hábitos alimentarios, en el que se dividirá en hábito y alimentario:

Hábito: Modo especial de proceder o conducirse adquirido por repetición de actos iguales o semejantes, u originado por tendencias instintivas. Y Alimentario: Pertenciente o relativo a la alimentación. Propio de la alimentación (Diccionario de la Real Academia Española, 2001).

Con lo que se observa que hábito es definido como la repetición de alguna actividad, conducta, o situación por lo general son iguales, en tanto a lo alimentario, corresponde a la alimentación. Es así que el poder definir hábitos alimentarios es complejo ya que depende de varias formas que las personas tienen de consumir alimentos, la hora de ingesta de las comidas, la proporción, la calidad, la cantidad, el consumo de verduras, frutas, leguminosas, ya que también la cultura y tradiciones familiares tienen un papel importante en la adquisición de hábitos alimentarios, aunado a esto la facilidad de obtener los alimentos, las condiciones climáticas y geográficas, ya que dependerá de esto el tipo de alimentos que se puedan cultivar, sin dejar a un lado la economía del país, en lo referente a la elección se verán factores físicos, en este aspecto se tendrá en cuenta la composición de alimento, color, sabor, olor, que influirá de gran modo en

el consumo, así también lo social y cultural, son aspectos que se deben contemplar, ya que el individuo conforma sus hábitos alimentarios en la infancia, teniendo una gran influencia de sus familiares, ya que estos le inculcan todos los hábitos que han sido parte de la herencia cultural, es aquí donde se ve que tipos de alimentos, las proporciones, los horarios de la ingesta de alimentos (Cuervo & Santiago, 2002).

A pesar de esto se ha realizado estudios donde muestran, que el no tener una dieta equilibrada, así como variada, es a veces por la falta de tiempo, por las jornadas laborales y al estrés que se presenta en la vida diaria, provocando malos hábitos alimentarios consumiendo así comidas rápidas y poco nutritivas en algunos casos (Cuervo & Santiago, 2002).

Álvarez, et. al (1998) mencionan los estilos alimentarios diarios como:

“el numero de comidas al día, sus horarios, los alimentos más frecuentes en la dieta, o bien los evitados y erradicados, el número y tamaño de las porciones, hasta llegar a los ritos sociales, familiares e individuales que rodean el acto de comer” (p. 50).

Con lo que se pone gran interés en los hábitos que llega a establecer el individuo, dentro de los que se pueden nombrar, las horas de ingesta, el tipo y las proporciones de alimentos, que favorecen o perjudican al organismo (Álvarez, et. al)

Se han observado consecuencias por no ingerir una dieta equilibrada, y variada, resaltando así que esto repercute al individuo en toda su vida, es así que últimamente se han presentado enfermedades relacionadas directa o indirectamente a la alimentación, nutrición, y los hábitos alimentarios (Hernández, 2001).

Cornejo, Olmedo & Escudero (2009) realizaron una investigación sobre la posible relación de los hábitos alimentarios y el rendimiento académico y encontraron una

correlación débil entre las variables, así como no hubo asociación entre las calificaciones obtenidas de los alumnos y la dieta alimentaría, y mas de la mitad de la población consume una dieta mejorable.

En un estudio realizado por Castro, González & Vacio (2008) buscaban determinar los hábitos alimentarios que influyen en el rendimiento académico, en 2160 alumnos de la preparatoria de la Universidad Autónoma de Zacatecas, arrojando resultados en donde los alimentos tienen una correlación positiva con el rendimiento académico de los estudiantes. En cuanto al promedio general del grupo fue de 51.4 en el CENEVAL, de 8.2 fue el promedio de secundaria, en lo que respecta al sexo de los estudiantes, las mujeres obtuvieron un promedio mayor al de los varones, las horas de estudio están en un promedio de 0-11 horas, sin embargo las horas que estudian son 4.3.

En una investigación realizada por Ozuna (2011) en adolescentes en la que se analizo e interpreto la conducta alimentaría en un grupo del Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica, arrojando resultados en los que se mostró no afectar el rendimiento académico con las preferencias y conductas alimentarias, sin embargo se puede mencionar que en lo que respecta a los alimentos inadecuados (comida chatarra) los adolescentes se inclinaron por elección de refrescos carnes frías, hamburguesas, pizzas, galletas así como papas fritas, son los alimentos que consumen frecuentemente en el recreo y a media mañana. En lo que corresponde a alimentos preferentes se inclinaron por el consumo de verduras, frutas, leche, huevo, tortillas de harina, sin embargo dicen no consumirla a menudo, ya que solo es por tener una buena alimentación y un buen estado de salud.

Finalizando así que los hábitos alimentarios, son variados de acuerdo a las condiciones de vida de cada persona, además de que estos se establecen dentro de los primeros años de vida, en la cual las madres tienen una gran influencia sobre la ingesta de determinados alimentos. Además en la adolescencia se presentan cambios en la alimentación ya que no son supervisados en algunas

ocasiones, así como la tendencia de la moda y el pertenecer a ciertos grupos sociales provoca frecuentar lugares y consumir cierto tipo de alimentos chatarra. En tanto la relación con el rendimiento académico algunos autores mencionan que no existe relación, ya que los hábitos alimentarios no interfieren en el aprendizaje sin embargo otra postura muestra que si hay influencia de la ingesta de alimentos, que ayuda al estudiante a tener mejores resultados escolares, ya que los nutrientes proporcionan ayudan a un mejor desarrollo y crecimiento del individuo.

1.2.5 Ejercicio Físico y Rendimiento Académico

El realizar actividad física frecuentemente puede provocar cambios a nivel psicológico, como en el organismo, resultando favorecedores para el individuo, ya que autores han mencionado que la practica de algún tipo de ejercicio sea sencillo o que se necesite un mayor esfuerzo, se tiene consecuencias a corto y largo plazo en beneficio de la salud de la persona. Sin embargo a pesar de que en los últimos años se ha cambiado la ideología que se venia dando en el que por lo regular ante alguna enfermedad se recetaba reposo, en la actualidad se recomienda realizar una actividad física, como complemento del tratamiento para tener una salud adecuada (Van, 2004).

Dentro de los beneficios que se presentan realizando ejercicio se encuentran que mejora el rendimiento académico, la asertividad, la confianza en uno mismo, el equilibrio emocional, la independencia personal, el rendimiento intelectual en los ancianos, la capacidad de autocontrol, la memoria, mejora del estado de ánimo, la capacidad perceptiva, la sociabilidad, la autoimagen corporal, la sensación de bienestar personal, el rendimiento en el trabajo, disminuyendo además el absentismo en el trabajo, el abuso de alcohol y de otras substancias, los sentimientos de ira, la ansiedad, la depresión, la sensación de irrealidad, los dolores de cabeza, la agresividad y la irritabilidad, las fobias, las conductas psicóticas, la activación fisiológica en situaciones de estrés, los errores de ejecución de tareas y los trastornos del sueño por mencionar algunos, observando así que profesionales en la salud mental afirman que el ejercicio tiene efectos emocionales positivos esto puede realizarse a todas las edades y ambos sexos,

otro aspecto es que el ejercicio dentro en la rehabilitación es de gran beneficio, ayudando al individuo a mejorar su estado emocional y corporal (Van, 2004).

En tanto el ejercicio provoca que algunos individuos mejoren su calidad de vida, sus hábitos, para otros no resulta tan conveniente ni agradable, ya sea por su historia de vida reflejando que sea tediosa o aburrida las horas de ejercicio, esto puede ser a consecuencia de que se presentan dificultades para cierta actividad, afectando las ideas y pensamientos de los individuos que se traducen en muchos de los casos en negativos, también se observa que el reforzamiento que se tiene desde edades muy tempranas ayuda a desarrollar o eliminar alguna actividad física, en lo que respecta a las situaciones positivas se presenta mejor autoestimas, relaciones personales, confianza, satisfacción entre otras (Van, 2004).

Otro factor importante es el reforzamiento social, este es de gran importancia porque la familia, los amigos y profesores tienen un gran valor para el individuo, por comentarios respecto a realizar ejercicio y como lo ven dentro del área deportiva. Dentro del ejercicio hay tres principios básicos para poder organizar un plan de ejercicio, los cuales son sobrecarga, progresión y especificidad. Con esto se puede ver que es necesario tomar en cuenta estos aspectos para iniciar el ejercicio físico, para que beneficie al organismo, ya que en ocasiones se abusa del ejercicio, que esto indudablemente sus consecuencias son negativas, ya que al cargar al cuerpo con una rutina muy rígida, puede dañar al organismo y a nivel psicológico, ya que las personas llegan a obsesionarse con el peso, la figura, que provocan trastornos en la conducta y alimentación entre otros (Van, 2004).

Por lo tanto es necesario definir la actividad física que es entendida como “cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que den como resultado el gasto de energía”. Por lo que también es necesario definir el ejercicio físico entendido como “una categoría de la actividad física, que se realiza de forma libre, específica y voluntaria, con movimientos corporales planteados, estructurados, repetidos y con carga

progresiva, para mejorar o mantener una o más de las cualidades biomotoras y en consecuencia, producir un mejor funcionamiento del propio organismo. En lo que respecta el acondicionamiento físico es “un conjunto de atributos que la gente tiene o logra y que se relaciona con la capacidad de realizar una actividad física determinada de forma eficiente. Y finalizando con la definición de deporte que “es la actividad específica de competición, en la que se valora intensamente la práctica del ejercicio físico para la obtención del perfeccionamiento de las posibilidades morfofuncionales y psíquicas, en función de conseguir un récord, la superación de sí mismo o de su adversario, subordinados a ciertas reglas de juego” (Cerezo, Carmona & Becerra, 2004; p. 199).

Con dichas definiciones se puede llegar a un panorama más amplio y detallado sobre el ejercicio, ya que por una parte el realizar una actividad física se desarrollan aspectos que la conforman dando así que el ejercicio físico y el deporte son derivados de las actividades físicas, ya que primero son movimientos producidos por los músculos, y conforme se va incrementando la carga y frecuencia se le denomina ejercicio físico a movimientos corporales planteado y progresivos y finalmente el deporte está relacionado a la competencia comparación de resistencia entre un grupo de personas, finalmente son actividades que se realizan de forma libre, solo con el objetivo de mejorar la salud en el organismo y en otros casos se realizan actividades físicas más rigurosas, llevando a cabo rutinas para llegar a competir (Cerezo, et. al, 2004).

Otro de los aspectos es que al realizar ejercicio en el organismo se regulan ciertas hormonas, por lo que en el ejercicio muy prolongado y en su recuperación, se liberan hormonas, como:

“la hormona del crecimiento, las beta endorfinas, el cortisol y las hormonas sexuales; la hormona de crecimiento (GH), estimula la síntesis de proteínas y el metabolismo de las grasas (lipólisis); el cortisol regula la liberación de aminoácidos y moviliza los ácidos grasos durante el ejercicio de larga

duración y las hormonas tiroideas que también estimulan el metabolismo durante el ejercicio” (Cerezo, et. al; p. 201).

Es otro de los aspectos importantes de mencionar, ya que el ejercicio a nivel biológico produce cambios, así como también regula las hormonas en el organismo para beneficio, a pesar de esto en la investigación de Ozuna (2011), mencionan los adolescentes que ocasionalmente o posiblemente estaban dispuestos a realizar ejercicio. Observando el incremento del sedentarismo en adolescentes es mayor, esto trae como consecuencia también el aumento de peso y riesgo en la salud.

Como se ha mencionado para que el organismo tenga un buen funcionamiento también es necesario implementar dentro de las actividades diarias el ejercicio físico, el cual ayudara a utilizar la energía obtenida de algunos alimentos, como son los hidratos de carbono y grasas las cuales son vitales también para el metabolismo corporal (Aranceta, et. al).

2. MÉTODO

2.1 Lineamientos Generales

El método es fundamental ya que es el procedimiento o estructura para lograr el objetivo establecido dentro de la investigación, este incluye la descripción y valoración de la muestra, interesándole exclusivamente el proceso que se desarrolla para obtener el resultado.

El utilizado para esta investigación fue el Descriptivo-Exploratorio ya que se observó la posible correlación y repercusión existente entre los hábitos alimentarios y el ejercicio Físico en el Rendimiento Académico. La correlación al igual que las observaciones, puede conducir al descubrimiento de posibles relaciones causales, es decir, la medición de la correlación especifica el grado de la relación en distintas variables (Wood, 1984). El tipo de estudio más pertinente para llevar a cabo esta investigación fue el proceso estadístico correlacional R de Pearson, ya que permite medir el grado de relación (perfecta, fuerte, moderada, y débil, o en el caso de 0 indica que no hay relación) (Coolican, 1997), pudiendo ser negativa o positiva, entre dos variables, además determina la tendencia de una persona y sus puntuaciones en diferentes categorías (Wood, 1984), y Exploratorio porque se observo la alimentación y frecuencia en la que consumen los alimentos y el comportamiento del ejercicio físico durante el lapso entre clases, obteniendo de esta manera el procedimiento para lograr el resultado.

2.2 Objetivo General

- Determinar la correlación que existe entre los hábitos alimentarios, el ejercicio físico y el rendimiento académico en estudiantes de la Carrera de Medico Cirujano con un Coeficiente Intelectual Superior.

2.2.1 Objetivos Específicos

- Identificar a los alumnos de alto, bajo y regular rendimiento, así como sus problemáticas
- Conocer los hábitos alimentarios de los estudiantes
- Conocer la frecuencia con que realizan ejercicio físico los alumnos

2.3 Unidades de Análisis

Ejercicio físico

- Frecuencia

Hábitos alimentarios

- Desayuno completo a primera hora de la mañana
- Desayuno a media mañana ligero
- Alimento entre comida
- Comidas a horas regulares

Calidad de los alimentos en la alimentación

- Raciones de fruta y verdura al día
- Raciones de carne
- Raciones de pescado
- Ingestión comida rápida
- Apetito en general

Rendimiento académico

- Facilidad para aprender
- Problemas para aprender
- Elementos que favorecen al rendimiento
- Hábitos y técnicas de estudio
- Frecuencia con la que estudian
- Horas dedicadas a estudiar
- Técnica empleada
- Relación de los hábitos de estudios y las calificaciones

2.4 Características de la Población

Fue conformada por 276 estudiantes de nuevo ingreso de la carrera de Médico Cirujano de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala-UNAM, de los cuales 179 eran mujeres y 108 hombres, en un rango de edad de 18 a 25 años, de los cuales 238 percibían ayuda económica por su familia, 25 de su familia y personal y sólo 3 de si mismos, pertenecían al turno matutino y vespertino. Es necesario remarcar que todos ellos tenían un Coeficiente Intelectual de “normal a superior” de acuerdo a las escalas propuestas en la prueba de Dominos

2.5 Instrumento

Se utilizó el instrumento “Evaluación Integral del Rendimiento Académico para el Nivel Superior” (Flores, O.et al 2005), tiene por objetivo evaluar los factores multidisciplinarios que intervienen en el rendimiento académico. Esta organizado por 13 categorías: datos generales, historia escolar, proyecto, ambiente, estado de salud, alimentación, toxicomanías, rendimiento académico, contenidos, técnicas

de estudio, relaciones alumno-profesor, compañeros y familiares; consta de 129 preguntas cerradas. Su aplicación puede ser individual o grupal, la instrucción central es ***“contesta el siguiente cuestionario con la mayor sinceridad posible, puedes tomarte el tiempo que consideres pertinente”***

2.6 Procedimiento

2.6.1 Organización de la Investigación

Plantear el problema

En la actualidad se ha observado que a pesar de la basta información sobre el rendimiento académico y la intervención en él, no se han logrado en algunos casos los fines establecidos ya que en casi su totalidad, la población estudiantil ha carecido de ello, y así surge la investigación sobre los posibles factores que intervienen en el Rendimiento Académico. Por lo que se realizó la búsqueda bibliográfica para tener un panorama general y de ahí definir el problema a construir la relación que existe: entre los hábitos alimentarios, ejercicio físico con el rendimiento académico.

2.6.2 Contacto Institucional

Se presentó el proyecto con la finalidad que los representantes de la Jefatura de la Carrera conocieran la importancia del tema y los beneficios de incorporar estrategias para intervenir en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera Médico Cirujano de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala-UNAM, y así poder facilitar el acceso a las instalaciones y población a investigar.

2.6.3 Organización y Aplicación del Instrumento

1. Se organizaron 10 grupos de 30 estudiantes cada uno, cinco del turno matutino y cinco del vespertino.
2. Se definió la fecha para la aplicación

3. Se organizaron 10 equipos de aplicadores, cada uno constaba de un coordinador y un cocoordinador

4. La aplicación se realizó en 40 minutos. El cocoortdinador repartió los materiales (cuestionarios y lápices) y posteriormente el coordinador dio la siguiente instrucción “**contesta el siguiente cuestionario con la mayor sinceridad posible, puedes tomarte el tiempo que consideres pertinente**”.

3. RESULTADOS

Los resultados de este estudio se presentan en tres momentos: en el primero se muestran las características generales de la población total en relación al ejercicio físico, los hábitos alimentarios y problemas en el rendimiento académico. En la segunda se dan los patrones conductuales de los estudiantes de alto, bajo y regular rendimiento académico, en relación a las categorías anteriores. Finalmente en la tercera se muestran las correlaciones que existen entre las tres unidades de análisis.

Primer Momento

3.1 Características Generales

Frecuencia de Ejercicio Físico

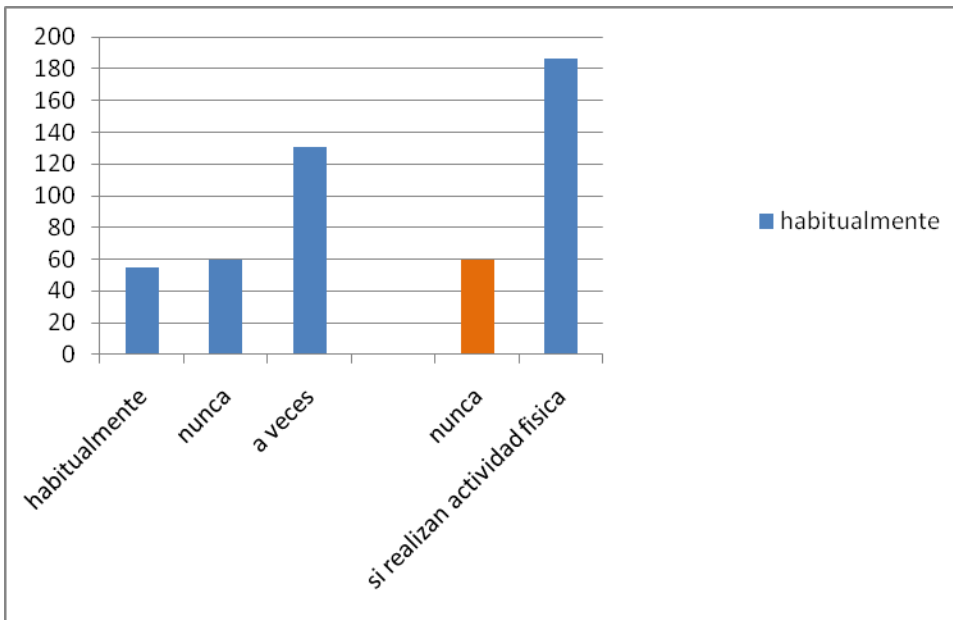


Figura 1 Frecuencia del ejercicio físico de los estudiantes de nuevo ingreso

Como se observa en la Figura 1, 55 alumnos de 266, realizan ejercicio físico, 131 en ocasiones, dando un total de 186 estudiantes que lo practican, mientras que 60 nunca lo hacen.

Hábitos alimentarios:

- Desayuno a primera hora de la mañana
- Desayuno ligero y a media mañana
- Comer entre comidas
- Comer a horas regulares

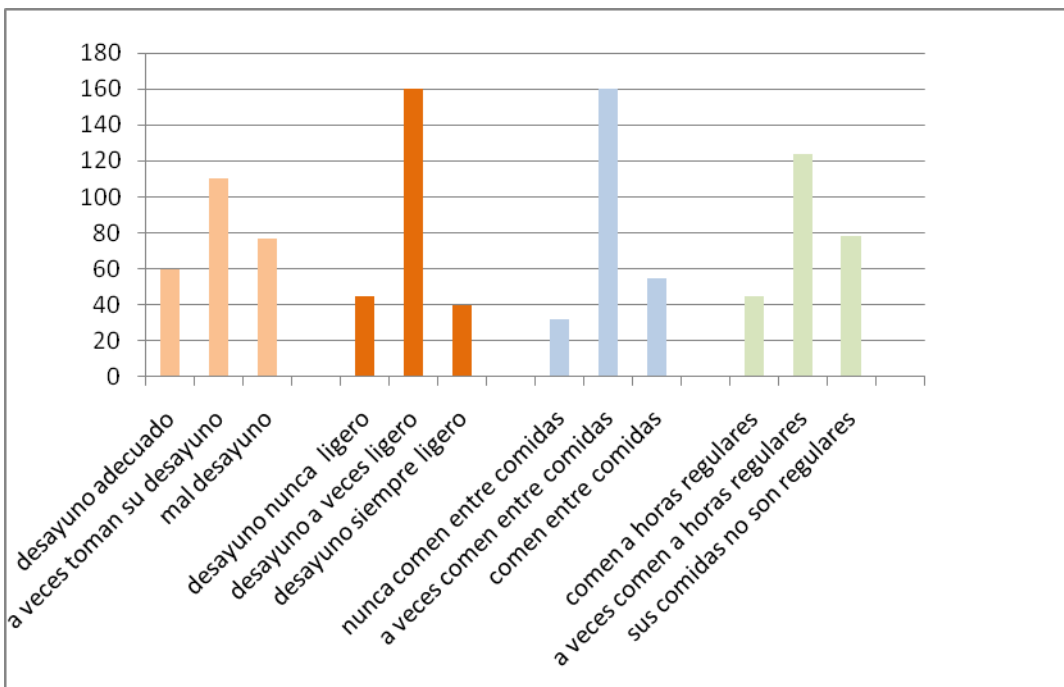


Figura 2. Frecuencias de los hábitos alimentarios de los estudiantes de medicina.

Cómo se observa en la figura 2, 60 estudiantes siempre “toman un desayuno”, 110 en ocasiones y 77 nunca lo hacen, En relación a si su “desayuno es ligero y a media mañana”, 40 alumnos siempre lo toman, 160 a veces y 45 nunca. En lo respecta a “comer entre comidas” se encontró que 55 siempre lo hacen, 160 en ocasiones y 32 nunca. Finalmente en lo que se refiere a “comer a horas regulares”, se observa que 45 alumnos siempre lo hacen, 124 en ocasiones y 78 nunca.

Calidad de los Alimentos:

- Comer comida rápida
- Cuantas veces por semana comes carne
- Cuantas veces por semana comes pescado
- Cuantas raciones de fruta y verdura comes la día

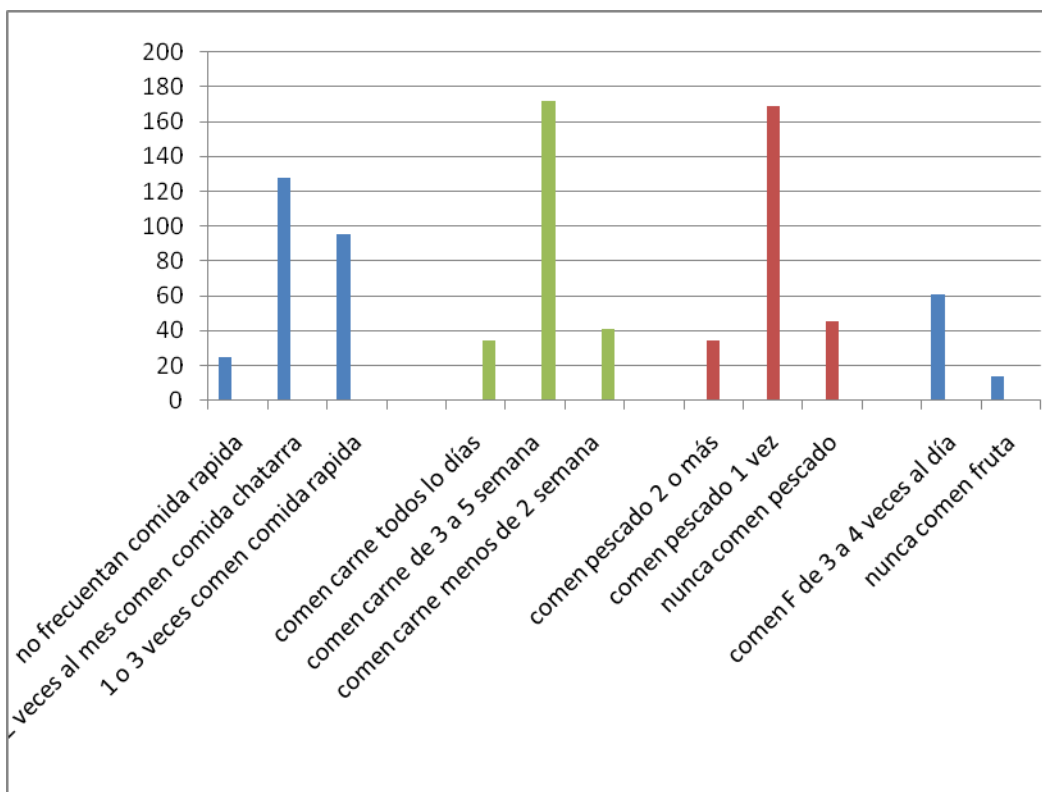


Figura 3 Consumo y calidad de los alimentos en los estudiantes.

En la figura 3 se muestra la calidad en los alimentos, de los cuales 25 no comen “comida rápida”, 95 de 1 a 3 veces a la semana y 128 de 1 a 2 veces al mes. En lo que se refiere a “cuantas veces por semana comes carne” 34 estudiantes comen todos los días, 172 de 3 a 4 veces por semana y 41 menos de 2 veces por semana. Respecto a “cuantas veces por semana comen pescado” 34 alumnos de

2 o más veces a la semana, 169 1 vez y 45 no lo consumen. Finalmente en “cuántas raciones de fruta y verdura tomas al día” 61 alumnos de 3 a 4 veces al día y 14 nunca la consumen.

Rendimiento Académico:

- Aprendes con facilidad
- Tienes problemas para aprender
- Te sientes cansado
- Te cuesta trabajo mantenerte quieto en clase
- Te distraes fácilmente
- Se te olvida rápidamente lo que aprendes
- Entiendes con facilidad lo que estudias
- Resuelves tus exámenes con facilidad
- Estudias

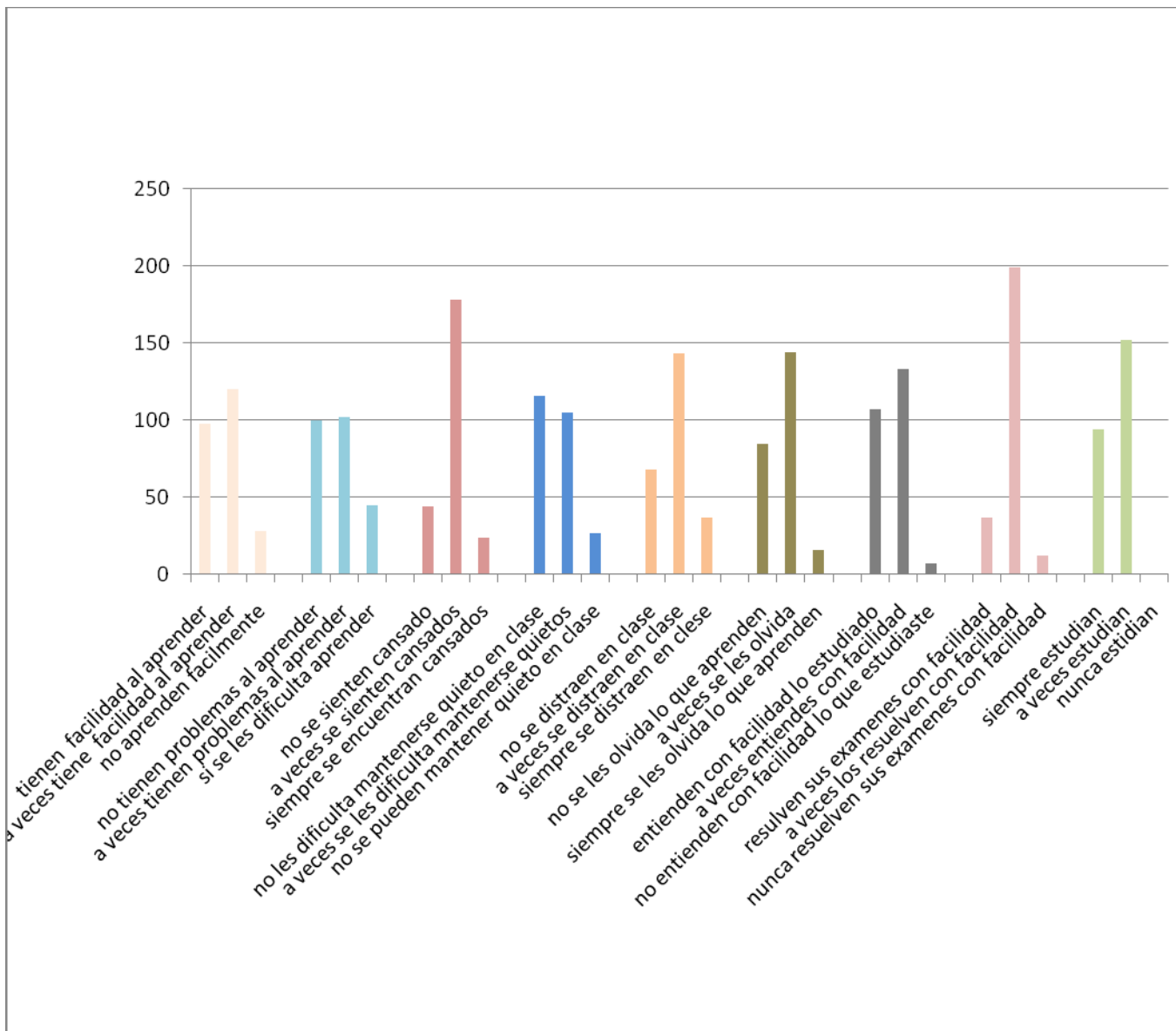


Figura 4 dificultades y hábitos en el aprendizaje de los estudiantes

En la Figura 4, se muestra que 98 alumnos aprenden con facilidad, 120 a veces y a 28 se les dificulta. En tanto 45 alumnos si tienen problemas para aprender, 102 veces y 100 no tienen problemas. También 24 alumnos siempre se sienten cansados, 178 a veces y 44 no se sienten cansados. En lo que respecta a 116 estudiantes les cuesta trabajo mantenerse quietos, 105 a veces y 27 no sienten cansancio. Asimismo 37 alumnos se distraen fácilmente, 143 a veces y 68 no. Además a 16 siempre se les olvida rápidamente lo que aprenden, 144 a veces y

85 no. En lo que corresponde 107 si entienden con facilidad lo que estudian, 133 a veces y 7 no. Asimismo 37 si resuelven sus exámenes con facilidad, 199 en ocasiones y 12 nunca. Finalmente si estudian 94 alumnos, 152 en ocasiones y 1 nunca.

Hábitos y técnicas de estudio:

- Cuanto tiempo dedicas a estudiar semanalmente
- Consideras que es suficiente para aprender y obtener las calificaciones que quieres
- “Las estrategias que sigues para aprender son”: mapas mentales, esquemas y cuadros sinópticos, leen y no utilizan ninguna técnica de estudio.
- Consideras que el tiempo que inviertes en estudiar y la forma de cómo lo haces son proporcionales a las calificaciones que obtienes

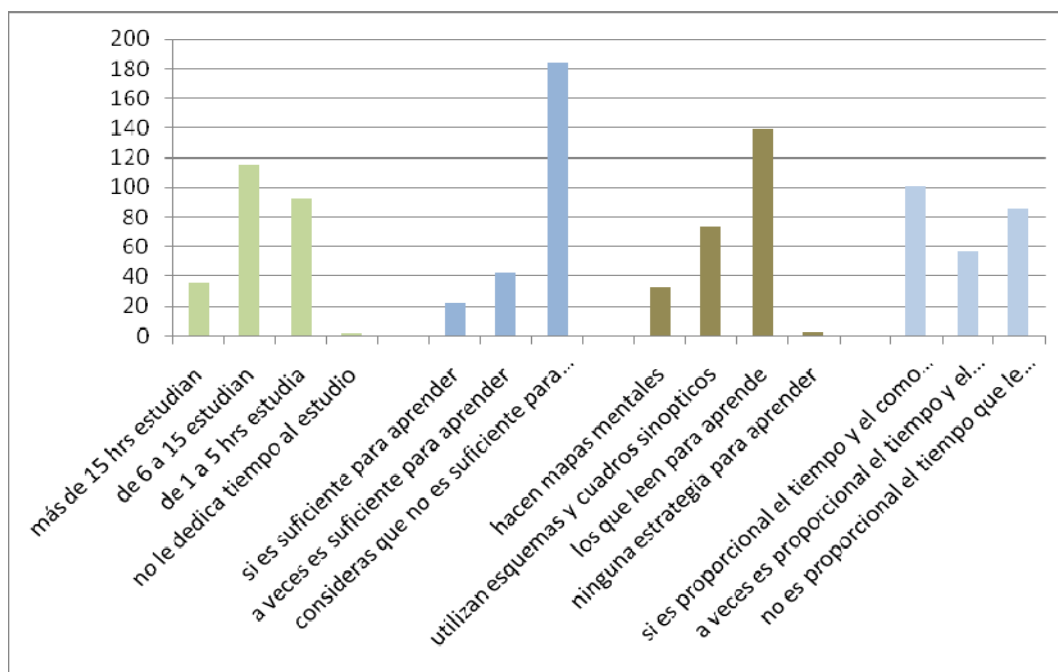


Figura 5 Estrategias y Hábitos de estudio

En la figura 5 se presenta que 36 estudiantes le dedican más de 15 horas a la semana a estudiar, 115 de 6 a 15 horas, 92 de 1 a 5 horas y 2 no le dedican tiempo al estudio. En tanto 22 alumnos consideran suficiente las horas que invierten para obtener las calificaciones que quieren, 45 a veces y 184 no. En las estrategias que siguen para aprender, 33 hacen mapas mentales, 73 utilizan esquemas y cuadros sinópticos, 139 leen y 3 no utilizan ninguna técnica de estudio. Finalmente 101 estudiantes mencionan que si consideran que el tiempo que invierten en estudiar y la forma de cómo lo hacen son proporcionales a las calificaciones que obtienen, 57 a veces, y 86 no lo consideran suficiente.

Segunda Parte

3.2 Patrones Conductuales por Grupos

Ejercicio Físico

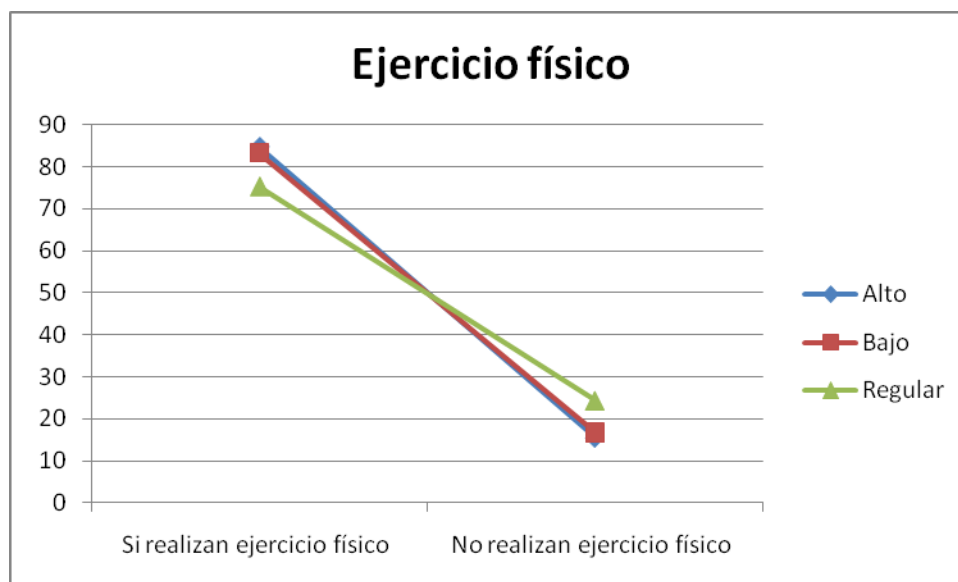


Figura 6 Ejercicio físico y el rendimiento académico

En la figura 6 se muestra que el porcentaje de estudiantes con alto y bajo rendimiento académico, que realizan ejercicio físico es de 84.7% y 83.3%. Los de regular rendimiento obtuvieron 75.3%. Lo anterior muestra que existe un comportamiento similar entre los tres grupos con una diferencia mínima de 9.4%,

con lo cual se observa que existe una tendencia a realizar ejercicio físico. Asimismo el porcentaje de alumnos que no hacen ejercicio, en los tres grupos es similar.

Hábitos alimentarios:

- Desayuno al despertar
- Desayuno a media mañana
- Ingestión de alimentos regular
- Ingesta de alimentos entre comidas
- Ingesta de Comida rápida
- Calidad de los alimentos

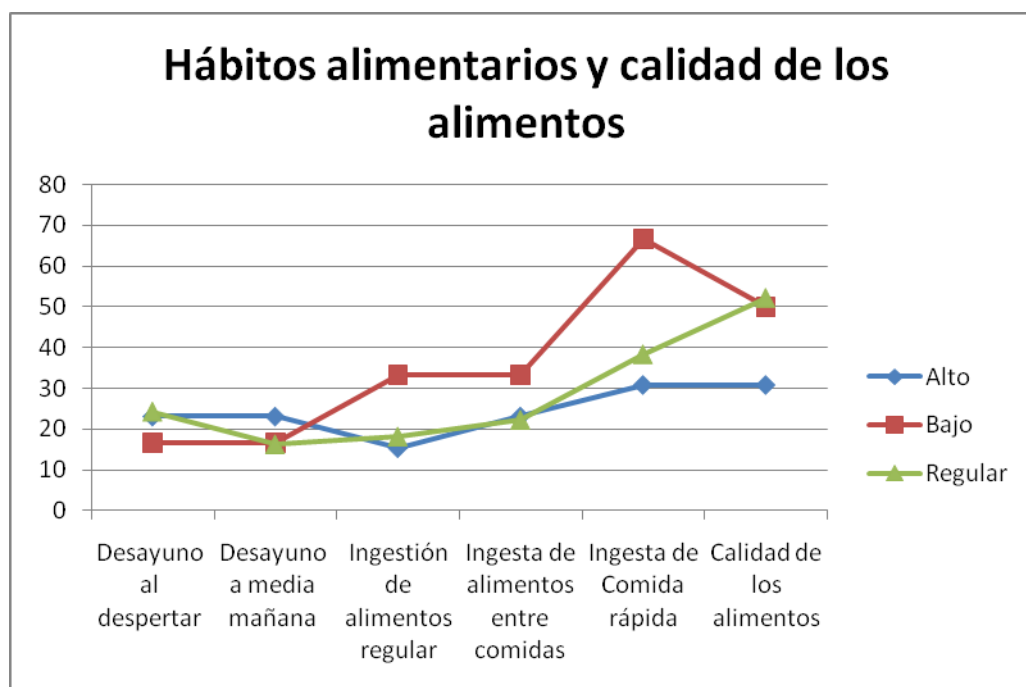


Figura 7 hábitos alimentarios y calidad de los alimentos

En la figura 7 se presentan los hábitos alimentarios de los estudiantes. Se encontró que los porcentajes obtenidos en el rubro de “Calidad de los alimentos” el porcentaje tanto de los grupos de bajo como los de regular son iguales (16%), existiendo una diferencia de 6.4% menos en el grupo de alto rendimiento académico (10.26%). Llama la atención el porcentaje de ingesta de comida rápida donde el grupo de bajo rendimiento obtuvo un porcentaje de 66.7%, 35.9% mayor que los otros dos grupos.

Apetito en general

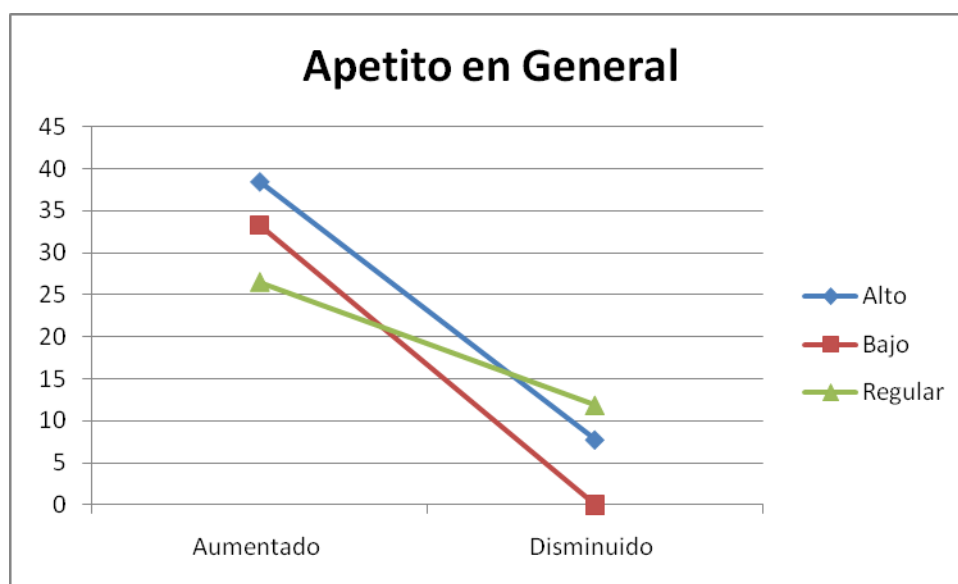


Figura 8 Apetito en General

En la figura 8 el apetito en general, los alumnos dijeron tener un aumento en su apetito referente de los tres grupos, sin embargo el porcentaje más alto fue del grupo de alto promedio, con 38.5%. En relación a la disminución de apetito, solo los de alto y regular han sufrido cambios.

Rendimiento Académico

- Si aprenden con facilidad
- No tienen problemas para aprender
- No sienten cansancio
- Se mantienen quietos en clase
- No se distraen fácilmente
- No se olvida lo que aprenden
- Si entienden con facilidad lo que estudian
- Si resuelven exámenes con facilidad
- Si estudian

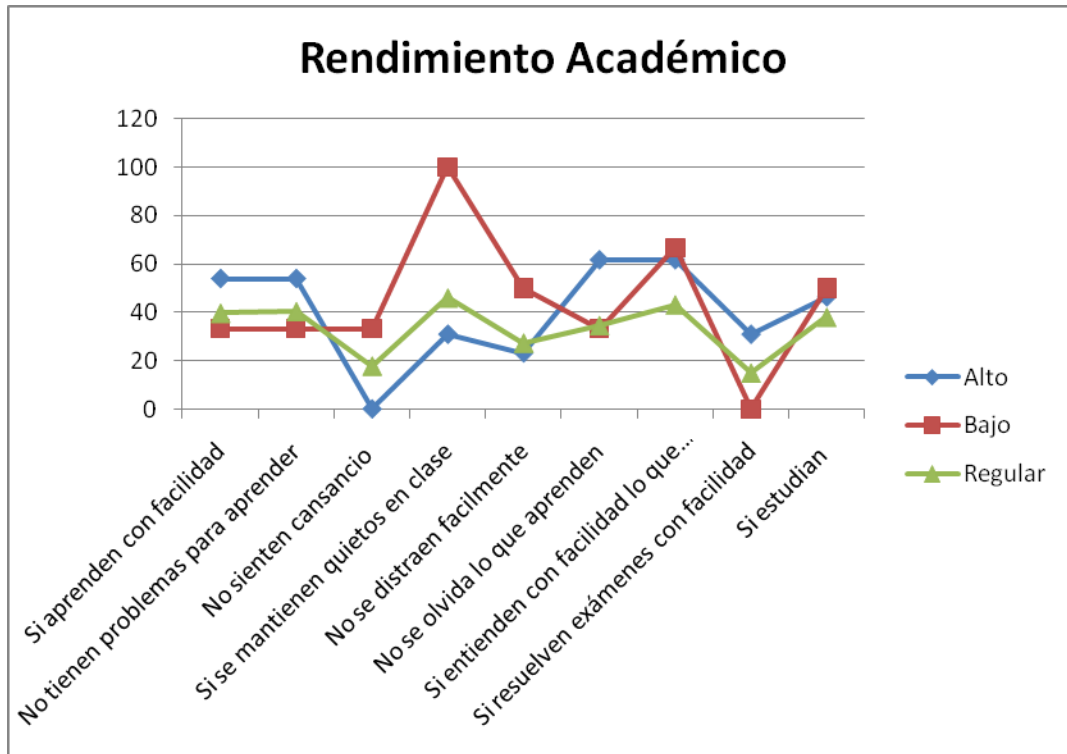


Figura 9 Redimiento Académico

La figura 9 sobre rendimiento académico, se observa en los resultados porcentajes de los tres grupos de alumnos, no presentar dificultades en el desempeño escolar. Sin embargo el grupo de bajo promedio mostró que el 100% no le cuesta trabajo mantenerse quieto en clase. En lo que respecta a los grupo de alto y regular rendimiento con porcentajes de 30.8% y 46.1%, con una diferencia de 69.2%. Otra situación es que se reporta un porcentaje mayor en no se distraen fácilmente el grupo de bajo promedio con un 50%, mientras los grupos de alto y bajo, son similares, con un porcentaje de 23.1% y 27.4%, y una diferencia de 26.9%. Siendo así también que el 61.5% del grupo de alto bajo rendimiento, no se les olvida rápidamente lo que aprenden, presentando una diferencia de 28.2% con respecto a los grupos de bajo y regular rendimiento, además que su porcentaje es muy similar. Terminando con el aspecto de resolver los exámenes con facilidad el grupo de alto rendimiento muestra un 30.8%, mientras que el grupo de regular es de 14.9% y el de bajo el 0%.

Problemas en el Rendimiento Académico:

- No aprenden con facilidad
- Si tienen problemas para aprender
- Si sienten cansancio
- No se mantienen quietos en clase
- Si se distraen fácilmente
- Si se olvida lo que aprenden
- No entienden con facilidad lo que estudian
- No resuelven exámenes con facilidad
- No estudian

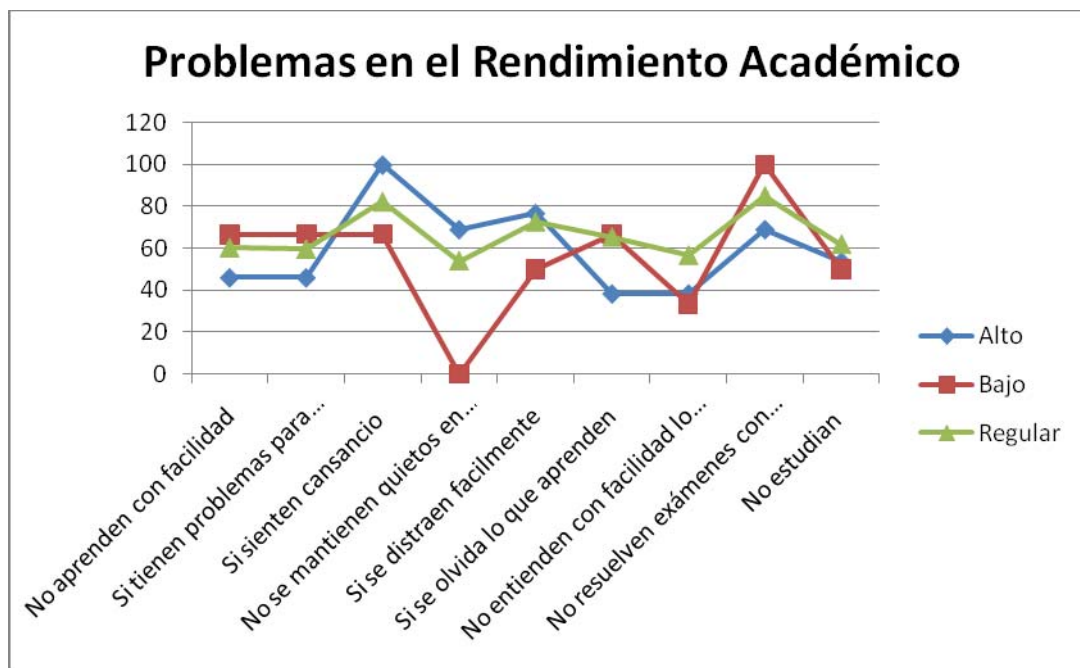


Figura 10 Problemas en el Rendimiento Académico

En la figura 10 se muestran los resultados de los tres grupos con ciertos porcentajes similares, a pesar de esto, no aprenden con facilidad el grupo de bajo rendimiento tiene 66.6% siendo el de alto y regular menores con el 60.2% y 46.2%, con una diferencia de 20.4%. En lo referente a las dificultades para aprender el grupo de bajo promedio mostro un 66.7%, y los grupos de alto y regular tienen un porcentaje menor siendo de 46.2% y 59.5%, con una diferencia de 20.5%. Sintiéndose cansados el 100% del grupo de alto rendimiento, siguiendo el grupo de regular con el 82.2% y el grupo de bajo con un 66.7%, con una diferencia de 33.3%. También exponiendo que les cuesta trabajo mantenerse quieto al grupo de alto rendimiento con un porcentaje mayor que los otros dos grupos de 69.2%, mientras que el bajo mostro que no les cuesta trabajo mantenerse quietos en clase con el 0% y regular con un 53.9%. En tanto se distraen fácilmente el grupo de alto rendimiento con un porcentaje de 76.9%, el grupo regular muestra que están similares los porcentajes con un 72.6% y el grupo bajo con 66.7%, con una diferencia de 10.2%. En lo que corresponde a los grupos

bajo y regular sus porcentajes son similares, ya que se les olvida fácilmente lo que aprenden con 66.7% y 65.3%, existiendo una diferencia de 28.2%, siendo menor el porcentaje del grupo de alto rendimiento de 38.5%. En tanto el 100% del grupo de bajo rendimiento mostro que no resuelve sus exámenes con facilidad, siguiéndole el grupo de regular con 85% con una diferencia de 30.8% ya que el grupo de alto rendimiento tuvo el 69.2%. Y por ultimo los tres grupos estudian, teniendo sus porcentajes similares, cabe resaltar que el grupo de regular su porcentaje es le mayor con 61.9%, con una diferencia de 11.9%.

Horas de estudio

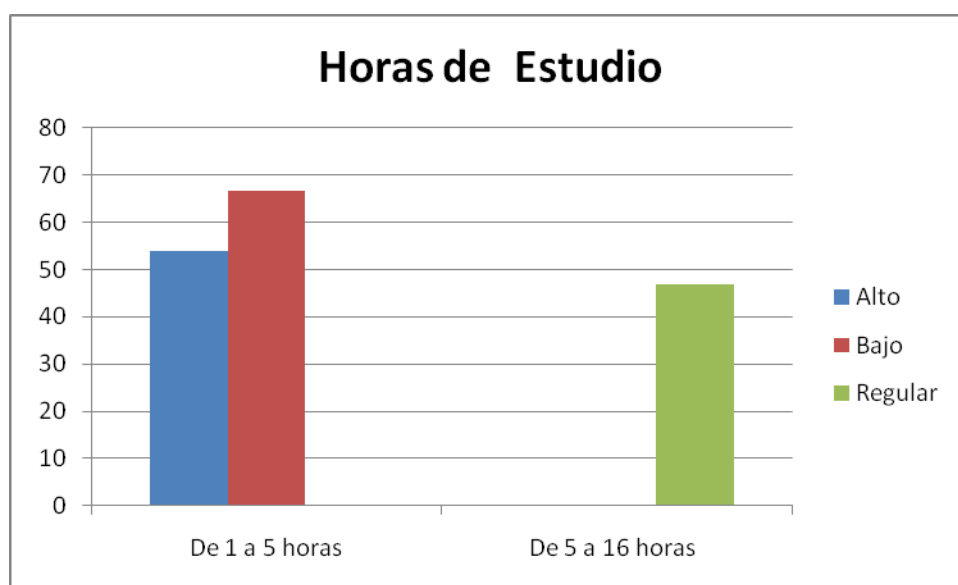


Figura 11 horas de estudio

La figura 11 horas de estudio, presenta que los estudiantes de alto y bajo rendimiento, invierten de 1 a 5 horas a la semana a estudiar, siendo sus porcentajes de 53.8% y 66.7%, mientras el grupo de regular promedio es el que invierte más tiempo en el estudio de 6 a 15 horas con un porcentaje de 46.9%.

Técnica y hábitos de estudio

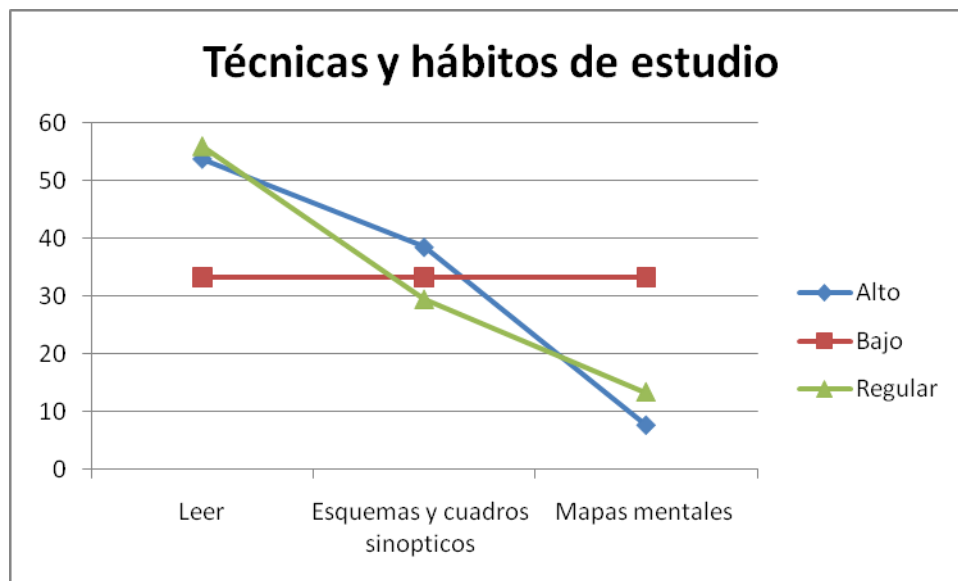


Figura 12 técnicas y hábitos de estudio

En la figura 12 técnicas de estudio, se muestra que la lectura es implementada en los grupos de alto y regular ya que tienen el porcentaje mayor de 53.8% y 56% en comparación del grupo bajo con un 33.3%, con una diferencia de 22.7%. En los esquemas y cuadros sinópticos sus porcentajes son similares en los tres grupos. En lo que respecta a los mapas mentales los realizan el grupo bajo con un 33.3%, mientras que los grupos de regular y bajo su porcentaje es menor, siendo de 13.3% y 7.7%, con una diferencia de 25.6%.

3.3 Correlación entre Ejercicio Físico, Hábitos Alimentarios en el Rendimiento Académico

Se utilizó el procedimiento estadístico R de Pearson, con el fin de ver la correlación entre los factores; Rendimiento Académico, Hábitos Alimentarios y Ejercicio Físico ya que se consideran fundamentales para el óptimo desempeño educativo. Por lo que de acuerdo a la interpretación la escala va de 1 a -1, pudiendo determinar el grado de relación de correlación ya sea: perfecta, fuerte,

moderada, y débil, o en el caso de 0 indica que no hay relación. En tanto el signo (+) o (-) nos da la dirección de la relación (Wood, 1984).

En la tabla 1, se muestran los resultados obtenidos, por lo que no hubo correlación entre los factores. Se observó que no hay relación entre rendimiento académico con los hábitos alimentarios y calidad de los alimentos y con las técnicas y hábitos de estudio, sin embargo en el ejercicio físico y en el apetito en general, los resultados obtenidos fueron de $r=0.14$ y $r=0.10$, en lo que respecta a una correlación débil en ambos factores, en los estudiantes de la carrera de médico cirujano.

Tabla 1. Correlaciones entre el rendimiento académico con el ejercicio físico, hábitos alimentarios y calidad de los alimentos y técnicas y hábitos de estudio.

Factores	Rendimiento académico
Ejercicio físico	$r=0.14$
Hábitos alimentarios y calidad de los alimentos	$r=0.08$
Apetito en general	$r=0.10$
Técnicas y hábitos de estudio	$r=0.07$

4. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

La investigación consistió en determinar la correlación que existe entre los hábitos alimentarios, ejercicio físico y el rendimiento académico en estudiantes de la Carrera de Medico Cirujano con un Coeficiente Intelectual Superior.

Dentro de estas categorías a estudiar se encontró que son diversas las causas que intervienen en ellas, cabe mencionar que en las tres que mencionamos, tiene un impacto la globalización, proceso que ha llevado a múltiples cambios a nivel mundial.

En la educación ha sido un proceso que ha marcado mucho el rumbo y destino, ya que ha transformado el plan curricular de las instituciones adecuándose a la demanda laboral saliendo de sus objetivos y replanteando otros, lo anterior también ha sido corroborarlo por Rodríguez (2000), Moreno (2001), Castellanos & Luna (2009), refiriéndose que en la educación superior hay continuos cambios, además de la creación de instituciones privadas va en aumento por la creciente demanda, de mejor preparación y actualización. Es así que en México se presentan desafíos, interrogantes e inversiones económicas que se deben superar para brindar una mejor educación, ya que la formación en los estudiantes se presentan deficiencias, por solo mencionar algunas como la lectura y la ortografía, estos temas son vistos desde la educación básica, sin embargo carecen de estos conocimientos los estudiantes a nivel licenciatura. Aunado a que se sigue impartiendo clases con el modelo tradicionalista en el cual el profesor imparte su clase y usa la memorización de los alumnos, dando como consecuencia la falta de análisis y síntesis del tema, así como la poca participación de los alumnos en trabajo en equipo, dejando también la reflexión en equipo (Castellanos & Luna, 2009), a pesar de esto en la investigación los resultados mostraron que no hubo dificultades en la ortografía, pero los tres grupos mencionaron tener como estrategia la lectura, eso indudablemente es importante, sin embargo solo se quedan en una lectura, y en algunas ocasiones sin análisis ya que el grupo regular y bajo mencionan reportan índices bajos sobre realizar mapas mentales, siendo

una técnica que ayuda a tener el tema más explícito, como analizado ya que sintetizan retomando lo más elemental, haciendo relevante que no se concuerda con Castellanos & Luna ya que esta población si lee.

Además las estrategias de estudio implementadas por los estudiantes son fundamentales para el aprendizaje, siendo éste el responsable elegir cual utilizar motivándolo y ayudándole para que emplee más opciones que beneficien su rendimiento académico, como la realización de mapas conceptuales, establecer horarios de estudio y resúmenes del tema, etc. Garbanzo (2007) ya que se observó y se concuerda con dicho autor, ya que dentro de la población, las más frecuentes entre los estudiantes son, esquemas, cuadros sinópticos, y la lectura, siendo esta última la más requerida, siendo el menos utilizado el mapa mental por los grupos de alto y regular rendimiento, ya que el grupo de bajo rendimiento reportó un porcentaje mayor a comparación de los otros grupos. También en lo que respecta a las horas de estudio el grupo de alto y bajo rendimiento invierte un máximo de 5 horas a la semana, mientras que el grupo de regular rendimiento es de 5 a 16 horas, haciendo notorio que invierte mayor tiempo en estudiar, sin embargo una buena cantidad de universidades siguen con el modelo tradicional, descartando el desarrollo de las técnicas, de las estrategias y las horas que deberían de emplear los estudiantes para su desempeño escolar. Otro aspecto que menciona Sánchez (2008) son las técnicas de estudio que usa el alumno para el aprendizaje, ya sean auditivas, visuales o abstractas, con lo que se coincide en los resultados encontrados en la presente investigación, ya que los estudiantes emplean la lectura, mapas mentales, esquemas y cuadros sinópticos, como medios para desarrollar su aprendizaje. A pesar de que los estudiantes mostraron tener estrategias se presentó en los grupos de bajo y regular que tienen problemas y no aprenden fácilmente, el grupo de alto su porcentaje es menor, así también el grupo de bajo rendimiento no resuelve los exámenes con facilidad, otro de los obstáculos que mencionaron es el cansancio, dificultad para mantenerse quietos así como la distracción en clase se presenta en el grupo de alto rendimiento, en tanto se pueden presentar otros factores que dificulten el

desempeño escolar, ya que no se encontró relación con los hábitos alimentarios y ejercicio físico, con lo que podría ser objeto de estudio en futuras investigaciones ahondar en el tema.

Es pertinente mencionar que dentro de la educación, esta el rendimiento académico de los estudiantes, siendo parte del desarrollo del individuo, ya que es una área que da la pauta para identificar si el alumno tiene un proceso de aprendizaje de forma adecuada, en el intervienen múltiples factores, como son lo biológico, psicológico, social y ambiental, además de que se clasifican en nivel individual, grupal e institucional, sin dejar a un lado la subjetividad en la que están inmersos, esta visión la tienen Sánchez (2008) y Flores & Ruvalcaba (2007), de acuerdo a los resultados podemos observar que si son varios factores que intervienen y que también ningún factor es definitivo ni marca la causa total del rendimiento académico, demostrando así que es diverso y no sólo engloba una categoría en su totalidad y encontrando que las estrategias de estudio, horarios de comida, los hábitos alimentarios, ejercicio físico, son aspectos del rendimiento académico.

En lo que respecta a los hábitos alimentarios, calidad de los alimentos, la nutrición en los estudiantes, en el impacto del rendimiento académico, se han hecho varias investigaciones para explicar la relación que pudiera existir, es así que Peza & Sánchez (1998) hacen mención que niños desnutridos severamente solo tienden a conservar la supervivencia, por lo que manifiestan un mínimo ó ausencia de actividad, dejando la exploración, el juego y toda acción que necesite esfuerzo, provocando que los individuos no tengan un proceso de aprendizaje adecuado. Así también los autores Sánchez, et. al, (Ramos, 1999), Castro, et. al, 2008, hacen mención de la importancia de la alimentación, en la que se ve la nutrición de los organismos que se refleja en los hábitos alimentarios y en el rendimiento académico. Sin embargo en los resultados se halló, que los hábitos alimentarios son similares de los grupos de alto y regular rendimiento, resaltando que el grupo de bajo presentó porcentajes mayores en algunas subcategorías, las cuales indicaron que su ingesta de alimentos es mayor, así como en horas regulares y

alimentos entre comida, en comparación de los otros dos. Haciéndose evidente con los resultados que no hay relación entre el rendimiento académico con los hábitos alimentarios y calidad de los alimentos de los estudiantes de primer ingreso de a carrera de médico Cirujano. Podría haber la posibilidad de que se realizará esta investigación con otras carreras con alumnos de primer ingreso, para ver la posible relación que se llegará a presentar.

Por lo que se concuerda a la visión de Cornejo, et. al, 2009, Ozuna, 2011, en la cual confirman que la alimentación no tienen ninguna relación con el rendimiento académico, los primeros autores dicen que no hubo asociación entre las calificaciones y la dieta alimentaria, así como el otro autor en su investigación encontró que la conducta alimentaria no se mostró afectar el rendimiento académico con las preferencias y conductas de alimentación, sin embargo la ingesta de alimentos inadecuados esta la comida chatarra que los estudiantes consumen frecuentemente en el recreo y a media mañana, en este punto se coordina con los resultados encontrados, ya que los alumnos de bajo rendimiento consumen mayor cantidad de comida chatarra, es así que los alumnos consumen comida rápida, y cabría la posibilidad de que su ingesta fuera a las horas regulares de comida y entre comidas, teniendo un porcentaje elevado de alimentos que no benefician al organismo a pesar de que tengan una calidad de alimentos regular. Sin embargo Aranceta, et. al, hace referencia sobre la ingesta del alimento a primera hora de la mañana, el alumno muestra cierta facilidad al aprender, que esto ayuda en su desempeño escolar, con lo que se ve ciertas situaciones en las que el alimento es fundamental. Otro hallazgo encontrado en la población estudiantil sobre la calidad de los alimentos fue el consumo de carne, pescado, y fruta, se mostró que el grupo de bajo y regular rendimiento, presentaron una mayor calidad, en comparación a grupo de alto rendimiento, con esto se concuerda con Brito, et. al, ya que dicen que las proteínas son fuente de energía para el organismo, que intervienen en el crecimiento, así como en la construcción de tejidos, por medio de las proteínas se forman las estructuras de las células. Encontrándose las proteínas animales, en carnes rojas, aves, los

pescados, y sus derivados. Corroborando que los resultados encontrados los alumnos consumen carne y pescado en su alimentación. Haciendo relevante la situación que los estudiantes de bajo rendimiento, mencionaron que hacían sus comidas a horas regulares más que los grupos de alto y regular rendimiento. Se observo que tienen un mayor control dentro de sus hábitos alimentarios, las horas de ingesta, pero tienen un gran porcentaje en la ingesta de comida rápida lo que puede ocasionar obstáculos en el rendimiento académico, como dificultad para resolver los exámenes que menciona el grupo de bajo rendimiento presentar como problema, y por ultimo en la calidad de los alimentos los grupos de bajo y regular tienen mayor porcentaje.

Otro aspecto que se retomo es el apetito en general de los alumnos, esto mostro resultados sobre el grupo de alto rendimiento en el cual se presento un aumento, en comparación con el grupo de bajo rendimiento, el cual reporto no tener ningún aumento. Esto es importante mencionar por que a pesar de que se ha mencionado que los hábitos alimentarios no existe relación con el rendimiento académico, se reporto un amento en el apetito, esto se podría retomar como una línea de investigación futura en la que se vea e investigue si el aumento es por ansiedad, estrés u otros factores, de los obstáculos que presentan en el rendimiento académico

Y por ultimo factor tomado en la investigación, fue el ejercicio físico, este es parte de un hábito que beneficia la salud y también al rendimiento académico como lo retomo Van (2004) quien menciona que dentro de los beneficios en la practica de ejercicio, se refleja en el rendimiento académico, la asertividad, la confianza en uno mismo, el equilibrio emocional, la independencia personal, el rendimiento intelectual en los ancianos, la capacidad de autocontrol, la memoria, mejora del estado de ánimo, la capacidad perceptiva, la sociabilidad, la autoimagen corporal, la sensación de bienestar personal, el rendimiento en el trabajo, disminuyendo además el absentismo en el trabajo, el abuso de alcohol y de otras sustancias, los sentimientos de ira, la ansiedad, la depresión, la sensación de irrealidad, los dolores de cabeza, la agresividad y la irritabilidad, las fobias, las conductas

psicóticas, la activación fisiológica en situaciones de estrés, los errores de ejecución de tareas y los trastornos del sueño por mencionar algunos. Así como Moriana, et. al, dicen que el ejercicio físico que se incorpora en las actividades diarias, generan destreza, competitividad, y cumplimiento de objetivos, ayudando a la conformación de hábitos saludables que le ayudarán a tener una mejor calidad de vida. En tanto se tiene la visión acerca del ejercicio como un factor que ayuda a obtener un buen rendimiento académico y mejorar la calidad de vida de los individuos, por lo que a pesar de esta perspectiva no se concuerda con los resultados obtenidos ya que los estudiantes de los tres grupos alto, bajo y regular, realizan ejercicio físico en especial el grupo de alto y bajo rendimiento tuvieron un porcentaje mayor y similar, y de acuerdo a las correlaciones, se concluyó no haber relación del ejercicio con el rendimiento académico, fue relevante que de algún modo realizan ejercicio. Atribuyendo a esto que otro aspecto que cabría mencionar es que al realizar el ejercicio físico, también en ocasiones es por la imagen corporal y todas las ideas que se han reformulado y sumando a esto el papel del reforzamiento social, que a veces tiene un impacto muy fuerte sobre el practicar ejercicio físico, entonces en algunas ocasiones es lo que motiva a los individuos a hacerlo. En lo que se refiere a la ejecución de tarea y rendimiento académico, se pudo observar que el ejercicio no fue clave para que los estudiantes mostraran resultados positivos ya que menciona el grupo de bajo rendimiento dificultad para aprender y resolver los exámenes, así se observó que a pesar de realizar ejercicio físico se presentaron dificultades en su rendimiento académico.

Concluyendo con estos resultados en esta población no hubo relación de los hábitos alimentarios, el ejercicio físico en el rendimiento académico, sin embargo esto no es absoluto, ya que en otras poblaciones podrían arrojar resultados en los que se relacionen o se apoyan los resultados encontrados en la población.

5. CONCLUSIONES

Se encontró que los hábitos alimentarios de los estudiantes de la carrera de Médico Cirujano, mostraron tener un desayuno al despertar y a media mañana los tres grupos. En relación a las horas regulares de ingesta y alimentos entre comidas, se encontró que el grupo de bajo rendimiento si lo realiza, en lo que respecta a los grupos de alto y regular no lo hacen tan a menudo, en lo que respecta a la calidad de los alimentos, presentan los grupos de bajo y regular tener un porcentaje similar y mayor, en comparación al grupo de alto rendimiento y finalizando con la ingesta de comida rápida que el grupo de bajo rendimiento mostró el mayor porcentaje, en comparación de los grupos de alto y regular además que estos últimos fueron similares.

En el ejercicio físico, se encontró que los tres grupos alto, bajo y regular, realizan ejercicio físico presenciando un porcentaje similar en el grupo de alto y bajo, y el grupo de regular obtuvo un número menor que los otros dos, en tanto se mostró que los estudiantes realizan ejercicio, sin embargo no hay una relación con el rendimiento académico.

Dentro del rendimiento académico, se halló que presentan problemas de aprendizaje así como el no aprender con facilidad, dentro del grupo de bajo rendimiento, también en lo que respecta a la resolución de exámenes muestra el porcentaje mayor dentro de los tres grupos. En tanto al grupo de alto rendimiento mostraron cansancio, dificultad para mantenerse quietos en clase, y distraerse fácilmente, a pesar de que no presentaron problemas para aprender. Además referente a las estrategias de estudio los tres grupos mencionaron utilizar la lectura, mas frecuentemente por los grupos alto y regular, y en menor porcentaje el grupo de bajo rendimiento, sin embargo los porcentajes en los esquemas, cuadros sinópticos y mapas mentales fueron menores, e la ultima estrategia mencionada sus cifras son inferiores mostrando que los estudiantes no analizan detalladamente en algunas ocasiones la información, y que seria adecuado que

llegaran a usar su capacidad mental y hacer una síntesis del tema que les ayudará a razonar y entender el tema. Y finalmente otro factor es las horas que invierten al estudio, mostrando que el grupo de alto y bajo invierten menor número de horas ya que solo es de 2 a 5 horas a la semana en comparación al grupo de regular rendimiento y que estos invierten de 5 a 16 horas de estudio, sin embargo se puede ver que están en un rango de promedio no mayor, cabría la posibilidad de ahondar en futuras investigaciones las causas que intervienen, ya que a pesar de no tener un promedio alto, ocupan más horas para estudiar. Concluyendo que en el rendimiento académico no influyen los hábitos alimentarios y el ejercicio físico, a pesar de que los estudiantes presentaron algunos obstáculos para tener un desempeño óptimo.

Por lo tanto de acuerdo al objetivo que se planteó en la investigación no hay relación entre los hábitos alimentarios, el ejercicio físico en el rendimiento académico, ya que tanto los estudiantes con promedio alto y bajo, sus ingestas de alimentos son similares. En lo referente al ejercicio físico, los resultados mostraron que los alumnos de los tres grupos, practicaban ejercicio, mostrando que no es un factor que influya en el rendimiento académico.

Concluyendo que no existe relación de los hábitos alimentarios, el ejercicio físico en el rendimiento académico, en la población estudiada, sin embargo posiblemente en investigaciones futuras se pueda detallar, sobre el perfil de los estudiantes a nivel licenciatura ya que investigaciones habían mostrado el panorama de los estudiantes tanto de nivel primaria, secundaria y en algunos casos a nivel medio superior, por lo que este es un tema en la que se podría seguir estableciendo y buscando aportaciones que ayuden a los estudiantes.

6. BIBLIOGRAFÍA

- Álvarez, G., Mancilla, J., Martínez, M. & López, X. (1998). Aspectos psicosociales de la alimentación. *Revista de la UNAM CAMPUS IZTACALA y del Colegio de Académicos de Psicología. Psicología y Ciencia Social*, 2 (1).
- Anderson, L., Dibble, M. Turkk, D., Mitchell, H. & Rynbergen, H. (1985). *Nutrición y Dieta de Cooper*. México: Nueva Editorial Interamericana.
- Aranceta, J., Pérez, C. & Serra L. (2004). *Nutrición Infantil y juvenil: guía nutricional y recomendaciones aplicadas*. En Serra, L., Aranceta, J. (2004). *Nutrición Infantil y Juvenil*. Estudio enkid. España: Masson.
- Aréchiga, H. & Llarena, R. (2003). Antecedentes, situación actual y persistencia de la evaluación y acreditación de la educación superior en México. *Documento para IESALC-UNESCO. COPAES Consejo para la Acreditación de la educación Superior, A.C.* Recuperado en: http://www.anui.es.mx/e_proyectos/pdf/05_La%20acred_y_eval_de_la_educ_sup_en_Mex_Rocio_Llarena.pdf
- Barcelo, L. (2007). *El Gobierno de la globalización del pentágono al hexágono*. Valencia: Universidad Politécnica de Valencia.
- Bassols, A. (1980). *Geografía Económica de México. Teoría fenómenos generales, análisis regional*. México: Trillas.
- Bejar A. L. (Enero-abril, 2000). Globalización y cambio político en México. Un esfuerzo de aproximación teórica. *Convergencia Revista de Ciencias Sociales. En Red de Revistas de America Latina y El caribe Ciencias Sociales y Humanidades*, Año 7 (21), 91-105. México: Toluca. Recuperado de <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/105/10502103.pdf>
- Brito, G., Aguilar, C., Rull, J. & Gómez, F. (2004). *Alimentación en la diabetes. Una guía práctica para la prevención y el tratamiento*. México: Mc Graw Hill.

- Buendía, M., & Rivera, R. (2010). Modelo de selección para el ingreso a la educación superior: El caso de la UACH. *Revista de la Educación Superior*, XXXIX (158), 55-72. Recuperado de: <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=60418907004>
- Canal, J. (2003). El rendimiento académico: Un enfoque multidisciplinario. "El impacto de la figura del director en el rendimiento académico". Tesis de Licenciatura. Facultad de Estudios Superiores Iztacala-UNAM, México.
- Capulo, O. (1999). La economía mundial actual y la ciencia económica. Algunas reflexiones para la discusión En Estay, J., Girón, A. & Martines, O. (1999). La Globalización de la Economía mundial: Principales dimensiones en el umbral del siglo XXI. México: Miguel Ángel Porrúa.
- Carbaugh, R. J. (2004). Economía Internacional. México. Thomson.
- Carrasco R. (2000). Políticas para enfrentar la pobreza, En Villareal D. (2000). La Política Económica y social de México en la Globalización. México: Miguel Ángel Porrúa.
- Castellanos S., & Luna C. (2009). La internacionalización y la globalización neoliberal en el contexto de la educación superior en México. *Revista Iberoamericana de Educación*, 7 (49). Recuperado de: <http://www.rieoei.org/deloslectores/2776Quinteropdf>
- Castro, A., González, J. & Vacio, M. (2008). Hábitos alimenticios y de estudio en estudiantes del nivel medio superior. *Revista de Investigación Científica*, 4 (2). Recuperado de: <http://www.uaz.edu.mx/cippublicaciones/ricvol4num2tom1/Sociales/Habitos.pdf>
- Cavanagh, J., Mander, J., Anderson, S., Barker, D., Barlow, W., Bello, W., Broad, R., Clarke, T., Goldsmith, E., Hayes, R., Hines, C., Kimbrell, A., Korten, D., Norberg, H., Larrain, S., Retallack, S., Shiva, V., Tauli, V., & Wallach, L.

- (2003). Alternativas a la globalización económica. Un mundo mejor posible. España: Gedisa.
- Cerezo, M., Carmona, F. & Becerra, A. (2004). El ejercicio físico: prevención y control del síndrome metabólico, En González, A., Lavalle, F. & Ríos J. (2004). Síndrome metabólico y enfermedad cardiovascular. Intolerancia a la glucosa diabetes tipo 2, hipertensión arterial, obesidad, dislipidemia y resistencia a la insulina. México: Intersistemas.
- Coolican, H. (1997). Métodos de investigación y estadística en psicología. México: El manual moderno. Cap. 18.
- Cordera, R. (2007). Nacionalizar la globalización: Aproximaciones al estado necesario En Ruesga, S., Cordera, R., Murayama, C. & Sánchez A. (2007). El Estado ante la globalización. Políticas macroeconómicas, migraciones y empleo. Madrid: Ediciones Jurídicas y Sociales S. A.
- Cornejo, A., Olmedo, E. & Escudero, D. (2009). Influencia de los hábitos alimentarios en el rendimiento escolar de adolescentes. *Revista Sociedad Argentina de nutrición*, 10(4). Recuperado de: www.revistasan.org.ar/2009/vol10_num4/4art.pdf
- Cuervo, M. & Santiago, S. (2002). Hábitos Alimentarios: Situación actual y tendencias. En Martínez, A., Antiasarán, I., & Madrigal, H. (2002). Alimentación y Salud Pública. España: McGraw-Hill
- Dabat, A., Rivera, M. & Suárez, E. (2004). Reinserción Internacional de México En Dabat, A., Rivera, M. & Wilkie, J. (2004). Globalización y cambio tecnológico. México en el nuevo ciclo industrial, México: Juan Pablo Editors S.A.
- Díaz L. (2010). Rendimiento escolar en las asignaturas morfológicas del primer año de la licenciatura de Medicina y su relación con el examen diagnóstico.

Tesis de Licenciatura. Facultad de Filosofía y Letras, Colegio de Pedagogía-UNAM, México.

Diccionario de la Real Academia Española (2001). Edición 22º, Recuperado de: www.rae.es

Edel, R. (2003). El rendimiento académico: Concepto, investigación y desarrollo. *Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficiencia y Cambio en Educación*, 1(2). Madrid: España. Recuperado de: <http://www.ice.deusto.es/rinace/reice/vol1n2/Edel.pdf>

Fernández, I., Aguilar, V., Mateos, C., & Martínez, Ma. (2008). Relación entre la calidad del desayuno y el rendimiento académico en adolescentes de Guadalajara (Castilla-La Mancha). *Nutrición Hospitalaria*, 23 (4), 383-387. España: Madrid.

Fernández, J., Peña, A. & Vera, F. (2006). Los estudios de trayectoria escolar. Su aplicación en la educación superior. *Revista de la Facultad de Filosofía y Letras*, (6), 24-29. Recuperado de: www.filosofia.buap.mx/Graffylia/6/24.pdf

Ferrer, A. (1999). Historia de la Globalización II. La Revolución Industrial y el Segundo Orden mundial. Buenos Aires, Argentina: Fondo de Cultura Económica.

Flores, M., & Ruvalcaba V. (2007) Memorias del coloquio de investigación de la FESI. Reflexiones sobre el diagnóstico y tratamiento para el rendimiento académico de los alumnos de medicina: El diagnóstico y la intervención multidisciplinaria: sus niveles y sus áreas. México: Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM.

Galván, E. (2003). Rendimiento académico y personalidad en estudiantes de psicología. Tesis de Licenciatura. Facultad de Estudios Superiores Iztacala-UNAM, México.

- Garbanzo, G. (2007). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes universitarios, una reflexión desde la calidad de la educación superior pública. *Revista Educación de la Universidad de Costa Rica*, 31 (001), 43-63.
- García H. (2002) Entre la Globalización y la Dependencia. Las Estrategias de Política Exterior de México en la Era de la Globalización. México: TEC de Monterrey Campus Ciudad de México.
- García, M. (2002). Análisis del rendimiento académico en un estudio de caso. Tesis de Licenciatura. Facultad de Estudios Superiores Iztacala-UNAM, México.
- García, G. (2008). Rendimiento académico y técnicas de estudio. Reporte de Investigación. Facultad de Estudios Superiores Iztacala-UNAM, México.
- Gatica, F., Méndez, I., Sánchez, M., & Martínez, A. (2010). Variables asociadas al éxito académico en estudiantes de la Licenciatura de Medicina de la UNAM. *Revista de la Facultad de Medicina de la UNAM*, 53 (5), 9-18. Recuperado de: www.medigraphic.com/pdfs/facmed/un-2010/un105c.pdf
- Ghose, A. (2004). Globalización: Características, Cuestiones y Problemas; empleos y rentas en un mundo globalizado. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.
- Guillén, A. (2008). Heterogeneidad estructural bajo la globalización neoliberal: los casos de Argentina y México. En Ivanova, A. & Guillén, A. (2008). Globalización y Regionalismo: Economía y Sustentabilidad. México: Universidad Autónoma Metropolitana: Miguel Ángel Porrúa.
- Gutiérrez, R. (2002). La Globalización: Retos, oportunidades y tendencias En Correa, M. & Gutiérrez R. (2002). Tendencias de la Globalización en el nuevo milenio. México: Universidad Autónoma Metropolitana, unidad Xochimilco.

- Hernández A. (2003). Trabajo globalización y cambio cultural en México. *Revista de humanidades: Tecnológico de Monterrey, Instituto Tecnológico de Monterrey*, (22), 279-299. Monterrey: México. Recuperado de: <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/384/38401411.pdf>
- Hernández, M. (2001). Particularidades de la nutrición en la infancia: crecimiento y nutrición. Alimentación Infantil. España: Días de los Santos.
- Ibarra, P. & Vidal, I. (2008). Política económica en la globalización. El manejo del tipo de cambio en México, 1976-2006. *Revista Análisis Económico*, 54 (XXIII), 103-129. Universidad Autónoma Metropolitana-Azcapotzalco: México. Recuperado de: <http://redalyc.uaemex.mx/src/inicio/ArtRed.jsp?iCve=41311483006>
- Jiménez, R., Cervelló, E., García, T., Santos, F., & Iglesias, D., (2007). Estudio de las relaciones entre motivación, práctica deportiva extraescolar y hábitos alimentarios y descanso en estudiantes de Educación Física. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7 (2), 385-401. España.
- Jürgens, I. (2006). Práctica deportiva y percepción de calidad de vida. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 6 (22), 62-74. Recuperado de: <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista22/artsalud20.htm>
- Llanes, A., Cervantes, M., Saldívar, A. & Sánchez, H. (2012). Deserción en alumnos de primer año de licenciatura de una Universidad Pública. *Revista Electrónica Medicina, Salud y Sociedad*, 2(2). Recuperado de: <http://www.medicinasaludysociedad.com/site/images/stories/pdf/DesercionAlumnosMSyS-12.pdf>
- Lomnitz, L. (2002). Los efectos de la Globalización en la estructura de poder en México. *Revista de Antropología Social.*, (11), 187-204. Universidad Autónoma de México. Recuperado de: revistas.ucm.es/cps/1131558x/articulos/RASO0202110185A.PDF –

- López E. (2010). Presenta Sergio Cházaro Olvera su 2° informe de actividades. *GACETA IZTACALA UNAM*. (361), 1-16. Recuperado de: <http://gaceta.iztacala.unam.mx/361.pdf>
- Mascarilla, M. (2003). Los “Trilemas” de la globalización. España: Publicacions de la Universitat de Barcelona.
- Montero, E., Villalobos J., & Valverde A. (2007). Factores institucionales, pedagógicos, psicosociales y sociodemográficos asociados al rendimiento académico en la Universidad de Costa Rica: Un análisis multinivel. *RELIEVE*, 13 (2), 215-234. Recuperado de: www.uv.es/RELIEVE/v13n2/RELIEVEv13n2_5.htm
- Moreno, P. (2001). Escenarios para la educación en el contexto de la Globalización y la Postmodernidad. *Aportes Facultad de Economía*. VI (016), 107-122, México: Puebla.
- Morera C. (1998) El capital financiero en México y la globalización límites y contradicciones. Crisis y reorganización capitalista en México. México: Era.
- Moriana, J., Alcalá, R., & Herruzo, J., (2006). Actividades extraescolares y rendimiento académico en alumnos de Educación Secundaria. *Revista Electrónica Psicoeducativa*, 4 (8), 35-46. España: Córdoba. Recuperado de: http://www.investigacion-psicopedagogica.org/revista/articulos/8/espanol/Art_8_82.pdf
- Ozuna, M. (2011). Jóvenes y conducta alimentaria: alimentación y rendimiento académico. *Revista Electrónica de Investigación Educativa Sonorense*, (9). Recuperado de: <http://rediesonorense.files.wordpress.com/2011/08/redies9final.pdf>
- Pérez, F. (2000). Rendimiento escolar y el manejo de la frustración en estudiantes de una carrera técnica. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología-UNAM, México.

- Peza, A. & Sánchez, R. (1998). El Rendimiento escolar y la formación psicológica en niños de educación primaria. Tesis de Licenciatura. Facultad de Estudios Superiores Iztacala-UNAM, México.
- Pino, E. (2008). Tendencias del comercio y las inversiones entre Canadá y México ¿Socios menores en el TLCAN?. En Ivanova, A. & Guillén, A. (2008). Globalización y Regionalismo: Economía y Sustentabilidad. México: Universidad Autónoma Metropolitana: Miguel Ángel Porrúa.
- Ramírez, W. Vinaccia, S., & Suárez, G. (2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista de Estudios Sociales*, (18), 67-75.
- Ramos, A. (2004). Globalización y neoliberalismo: Ejes de la reestructuración del capitalismo mundial y el estado en el fin del siglo XX. México: Plaza y Valdes.
- Ramos, R. (1999). Alimentación normal en niños y adolescentes, Teoría y práctica. México: El Manual Moderno.
- Rodríguez, R. (2000). La reforma de la educación superior. Señas del debate internacional a Fin de siglo. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 2 (1), 68-86. Recuperado de: <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/155/15502105.pdf>
- Rossell M. (2002) Política Social. México en tiempos de Cambio. México: Miguel Ángel Porrúa
- Salazar, F. (julio-agosto, 2004). Globalización y Política Neoliberal en México. *El Cotidiano*, 20 (126). Universidad Autónoma Metropolitana-Azcapotzalco. México: D.F. Recuperado de: redalyc.uaemex.mx/redalyc/pdf/325/32512604.pdf
- Sánchez, R. (2008). Memorias del coloquio de investigación de la FESI. Reflexiones sobre el diagnostico y tratamiento para el rendimiento

académico de los alumnos de medicina: Rendimiento Académico en Alumnos de Facultad de Medicina. Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM: México.

Sánchez, A. (2010). Cuarto Informe de Actividades 2010. UNAM. Facultad de Estudios Superiores Zaragoza. 1 - 209. Recuperado de: <http://www.zaragoza.unam.mx/organizacion/direccion/gestion2006-2010/4informe/4to-Informe-%20FESZ-2010.pdf>

Sánchez, C., Jiménez D., & Ortigosa J. (2007). Memorias del coloquio de investigación de la FESI. Reflexiones sobre el diagnóstico y tratamiento para el rendimiento académico de los alumnos de medicina: Propuesta para la evaluación multidisciplinaria en el Rendimiento Académico en el nivel superior. Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM: México.

SEP (2010). Comunicado 203. Avances de la educación media superior en formación agropecuaria. Boletines de diciembre. Recuperado de: <http://sep.gob.mx/es/sep1/C2031210>

Soria, V. (2006). Política social y proyecto de Nación Hacia un Ingreso Básico Ciudadano, En Solís, A., Ortega, M., Mariña A. & Torres N. (2006). Proyecto de Nación y Movimiento social. México: ITACA.

Van, Y. (2004). Prescripción de ejercicio físico y salud mental, En Serra, R. & Bagur, C. (2004). Prescripción de ejercicio físico para la salud. España: Paidotribo.

Vélez A. & Roa C. (2005). Factores asociados al rendimiento académico en estudiantes de medicina. *Educación Médica*, 8 (2), 74-82. Recuperado de: <http://scielo.isciii.es/pdf/edu/v8n2/originall.pdf>

Wood, G. (1984). Fundamentos de la investigación psicológica. México: Trillas.

ANEXOS

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
PROGRAMA MULTIDISCIPLINARIO DE ATENCIÓN
AL RENDIMIENTO ACADÉMICO

EVALUACIÓN INTEGRAL DEL RENDIMIENTO ACADÉMICO PARA EL NIVEL SUPERIOR

Flores, O. Et al

El presente cuestionario tiene como objetivo, recabar información sobre los obstáculos que están presentes en las diversas áreas que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje, con la finalidad de analizarlos y brindar a los alumnos los apoyos necesarios para superarlos. Te invitamos a contestar con la mayor veracidad posible.

I. DATOS GENERALES:

1. Semestre actual que cursas _____ 2. Promedio actual _____

INSTRUCCIONES

En las siguientes preguntas tacha la respuesta indicada en las columnas de la derecha.

3. Sexo	Masculino	Femenino	
4. Estado civil	Soltero	Casado/Unión libre	Viudo
5. Tienes hijos	No	Si	
6. Ingresos	Familiar	Trabaja	Ambas

II. HISTORIA ESCOLA

7. Número de años en que cursó el preescolar	3 años	Menos de 3	Mas de tres	No asistió
8. Número de años en que cursó la primaria	6 años	Menos de 6	Mas de 6	No sé
9. Número de años en que cursó la secundaria	3 años	Menos de 3	Mas de 3	No sé
10. No de años en que cursó el bachillerato	3 años	Menos de 3	Mas de 3	No sé
11. Semestres que tienes estudiando medicina	1 a 3	4 a 6	7 a 10	Mas de 10
12. En el transcurso de tu vida académica ¿te han gustado tus calificaciones?	Si	A veces	No	No sé
13. ¿Crees que has tenido algunos problemas para aprender?	No	A veces	Si	No sé
14. ¿Cómo te ha hecho sentir esto?	Satisfecho	Preocupado	Indiferente	No sé
15. Actualmente el promedio de tus calificaciones es de:	9 y 10	De 6 a 8	Menos de 6	No sé
16. Estas calificaciones te hacen sentir	Satisfecho	Insatisfecho	Me da igual	No sé
17. ¿Tienes materias reprobadas?	No	Una	Mas de una	No sé

III. PROYECTO

18. ¿Te gusta la carrera que estudias?	Si	No	No sé
19. Tu objetivo al estudiar la carrera de Medicina es:	Realizarme como ser humano para ejercer mi función profesional	Obtener buenas calificaciones para concluir la carrera y tener mejores ingresos	No sé
20. Tus proyectos vitales a realizar en los próximos 4 años son:	Realizarme como ser humano	Terminar la carrera	No sé
21. Para lograr tus proyectos necesitas:	Ser constante, estudiar y tener firme determinación	Terminar la carrera	No sé
22. ¿Crees que lo vas a lograr?	Si	No	No sé

IV. AMBIENTE

23. Tu salón de clases, significa:	Espacio para conocimiento	Lugar de reunión	No sé
24. ¿Crees que factores como la estructura, ventilación, iluminación, temperatura, limpieza y ruido de tu salón de clases influyen en tu rendimiento académico?	Si	No	No sé
25. Lo que mas te gusta de tu salón de clases es:	Condiciones físicas	Relaciones sociales	No sé
26. Lo que menos te gusta de tu salón de clases es:	Condiciones Físicas	Relaciones sociales	No sé
27. Las dimensiones de tu salón de clases ¿son adecuadas?	Si	No	No sé
28. La temperatura que hay en tu salón de clases ¿favorece tu aprendizaje?	Si	No	No sé
29. La ventilación que hay en tu salón de clases ¿favorece tu aprendizaje?	Si	No	No sé
30. La iluminación que hay en tu salón de clases ¿favorece tu aprendizaje?	Si	No	No sé
31. La limpieza que hay en tu salón de clases ¿es la adecuada?	Si	No	No sé
32. ¿El ruido que existe dentro o fuera de tu salón impide que te concentres en tus actividades escolares?	No	Si	No sé
33. ¿Cambiarías algo de tu salón?	No	Si	No sé

V. ESTADO DE SALUD

34. ¿Tienes algún problema físico ó enfermedad que interfiera tus horas de estudio?	No	Si	No sé
35. Tu edad es de:	18-21	22 - 25	26 en adelante
36. Por favor obtén tu índice de masa corporal Colocando los datos en la siguiente fórmula Peso _____ (Talla) ²	18.5 a 24.9	25 a 29.9	Mas de 30
A continuación tacha el rango que corresponda.			
37. ¿Tienes problemas de agudeza visual?	No	Si	No sé
38. ¿Tienes problemas de agudeza auditiva?	No	Si	No sé
39. ¿Sufres de hipertensión arterial?	No	Si	No sé
40. ¿Alguna vez has tenido parasitosis intestinal?	No	Si	No sé
41. ¿Padeces o has padecido de problemas alérgicos?	No	Si	No sé
42. ¿En alguna ocasión te has desmayado?	No	Si	No sé
43. ¿Has sentido que te falta el aire al realizar esfuerzo o ejercicios que antes no te cansaban?	Nunca	A veces	Habitualmente
44. ¿Sufres de dolor de cabeza y sensación de mareo que se acompaña de zumbidos de oído?	Nunca	A veces	Habitualmente
45. ¿Te sientes cansado, con aumento importante de sed e incremento en el número de micciones?	Nunca	A veces	Habitualmente
46. ¿Sufres de dolor y distensión abdominal con periodos alternos de diarrea y constipación?	Nunca	A veces	Habitualmente
47. ¿Presentas infecciones de vías respiratorias altas?	Nunca	A veces	Habitualmente
48. ¿Presentas dolor ardoroso en la boca del estomago, después de ingerir alimentos. (aguras)	Nunca	A veces	Habitualmente
50. ¿Tienes falta de apetito?	Nunca	A veces	Habitualmente
51. ¿Sufres de dolores de cabeza?	Nunca	A veces	Habitualmente
52. ¿Acostumbas ingerir tranquilizantes?	Nunca	A veces	Habitualmente
53. ¿Acostumbas ingerir analgésicos?	Nunca	A veces	Habitualmente
54. ¿Realizas algún tipo de ejercicio físico ó deporte?	Habitualmente	A veces	Nunca
55. ¿Cuántas horas de sueño continuo acostumbras?	De 6 a 8	De 5 a 7	Menos de 5

VI. ALIMENTACION

56. ¿Tomas un buen desayuno a primera hora de la mañana?	Siempre	A veces	Nunca
57. ¿Tu desayuno es ligero y a media mañana?	Nunca	A veces	Siempre
58. ¿Comes a horas regulares?	Siempre	A veces	Nunca
59. ¿Comes entre comidas?	Nunca	A veces	Siempre
60. ¿Cuántas raciones de fruta y verduras tomas al día?	De 3 a 4	De 1 a 2	Ninguna
61. ¿Cuántas veces por semana comes carne?	Todos los días	De 3 a 5	Menos de 2
62. ¿Cuántas veces por semana comes pescado?	2 ó más	1 vez	Nunca
63. ¿Comes comidas rápidas (tacos, hamburguesas, pizzas etc)?	Nunca	1 ó 2 veces al mes	1 o 3 veces/semana
64. ¿En general tu apetito lo consideras?	Normal	Aumentado	Disminuido

VII. TOXICOMANIAS

65. ¿Tomas a la semana algún tipo de bebida alcohólica?	Nunca	Ocasionalmente	Todos los fines de semana
66. ¿Cuántos cigarrillos fumas al día?	Ninguno	De 1 a 5	Más de 5
67. ¿Consumes marihuana?	Nunca	A veces	Habitualmente
68. ¿Consumes heroína?	Nunca	A veces	Habitualmente
69. ¿Consumes anfetaminas?	Nunca	A veces	Habitualmente
70. ¿Consumes cocaína?	Nunca	A veces	Habitualmente
71. ¿Consumes crack?	Nunca	A veces	Habitualmente

VIII. RENDIMIENTO ACADÉMICO

72. Para ti, aprender es:	Construir con apoyo de los docentes nuevos conocimientos para aplicarlos	Repetir información, para adquirir conocimientos	No sé
73. ¿Aprendes con facilidad?	Si	No	A veces
74. ¿Tienes problemas para aprender?	No	Si	A veces
75. ¿Te sientes cansado?	No	A veces	Siempre
76. ¿Te cuesta trabajo mantenerte quieto en clase?	No	A veces	Siempre
77. ¿Te distraes fácilmente?	No	A veces	Siempre
78. ¿Se te olvida rápidamente lo que aprendes?	No	A veces	Siempre
79. ¿Entiendes con facilidad lo que estudias?	Si	A veces	Nunca
80. ¿Cumples las tareas?	Si	A veces	Nunca
81. ¿Estudias?	Siempre	A veces	Nunca
82. ¿Resuelves tus exámenes con facilidad?	Siempre	A veces	Nunca
83. ¿Tienes problemas con tus profesores?	No	A veces	Siempre
84. ¿Tienes problemas familiares?	No	A veces	Siempre
85. ¿Tienes problemas económicos?	No	A veces	Siempre
86. Estos problemas los has compartido con:	Familiares	Amigos	Nadie
87. ¿Quién más se ha dado cuenta de esos problemas?	Familiares	Prof/compañeros	Nadie
88. ¿Has hecho algo para solucionarlos?	Si	No	No sé
89. Los resultados obtenidos han sido:	Buenos	Regulares	Malos

IX. CONTENIDOS

	Materias que cursas actualmente	Que materias te gustan	Qué materias no te gustan	Cuales son las materias difíciles
90. Introducción				
91. Generalidades				
92. Laboratorio				
93. Práctica Clínica	I, II, III o IV			
94. Sistema Nervioso				
95. Sistema Endócrino				
96. S. Osteomioarticular				
97. S. Cardiovascular				
98. S. Respiratorio				
99. S. Linfemático				
100. S. Digestivo				
101. S. Urogenital				
102. S. Tegumentario				

X. TÉCNICAS DE ESTUDIO

103. ¿Cuánto tiempo dedicas a estudiar semanalmente?	Más de 15	De 6 a 15 horas	De 1 a 5 horas	Nada
104. ¿Consideras que es suficiente para aprender y obtener las calificaciones que quieres?	Si	No	A veces	
105. Cuando estudias tienes prendido:	Nada	Televisión	Estéreo	Radio
106. La (S) estrategia (s) que sigues para aprender es (son):	Hacer mapas Mentales	Esquemas y cuadros sinópticos	Leer	Ninguna
107. Además de estudiar ¿haces otras cosas?	Si	No	A veces	
108. ¿Consideras que el tiempo que inviertes en estudiar y la forma de cómo lo haces son proporcionales a las calificaciones que obtienes?	Si	No	A veces	

XI. RELACIÓN ALUMNO - PROFESOR

109. ¿Sabes cómo se llaman tus profesores?	Si	No
110. ¿Te llevas bien con tus profesores?	Si	No
111. Te gusta cómo dan su clase?	Si	No
112. ¿Te gusta cómo te tratan?	Si	No
113. ¿Te gusta cómo tratan a tus compañeros?	Si	No
114. Cuando no llevas la tarea ¿qué hacen tus profesores?	Señalar la responsabilidad del alumno	Nada
115. Cuando no entiendes su explicación ¿qué hacen tus profesores?	Te explican nuevamente	Nada
116. ¿Te gustaría que tus profesores cambiaran en algo?	No	Si
117. ¿Te gustaría ser profesor?	Si	No

XII RELACIONES CON TUS COMPAÑEROS

118. ¿Te llevas bien con tus compañeros?	Si	No	No me interesa
119. ¿Tienes amigos?	Si	No	No me interesa
120. ¿Haces algunas actividades con tus amigos?	Si	No	No me interesa
121. ¿Te reúnes con tus compañeros para hacer tareas?	Si	No	A veces

XIII RELACIONES FAMILIARES

122. ¿Quiénes forman tu familia	Padres, hermanos y tú	Padres, hermanos, tú y familiares cercanos	Otras personas
123. Te gusta cómo te trata tu papá?	Si	No	A veces
124. ¿Te gusta cómo te trata tu mamá?	Si	No	A veces
125. ¿Tienes hermanos?	Si	No	No sé
126. ¿Te llevas bien con ellos?	Si	No	A veces
127. ¿Te sientes apoyado por tu familia?	Si	No	A veces
128. ¿Tienes pareja?	Si	No	
129. ¿Consideras que tu relación de pareja influye en tu rendimiento académico?	No	Si	A veces

NOTA: SI TE INTERESA CONOCER LOS RESULTADOS, POR FAVOR ANOTA TU NOMBRE Y TU TELÉFONO

GRACIAS POR TU COLABORACIÓN