

R E S U M E N

El problema planteado fue: ¿Qué relación existe entre la ingesta de alimentos y nutrientes y el aprovechamiento escolar? El estudio se realizó en todos los estudiantes que ingresaron al primer semestre de la carrera de Licenciatura en Enfermería de la Facultad de Enfermería de la U.A.N.L.

El método utilizado fue el descriptivo, en sus modalidades de observación estructurada y entrevistas individuales, y el período para recoger la información fue Agosto-Diciembre de 1984.

El resultado a que se llegó fue que: Tomando en cuenta la población total en los dos grupos de edades, la variable memoria es la única que realizan en forma aceptable el mayor porcentaje de estudiantes; y en el total de los casos que presentaron mayor aprovechamiento escolar, realizan con ingesta de proteínas, grasas y vitaminas en cantidades por debajo de lo recomendado.

INTRODUCCION

Se tiene evidencia plena que la deficiencia de vitamina reduce la energía. La investigación fue motivada por el hecho de que los maestros de la Facultad de Enfermería de la U.A.N.L., mencionaron en repetidas ocasiones que la actividad de los alumnos decae para las 11:00 A.M.; asimismo, los estudiantes explican que al no ingerir alimentos en la mañana, para esa hora están pensando en irse a comer.

En estudio realizado en alumnos de la Facultad de Enfermería de la U.A.N.L.⁽¹⁾, se observó que tenían una ingesta de alimentos deficiente en calidad y cantidad, reforzado con la información de dos estudios realizados: uno en Cd. Guadalupe, N.L. en niños en edad escolar⁽²⁾, y otro en Cd. Apodaca, N.L. en niños de 1 a 4 años⁽³⁾, que demuestran que la población tiene deficiencias alimenticias.

Esta información llevó a pensar qué sucedía en las estudiantes que no tomaban alimentos durante la mañana, con relación al aprovechamiento escolar. Según Kelly⁽⁴⁾, la adolescencia se caracteriza por una expansión de las potencias intelectuales y un desdoblamiento de las facultades.

Al consultar los planteamientos teóricos sobre nutrición y aprovechamiento escolar, encontramos en relación a nutrición que: El alimento proteínico es importante en la actividad cerebral, ya que en el proceso de aprendizaje hay un mayor consumo de DNA y RNA en el cerebro, con relación a otras zonas, Chávez⁽⁴⁾.

La glucosa es el único nutriente que puede ser utilizado por el cerebro en cantidad suficiente para proporcionarle la energía que necesita⁽⁵⁾; y en investigación efectuada en adolescentes⁽⁶⁾, se encontró que cuando los jóvenes consumían alrededor de 22 a 25 gramos de proteínas en el desayuno, se mantenía por mayor tiempo el nivel de glucemia, que cuando tomaban hidratos de carbono y grasas.

Se observó también en niños de 3 a 7 años⁽⁷⁾, que a mayor desnu-

CAPITULO I ALIMENTACION

La investigación fue motivada por el hecho de que los maestros de la Facultad de Enfermería de la U.A.N.L., mencionaron en repetidas ocasiones que la actividad de los alumnos decaía para las 11:00 A.M.; así mismo, los estudiantes explican que al no ingerir alimentos en la mañana, para esas horas están pensando en irse a comer.

En estudio realizado en alumnos de la Facultad de Enfermería de la U.A.N.L. (1) se observó que tenían una ingesta de alimentos deficiente en calidad y cantidad, reforzada con la información de dos estudios realizados: uno en Cd. Guadalupe, N.L. en niños en edad escolar (2) y otro en Cd. Apodaca, N.L. en niños de 1 a 4 años (3) que demuestran que la población tiene deficiencias alimenticias.

Esta información llevó a pensar que sucedía en las estudiantes que no tomaban alimentos durante la mañana, con relación al aprovechamiento escolar.

Al consultar los planteamientos teóricos sobre nutrición y aprovechamiento escolar, encontramos en relación a nutrición que: El alimento proteínico es importante en la actividad cerebral, ya que en el proceso de aprendizaje hay un mayor consumo de DNA y RNA en el cerebro, con relación a otras zonas, Chávez (4)

La glucosa es el único nutriente que puede ser utilizado por el cerebro en cantidad suficiente para proporcionar la energía que necesita (5) y en investigación efectuada en adolescentes (6) se encontró que cuando los jóvenes consumían alrededor de 22 a 25 gramos de proteínas en el desayuno, se mantenía por mayor tiempo el nivel de glucemia, que cuando tomaban hidratos de carbono y grasas.

Se observó también en niños de 3 a 7 años (7) que a mayor desayuno

trición, menor actividad para memorizar y razonar.

Se tiene evidencia plena que la deficiencia de tiamina reduce la energía, y esto tiene importancia porque el alumno aprende en la escuela mediante la participación en actividades como: la lectura de los libros de texto, la escritura de temas, la resolución de problemas, la atención a las explicaciones del maestro, la respuesta oral a las preguntas, las composiciones escritas, la búsqueda de referencias, y todo esto causa un gasto energético (8).

Por otra parte, la situación social, económica, herencia y medio ambiente, tienen influencia en las diferencias de capacidad mental y de rendimiento escolar; la habilidad para aprender y memorizar contenido significativo, aumenta con la edad hasta llegar a la madurez. Después de cierta edad, el aumentar la curva del aprendizaje, mantenerla o disminuirla, depende de la inteligencia pasada, el estado de salud, el deseo de aprender y la edad cronológica (9).

Según Kelly (10), la adolescencia se caracteriza por una expansión de las potencias intelectuales y un desenvolvimiento de las facultades volitivas, que a su vez, conducen al perfeccionamiento del proceso de aprender, y esto se demuestra en la utilización de los procesos de percepción, imaginación, memoria lógica, atención, y particularmente de la capacidad para abstraer ideas, juzgar, razonar y tomar decisiones.

Se menciona además, que el aprendizaje tiene lugar cuando el alumno da una respuesta adecuada a la pregunta del maestro (11), y hay algunos psicopedagogos que utilizan para la medición del aprovechamiento escolar, hasta una frecuencia de 10 como lo esperado para una respuesta de los estudiantes (12).

Otros psicopedagogos utilizan tests estandarizados para medir el aprovechamiento escolar, y en esta forma determinar lo que ha aprendido una persona después de haber recibido determinada clase de enseñanza (13).

Gallegos y colaboradoras, en su estudio⁽¹⁴⁾, utilizan para valorar las respuestas, la clasificación de: nulo, deficiente, aceptable y bueno, criterios conceptualizados según autores de la escuela activa de educación.

Los hechos observados y las referencias bibliográficas, señalan que el aprendizaje es favorecido por la ingesta de alimentos, específicamente con buen aporte del nutriente proteico tomado durante la mañana, por lo que el tener una alimentación deficiente en calidad y cantidad, estaría explicando entre otros factores un bajo nivel de aprovechamiento escolar. Por tal motivo, el problema planteado fue: ¿Qué relación existe entre la ingesta de alimentos y nutrientes y el aprovechamiento escolar?, y los objetivos del estudio fueron:

10. Determinar la relación que existe entre el nivel de aprovechamiento escolar con ingesta o sin ella de alimentos en la mañana.
20. Conocer los tipos de nutrientes que son ingeridos en la mañana y definir su relación específica con el aprovechamiento escolar.
30. Identificar las causas que constantemente afectan el aprovechamiento escolar en los alumnos de Licenciatura en Enfermería.

Para abordar el problema, se tomó como ingesta de alimentos el acto mecánico de introducir alimentos por la boca, con sus funciones de salivación, masticación y deglución⁽¹⁵⁾.

Se conceptualizó como nutriente, las sustancias que se encuentran en los alimentos y que ayudan al crecimiento, desarrollo y conservación del organismo humano.

Con relación a la medición de aprovechamiento escolar en este estudio, se hizo sobre dos aspectos:

Por una parte, los aspectos que podían ser observados directamente en el estudiante como: Asistencia y atención en clase, hacer preguntas al maestro, dar respuestas a las preguntas formuladas por él, presentarse en forma voluntaria para dar clase, tema y/o material, y la toma de notas las que incluyan ideas principales y sea capaz de organizarlas.

Por otra parte, los aspectos que se observaron a través de indicadores como: Memoria, conceptualizada como la facultad de conservar las nociones adquiridas en clase. Síntesis, tomada como la unión de diferentes representaciones en un conocimiento; y juicio, como la operación que consiste en comparar o analizar dos ideas para conocer y determinar sus relaciones con el fin de decir cuál es verdadera o falsa.

La metodología que se utilizó fue descriptiva e incluyó: El registro diario de alimentos y la aplicación del instrumento para medir el aprovechamiento escolar en toda la población que ingresó al primer semestre de la carrera de Licenciatura en Enfermería, generación 84-88.

El desarrollo de la investigación implicaba entrar a la clase del maestro, además, observar y entrevistar a los estudiantes al término de la misma, por lo que se solicitó la autorización para el estudio y se les comunicó que estas acciones no afectarían su integridad física ni intelectual, además de conservar la libertad de retirarse de la investigación en el momento que desearan. Tanto maestros como estudiantes dieron su consentimiento.

Las variables que se observaron directamente como: Atención y toma de notas, al correlacionarlas entre sí no fueron significativas, y las que se refieren a si hace preguntas al maestro, o si el maestro pregunta y el alumno responde bien, o no responde correctamente, la frecuencia con la que se presentaron fue muy baja.

Las variables que se observaron a través de indicadores como: Síntesis, memoria y juicio, al correlacionarlas fueron significativas, y los

resultados obtenidos indican que: De los estudiantes que realizaron memoria y juicio aceptable y síntesis deseable, los mayores porcentajes fueron con ingesta proteica en cantidades por debajo de las recomendadas.

Por otra parte, los aspectos que se observaron a través de indicadores como: Memoria, conceptualización como la facultad de conservar las nociones adquiridas en clase. Síntesis, tomada como la unión de diferentes representaciones en un conocimiento; y juicio, como la operación que consiste en comparar o analizar dos ideas para conocer y determinar sus relaciones con el fin de decir cuál es verdadera o falsa.

La metodología que se utilizó fue descriptiva e incluyó: El registro diario de alimentos y la aplicación del instrumento para medir el aprovechamiento escolar en toda la población que ingresó al primer semestre de la carrera de Licenciatura en Enfermería, Generación 84-85.

El desarrollo de la investigación implicó entrar a la clase del maestro, además, observar y entrevistar a los estudiantes al término de la misma, por lo que se solicitó la autorización para el estudio y se les comunicó que estas acciones no afectarían su integridad física ni intelectual, además de conservar la libertad de retirarse de la investigación en el momento que desearan. Tanto maestros como estudiantes dieron su consentimiento.

Las variables que se observaron directamente como: Atención y frecuencia de notas, las correlaciones entre el no fueron significativas, y las que se refieren a si hace preguntas al maestro, o si el maestro pregunta y el alumno responde bien, o no responde correctamente, la frecuencia con la que se presentaron fue muy baja.

Las variables que se observaron a través de indicadores como: Síntesis, memoria y juicio, las correlaciones fueron significativas, y los resultados obtenidos indican que: De los estudiantes que realizaron memoria y juicio aceptable y síntesis deseable, los mayores porcentajes fueron con ingesta proteica en cantidades por debajo de las recomendadas.

Se consideró pertinente la separación de estudiantes de 15 a 18 años y de 19 a 34 años, ya que hay recomendaciones de calorías y proteínas diferentes para cada grupo, trabajando con 77 estudiantes de 15 a 18 años y 16 de 19 a 34 años. En la elaboración de los datos se trabajó con los datos de cada grupo de edad, y al haberse diferenciado los datos para cada grupo de edad.

Con el fin de tener un diagnóstico más preciso de la población se realizaron encuestas previas y garantizar su participación.