

# UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA

## ESCUELA DE NUTRICIÓN

Tesis para optar por el grado académico de Licenciatura en Nutrición

**CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS, CON RESPECTO AL  
REGLAMENTO PARA EL FUNCIONAMIENTO Y ADMINISTRACIÓN  
DE SODAS ESCOLARES, DEL PERSONAL A CARGO EN CENTROS  
PÚBLICOS Y PRIVADOS DE ESPARZA, PUNTARENAS, 2016**

Estudiante:

Marisol Quirós Fallas

Tutor:

Francisco Sánchez Montero

2017

## **Dedicatoria**

Quisiera dedicar esta tesis, ante todo, a mis papás, quienes me dieron la oportunidad de estudiar y por siempre apoyarme en mis decisiones. Les agradezco por siempre guiarme en el camino y por enseñarme los valores que hoy en día me ayudaron a llegar hasta acá, y gracias a ellos poder cumplir mis sueños.

También quiero agradecer a mi familia por todo su apoyo y paciencia.

A Jeffrey por siempre estar a mi lado, apoyándome en todo momento. Por el tiempo, apoyo y por formar parte de mis logros. Por todas las traspasadas y por ser mi guía; sin usted no lo habría logrado.

## Agradecimiento

A Dios en primer lugar por estar siempre a mi lado.

Agradezco a mi profesor tutor Francisco Sánchez Montero por prepararme y guiarme durante el proceso.

A mis compañeras y amigas por todos los momentos juntas, las estudiadas y todas las experiencias vividas durante nuestra vida universitaria.

San José, 20 de febrero del 2017

Doctora Yorleny Chacón S, M.B.A  
Directora Carrera de Nutrición  
Universidad Hispanoamericana

Estimada Directora:

El suscrito, en su calidad de tutor de la tesis **“CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS, CON RESPECTO AL REGLAMENTO PARA EL FUNCIONAMIENTO Y ADMINISTRACIÓN DE SODAS ESCOLARES, DEL PERSONAL A CARGO EN CENTROS PÚBLICOS Y PRIVADOS DE ESPARZA, PUNTARENAS, 2016”**, presentada por **Marisol Quirós Fallas**, cédula de identidad número **115700379** para optar al grado de Licenciatura en Nutrición, hace constar que la sustentante ha realizado las correcciones indicadas durante el proceso tutorial referidas a aspectos tales como: formulación del problema, objetivos, justificación, antecedentes y marco teórico, marco metodológico, tabulación y análisis de datos, conclusiones y recomendaciones.

Por lo tanto, cuenta el aval para seguir el trámite correspondiente, para cuyo efecto y de acuerdo con el Reglamento Académico de la Universidad Hispanoamericana, el documento obtiene los siguientes puntajes.

Documento	%
Originalidad del tema	09
Cumplimiento de entregas de avances	20
Coherencia entre objetivos, instrumentos aplicados y resultados	30
Relevancia de las conclusiones y recomendaciones	15
Calidad y detalle del marco teórico	16
Calificación final.	90

Atentamente,

  
Dr. Francisco Sánchez, Ph.D.  
Nutricionista Código C.P.N. 547-10  
Tutor



## DECLARACIÓN JURADA

Yo Marisol Quirós Fallas, mayor de edad, cédula de identidad número 1-1570-0379 egresado de la carrera de Nutrición de la Universidad Hispanoamericana, y advertida de las penas con las que la ley castiga el falso testimonio y el perjurio, declaro bajo fe de juramento que dejo rendido en este acto, que mi trabajo de graduación, para optar por el título de Licenciatura en Nutrición titulado "Conocimientos, actitudes y prácticas, con respecto al Reglamento para el Funcionamiento y Administración de sodas escolares, del personal a cargo en centros públicos y privados de Esparza, Puntarenas, 2016" es una obra original y para su realización he respetado todo lo preceptuado por las Leyes Penales, así como la Ley de Derechos de Autor y Derecho Conexos, número 6683 de 14 octubre de octubre de 1982 y sus reformas, publicada en la Gaceta número 226 del 25 de noviembre de 1982; especialmente el numeral 70 de dicha ley en el que se establece: *"Es permitido citar a un autor, transcribiendo los pasajes pertinentes siempre que éstos no sean tantos ni seguidos, que puedan considerarse un producción simulada y sustancial, que reduce el perjuicio del autor de la obra original"*. Asimismo, que conozco y acepto que la Universidad se reserva el derecho de protocolizar este documento ante Notario Público. Firmo, en fe de lo anterior, en la ciudad de San José, a los veinte días del mes de febrero del año dos mil diecisiete.



Marisol Quirós Fallas

Cédula 1-1570-0379

San José, 15 de marzo del 2017

Señores

Departamento de Registro

Estimados señores:

La estudiante Marisol Quirós Fallas, cédula de identidad número 115700379, me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación denominado “CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS, CON RESPECTO AL REGLAMENTO PARA EL FUNCIONAMIENTO Y ADMINISTRACIÓN DE SODAS ESCOLARES, DEL PERSONAL A CARGO EN CENTROS PÚBLICOS Y PRIVADOS DE ESPARZA, PUNTARENAS, 2016”, el cual ha elaborado para optar por el grado de Licenciatura en Nutrición.

He revisado y ha hecho las observaciones relativas al contenido analizado, particularmente, lo relativo a la coherencia entre el marco teórico y el análisis de datos; la consistencia de los datos recopilados y, la coherencia entre estos y las conclusiones; asimismo, la aplicabilidad y originalidad de las recomendaciones, en términos de aporte de la investigación. He verificado que se han hecho las modificaciones correspondientes a las observaciones indicadas. Por consiguiente, este trabajo cuenta con mi aval para ser presentado en la defensa pública.

Atentamente,



Vanessa Maroto Vargas

Código: 349-2016



---

**EDUCATESIS**, hace constar que se realizó la revisión del presente trabajo, se analizó la construcción de párrafos, vicios del lenguaje, ortografía, puntuación y otros relacionados a la Corrección de Estilo, sin alterar la intencionalidad del autor y el enfoque del tema. Por lo tanto, **CERTIFICA**, la revisión y corrección de la tesis para optar por el Grado Académico de:

LICENCIATURA EN NUTRICIÓN  
**UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA**

Tema:

CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS, CON RESPECTO AL  
REGLAMENTO PARA EL FUNCIONAMIENTO Y ADMINISTRACIÓN  
DE SODAS ESCOLARES, DEL PERSONAL A CARGO EN CENTROS  
PÚBLICOS Y PRIVADOS DE ESPARZA, PUNTARENAS, 2016

Elaborado por: **Marisol Quirós Fallas**

Se extiende la presente en San José, 20 de marzo del 2017.

Atentamente:

LICDA. JACQUELINE E. RÍOS A.  
COORDINADORA GENERAL DE FILÓLOGOS  
EDUCATESIS  
C/616





## TABLA DE CONTENIDO

Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....	6
1.1    PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	7
1.1.1 Problemática de la reglamentación de la alimentación escolar .....	7
1.1.2 Magnitud del Problema .....	12
1.1.3 Justificación de la investigación .....	14
1.2    DELIMITACIÓN Y FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	16
1.2.1 Límites del problema.....	16
1.2.2 Formulación del problema .....	17
1.3    OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	18
1.3.1 Objetivo General.....	18
1.3.2 Objetivo específicos.....	19
1.4    ALCANCES Y LIMITACIONES .....	20
1.4.1 Alcances .....	20
1.4.2 Limitaciones.....	21
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO .....	22
2.1    CONTEXTO HISTÓRICO.....	23
2.1.1 Análisis de artículos científicos a nivel mundial relacionados con la reglamentación de la alimentación escolar .....	23
2.1.1.1 Estudios sobre influencia de las sodas escolares en la alimentación .....	23
2.1.1.2 Investigaciones acerca de la influencia de la publicidad en la alimentación escolar .....	27
2.1.1.3 Estudios relativos a la influencia del nivel socioeconómico en la alimentación escolar .....	29
2.1.1.4 Estudios sobre la influencia de las leyes, políticas y reglamentos en la alimentación escolar .....	29
2.1.2 Análisis de artículos científicos a nivel nacional relacionados con la reglamentación de la alimentación escolar .....	33

2.2 CONTEXTO TEÓRICO- CONCEPTUAL.....	36
2.2.1 Conceptos básicos sobre alimentación y nutrición escolar.....	36
2.2.1.1 Alimentación .....	36
2.2.1.2 Nutrición.....	36
2.2.1.3 Alimentación saludable .....	37
2.2.2 Alimentación en los centros educativos .....	38
2.2.2.1 Alimentación escolar.....	38
2.2.2.2 Edad escolar .....	39
2.2.2.3 Objetivos de la alimentación del ser humano en edad escolar .....	40
2.2.2.4 Requerimientos energéticos durante la edad escolar .....	42
2.2.2.5 Alimentos en la dieta del escolar .....	43
2.2.2.6 Factores que afectan la alimentación durante la edad escolar .....	45
2.2.3 Servicios de alimentación escolar.....	50
2.2.3.1 Papel de la comunidad educativa en la alimentación escolar.....	50
2.2.3.2 Soda escolar .....	51
2.2.4 Los reglamentos de la empresa en el desempeño laboral del empleado ..	53
2.2.4.1 Reglamento para el funcionamiento y administración del servicio de soda en los centros educativos públicos .....	55
MAPA CONCEPTUAL N° 1 Relaciones teóricas sobre la reglamentación de la alimentación escolar .....	58
2.3 FORMULACIÓN Y JUSTIFICACIÓN DE HIPÓTESIS.....	59
2.3.1 Formulación de la hipótesis .....	59
2.3.2 Justificación de la hipótesis .....	60
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO .....	62
3.1 TIPO DE ESTUDIO .....	63
3.2 ÁREA DE ESTUDIO.....	64
3.2.1 Descripción del área de estudio.....	64
3.2.2 Descripción de la población .....	65
CUADRO N°1 Centros educativos del cantón de Esparza Puntarenas que participan en la investigación.....	65
3.2.3 Criterios para la selección de del personal participante.....	66
3.3 DESCRIPCIÓN DE VARIABLES .....	67

3.4	OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES .....	68
3.5	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	70
3.5.1	Técnicas de investigación .....	70
3.5.2	Diseño de instrumentos .....	70
3.6	PROCEDIMIENTOS PARA RECOLECTAR LA INFORMACIÓN .....	72
3.6.1	Etapa preliminar.....	72
3.6.2	Etapa de campo.....	73
3.7	PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN .....	73
3.7.1	Análisis Univariado .....	74
3.7.2	Análisis Bivariado.....	75
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS DATOS .....		76
4.1	DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ENCONTRADA.....	77
4.1.1	Características sociodemográficas del personal de sodas escolares .....	77
4.2	Análisis de los principales problemas encontrados .....	86
4.2.1	Conocimiento básico del personal de sodas escolares con respecto al Reglamento .....	86
4.2.2	Conocimientos del personal de sodas escolares con respecto a lo estipulado en capítulo III del Reglamento titulado “De la alimentación en el servicio de soda” .....	93
4.2.3	Actitudes del personal de sodas escolares con respecto al Reglamento de sodas escolares.....	98
4.2.4	Prácticas del personal de sodas escolares con respecto al Reglamento de sodas escolares.....	101
4.2.5	Relación de los conocimientos, actitudes y prácticas del personal de sodas escolares con respecto al reglamento de sodas escolares con la condición sociodemográfica.....	103
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....		107
5.1	CONCLUSIONES .....	108
5.2	RECOMENDACIONES.....	110
5.2.1	Para el estudio de la reglamentación de alimentación escolar .....	110
5.2.2	Para el sector de salud y educación .....	110
5.2.2	Para otros profesionales en nutrición:.....	111

BIBLIOGRAFÍA.....	112
ANEXOS.....	117
Anexo 1. Instrumento: Encuesta sobre Conocimiento, Actitudes y Prácticas (CAP).....	117
Anexo 2. Consentimiento informado.....	123

## **ÍNDICE DE FIGURAS Y TABLAS**

TABLA N° 1 Operacionalización de variables.....	68
TABLA N° 2 Edad del personal de las sodas según sexo. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016.....	77
FIGURA N°1 Antecedentes patológicos familiares según sexo del personal de sodas . Centros educativos públicos y privados Esparza, Puntarenas 2016.....	79
FIGURA N°2 Antecedentes patológicos personales del personal de sodas según sexo. Centros educativos públicos y privados Esparza, Puntarenas 2016.....	80
FIGURA N° 3 Puesto laboral del personal en la soda escolar. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas, 2016.....	81
TABLA N°3 Nivel educativo según puesto laboral del personal de sodas escolares. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016.....	82
FIGURA N° 4 Tiempo de laborar los participantes en la soda escolar según sexo. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016.....	84
TABLA N° 4 Tiempo de laborar del personal en la soda escolar según nivel escolar. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016.....	85
FIGURA N° 5 Objetivo de existencia del Reglamento según el personal de sodas. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016..	87
FIGURA N°6 Ente o persona encargada de inspeccionar y controlar el Reglamento según personal. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016.....	89
FIGURA N°7 Repercusiones de incumplir el Reglamento según el personal de sodas. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016 .	90

FIGURA N° 8 Conocimiento del personal sobre la existencia del Comité de Salud y Nutrición. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016 .....	91
FIGURA N°9 Conocimiento del personal en cuanto a la interpretación de información nutricional de las etiquetas de los productos alimenticios. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016 .....	92
FIGURA N°10 Cantidad máxima permitida de azúcar en refrescos o batidos según el personal de sodas. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016 .....	94
FIGURA N° 11 Cantidad máxima permitida de mantequilla o margarina en la preparación de alimentos por porción servida según el personal de sodas. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016 .....	95
FIGURA N°12 Cantidad máxima de energía permitida en 100 gramos de producto alimenticio pre-ensado (no bebida), según el personal de sodas. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016 .....	96
TABLA N°5 Puntos de vista del personal de la soda escolar con respecto al Reglamento. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016.....	98
Tabla N°6 Rutina del personal con respecto a lo que exige el Reglamento. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016 .....	101
TABLA N°7 Relación de conocimientos, actitudes y prácticas con respecto al reglamento de sodas escolares y las características sociodemográficas del personal. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016 .....	104

## **CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

## **1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.1.1 Problemática de la reglamentación de la alimentación escolar**

Distintos gobiernos de Costa Rica, así como otros sectores importantes del país, han desarrollado iniciativas como políticas, planes, programas y leyes orientadas a la prevención del sobrepeso y obesidad, por el aumento en los índices de obesidad y desnutrición en los niños y adolescente costarricenses. Es así como en Costa Rica se crea la “Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional” que tiene como propósito favorecer la seguridad alimentaria nacional y promover los altos niveles de nutrición infantil (Chávez, 2011; Ministerio de Salud de Costa Rica, 2011).

Como respuesta a esta política y tomando en consideración las recomendaciones de la 63ª Asamblea Mundial de la Salud de la Organización Mundial de Salud (OMS) que instan a los gobiernos a adoptar políticas que apoyen un régimen alimentario y de actividad física saludable en los entornos educativos, en abril del 2011, el Ministerio de Educación (MEP), en conjunto con el Ministerio de Salud (MS), presentaron la propuesta de un Reglamento para el Funcionamiento de Sodas Escolares que regula la venta de los alimentos dentro de los centros educativos tanto públicos como privados del país, dicho reglamento impulsa la práctica de hábitos alimentarios saludables en los estudiantes (Ministerio de Educación Pública, 2013).

El desarrollo hábitos alimentarios, está influenciada por diversos factores tales como: el ambiente social, el ambiente físico, los medios de comunicación y

publicidad y patrones culturales, por lo tanto el proceso de modificar la conducta alimentaria de un niño o adolescente tiene muchas limitaciones, no obstante, es una tarea en la que se debe trabajar de manera constante con el fin de reducir presencia de enfermedades relacionadas con malnutrición, las que pueden prevenirse estableciendo hábitos alimentarios y de actividad física saludables desde edades tempranas (Monge & Nuñez, 2003). Entre un 42% y 63% de los niños con obesidad llegan a padecerla de adultos; los niños con sobrepeso u obesidad tienen un riesgo 4 veces mayor de tener hipertensión, así como un riesgo 2 veces mayor de desarrollar diabetes tipo II que los niños sin sobrepeso u obesidad (Ministerio de Educación Pública, 2013).

En Costa Rica, el sobrepeso y la obesidad aumentan día con día tanto en la población adulta como en la población joven, incluyendo a niños y adolescentes, debido a una alimentación no balanceada y el aumento acelerado del sedentarismo, causas que pueden y deben ser combatidas desde la infancia. Datos de la Encuesta Nacional de Nutrición 2008-2009 indican que el 8,1% de los niños entre 1 a 4 años presenta problemas de sobrepeso, en los niños de 5 a 12 años, el 11,8% tiene sobrepeso y el 9,6% tiene obesidad. En la población adolescente, el sobrepeso representa el 14,7% y la obesidad es del 6,1% (Ministerio de Salud de Costa Rica, 2009).

Investigaciones realizadas por Instituto Costarricense de Investigación y Enseñanza en Nutrición y Salud (INCIENSA) han demostrado la importancia de regular la venta de alimentos y bebidas con alto contenido de azúcar y grasa en el ambiente escolar, ya que estos alimentos han sido reconocidos como uno de los

principales contribuyentes y factores de riesgo de la obesidad infantil, lo que repercute en la salud física y el desarrollo psicosocial de los niños y adolescentes (Monge & Nuñez, 2003).

La salud es fundamental para el desarrollo del ser humano y siempre un centro educativo será un excelente lugar para desarrollar acciones que promuevan la salud, pues, es un sitio de interacción social constante por lo tanto de aprendizaje y de gran influencia en los niños y los adolescentes en sus etapas de formativas más importantes. El centro educativo involucra a todas aquellas personas que intervienen con la acción de educar: docentes, estudiantes, padres de familia, personal administrativo que toma en cuenta personal de dirección, conserjes, guardas, personal de mantenimiento, personal de soda y comedor escolar, así como los gobiernos locales y las organizaciones comunales y sociales (Arce & Claramunt, 2009).

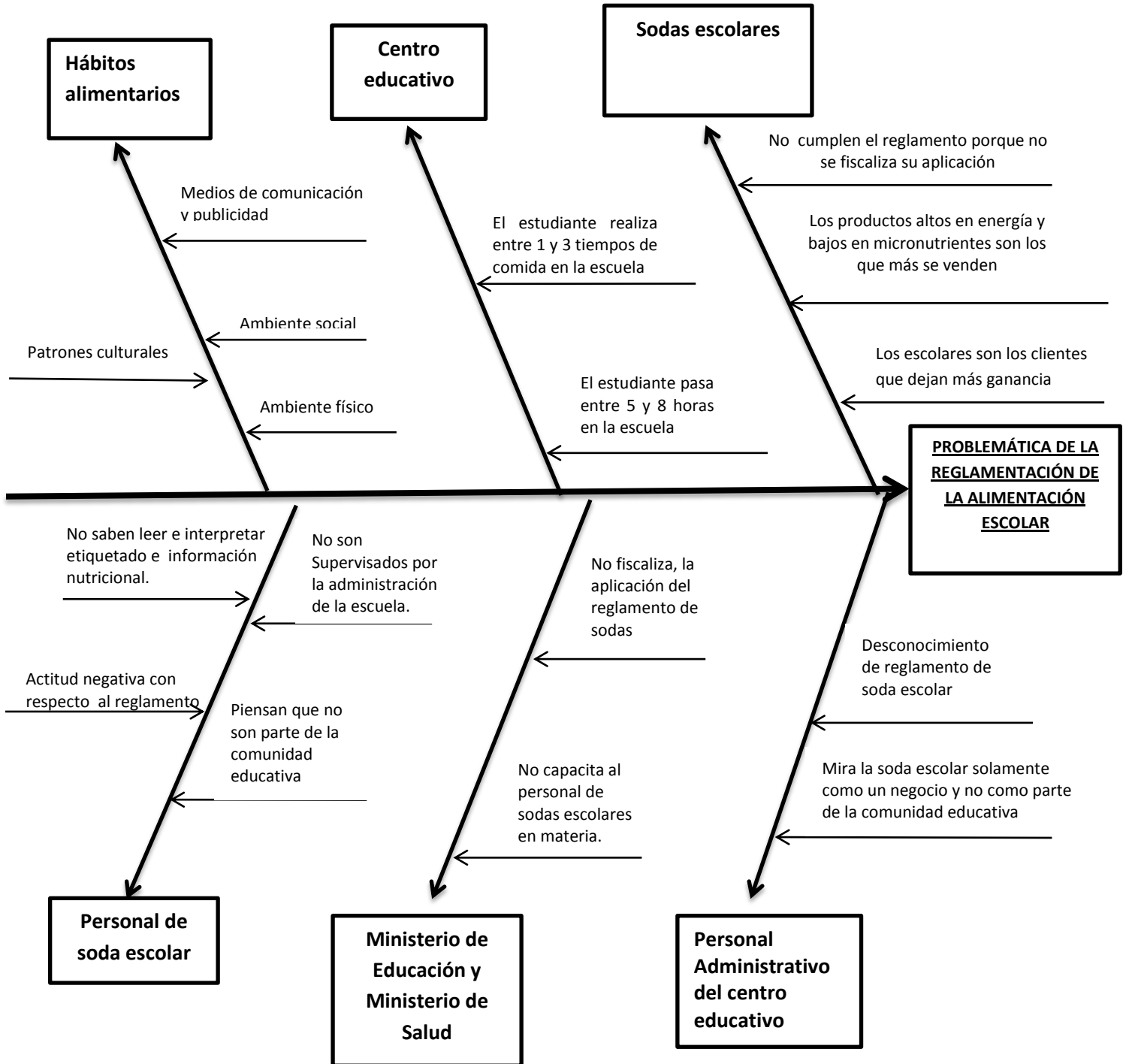
El Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares es buena herramienta para fomentar estilos de vida saludable en los niños y jóvenes, pero existen diversos factores que dificultan su correcta aplicación. La falta de supervisión en su aplicación es un factor muy relevante. El Ministerio de Educación Pública debe supervisar que la administración de cada escuela conozca los reglamentos relacionados con la alimentación que se brinda en el centro educativo, para incentivar el cumplimiento de cada uno de ellos. No obstante, en la mayoría de los casos no se otorga la importancia debida, por lo que muchas veces ni siquiera los conocen, razón por la cual no los implementan (Nuñez, Campos, Host, & Alfaro, 2014).

Otro factor que limita la aplicación del reglamento es la suposición del personal administrativo, de los centros educativos, que cree que solo le corresponde velar por la alimentación de los estudiantes, únicamente en el comedor estudiantil, ya que la soda escolar es vista solo como un negocio, lo cual es incorrecto, pues la soda no funciona separada del quehacer formador de la escuela, ya que está ubicada dentro de ella y es donde consumen alimentos los estudiantes, docentes y el personal administrativo. Esto significa que la soda escolar se convierte en un espacio educativo para la formación de hábitos alimentarios (Nuñez et al, 2014).

La soda al ser concebida solamente como un negocio, lo importante para la administración de la misma y el centro educativo, es la entrada económica que esto significa y no la repercusión en la salud por el bajo valor nutritivo de los alimentos que ofrecen. Tanto así que la soda escolar decide qué tipos de alimentos vender, qué porciones ofrecer a los estudiantes según los gustos y preferencias de los mismos, aunque ello implique sustituir los vegetales por comidas altas en grasa y azúcares. Lo que refleja que los estudiantes son concebidos como clientes y no como seres humanos en crecimiento y desarrollo integral (Letona, 2013).

A continuación se presenta un esquema, en el cual se resume la problemática expuesta en los párrafos anteriores:

Esquema N° 1 Factores asociados a la problemática de reglamentar la alimentación escolar



En el diagrama anterior se observan los factores que intervienen en la reglamentación de la alimentación de niños escolarizados. En la parte superior se observa que los hábitos alimentarios en centros de educación donde el escolar invierte más de la mitad de su día, lo que significa que debe realizar entre uno y tres tiempos de comida dentro de la institución, se ven muy influenciados por las sodas escolares donde los productos altos en energía y bajos en micronutrientes son los que más se ofertan durante los recreos por lo tanto los que más se venden. Y en la parte inferior se observa que a pesar que existe un reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares con respecto a los productos que se venden a los estudiantes, puede suceder que el personal lo desconozca, no comprenda bien su contenido, piensen que no son parte de la comunidad educativa lo que tiende a desencadenar una actitud negativa con respecto al mismo por lo tanto no se aplica u otras veces puede ser que los entes encargos de velar por su cumplimiento no capacitan en materia al personal y no fiscalizan su ejecución lo que ocasiona que el personal administrativo vea la sodas escolar únicamente como un negocio donde su principal cliente son los escolares.

### **1.1.2 Magnitud del Problema**

Según investigación realizada por Chávez en el 2011 el Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares, a pesar de ser una buena iniciativa, afecta el sector empresarial debido a que en Costa Rica, existe un promedio de 9 000 centros educativos de los cuales más del 60% cuenta con sodas escolares. Ante esta situación, se podría decir que el sector de sodas escolares y

colegiales generan unos 18 000 mil o 20 000 empleos directos, partiendo del hecho de que, en promedio, cada soda cuenta con unos 3 empleados y se entiende que haya un gran porcentaje de centros educativos con sodas que pertenezcan a pequeños empresarios que, probablemente, se verán afectados con dicha política.

Este estudio evidencia la preocupación y la negativa que muestran los entrevistados ante el Reglamento debido las implicaciones económicas que este les puede traer, específicamente disminución del empleo, baja de ventas y aumento en los costos. Es importante recalcar que, a pesar de que los encuestados conocen el reglamento, no todos saben a fondo las disposiciones que este incluye ni la normativa de carácter obligatorio que tienen que acatar para poder seguir con su negocio. Al contrario se demuestra mayor apoyo al Reglamento por parte de los centros educativos privados o semiprivados, en la que los propietarios de las sodas escolares contestaron que ya aplicaban ciertas disposiciones como la venta de productos horneados, cero frituras, nada de gaseosas y dulces o golosinas a pesar de que en su caso el cumplimiento del Reglamento no es obligatorio (Chávez K. , 2011)

Por otro lado un estudio realizado en Latinoamérica, específicamente en Costa Rica, México y Argentina, por el Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), determinó que las sodas escolares en Costa Rica tienen una mayor oferta de frutas, agua y batidos de fruta que en los otros países, sin embargo el equipo investigador halló que en todas las sodas costarricenses visitadas se vendían productos no permitidos por el reglamento (Letona, 2013).

### 1.1.3 Justificación de la investigación

A nivel mundial la incorporación de alimentos saludables en las escuelas, pretende ser herramienta clave para disminuir o erradicar los índices de obesidad en niños y adolescentes, así mismo, prevenir como consecuencia de esto, las enfermedades crónicas no transmisibles. Los niños y adolescentes pasan mucho tiempo en las escuelas, por lo tanto, no solo tienen oportunidad de consumir alimentos para saciar el hambre sino también un espacio social donde interactuar y adquirir hábitos alimentarios de sus maestros o compañeros, que muchas veces son poco saludables afectando la nutrición y salud de los escolares (Martínez, Lampin, & Castillo, 2015)

En Costa Rica el Ministerio de Educación Pública en coordinación con el Ministerio de Salud deben propiciar entornos saludables en los centros educativos, garantizando condiciones y oportunidades para la adopción de hábitos alimentarios saludables, que conlleven al fomento de una adecuada alimentación y nutrición con el fin de mejorar la salud de la población estudiantil y promoviendo con ello las condiciones para un mejor rendimiento académico (Arce & Claramunt, 2009).

Sin embargo, cada vez que se habla de la alimentación del niño, siempre se menciona el papel de los padres, educadores y de otros niños como la principal influencia en la adquisición de hábitos alimentarios, y se tiende a olvidar los servicios de alimentación que se encuentran dentro de la escuela, los cuales son el comedor escolar y la soda estudiantil (Polanco I. , 2005).

Al igual que las otras partes de la comunidad educativa, la soda escolar tiene como misión educar para la salud y su oferta alimenticia debe ser supervisada por las autoridades del centro educativo y del sector salud. En muchos casos el personal administrativo ni siquiera se da la tarea de leer los documentos, o tal vez si los leen y tienen intenciones de emplear las políticas y los reglamentos, pero no comprenden el contenido de los mismos, por lo cual dejan de lado su aplicación. La inexistencia de programas de capacitación por parte del MEP y otras instituciones gubernamentales, dificultan la aplicación del mismo (Nuñez et al, 2014).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha pedido a los países restringir la promoción y publicidad dirigida a niños sobre alimentos no saludables. Sin embargo, se tiene poco conocimiento acerca del avance de la regulación de la promoción y publicidad de alimentos y bebidas dirigida a niños, lo que genera una carencia de estudios que muestren la situación en cada país (Letona, 2013)

En virtud de lo anterior, dentro del campo de la Nutrición Humana es necesario realizar estudios más específicos sobre la calidad nutricional de los alimentos disponibles en los centros educativos así como investigar sobre los conocimientos, actitudes y prácticas del personal de sodas escolares, ya que esto permitirá establecer conclusiones que servirán como instrumento para la elaboración de programas educativos que permitan la correcta aplicación del Reglamento para el funcionamiento de sodas escolares y que fortalezcan la integración del personal de sodas escolares, en el proceso de crecimiento y desarrollo de los escolares, como pieza clave en la adquisición de hábitos alimentarios saludables en los niños y por consiguiente un estado nutricional saludable.

## **1.2 DELIMITACIÓN Y FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

### **1.2.1 Límites del problema**

En este estudio se utiliza como unidad de análisis al personal de las sodas escolares, mayores de 18 años y residentes del cantón de Esparza, Puntarenas. Los funcionarios de las sodas escolares cumplen una función muy importante en el desarrollo y aprendizaje de los estudiantes ya que debido a la cantidad de horas que pasan los niños y adolescentes en las escuelas, se toma en consideración el consumo de alimentos dentro del centro educativo como uno de los factores más influyentes en la adquisición de hábitos alimentarios (Monge & Nuñez, 2003). Las variables que se van tomar en cuenta para el estudio son los conocimientos, actitudes y prácticas del personal con respecto al Reglamento, ya que a pesar de que el anterior fue creado para regular la administración y funcionamiento de la soda, las creencias de la comunidad educativa con respecto a la alimentación de los estudiantes ha impedido su correcta ejecución (Nuñez et al, 2014). La investigación se realiza en Esparza, Puntarenas, cantón que se localiza en el norte de la provincia, al sur colinda con el océano Pacífico, al norte con Miramar y San Ramón, al este con San Mateo y Orotina, y al oeste con el cantón de Puntarenas. Es importante recalcar que en Esparza se localiza el puerto marítimo más importante del Pacífico de Costa Rica, Caldera. Según datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos, Esparza tiene 28 mil habitantes y alberga gran variedad de instalaciones educativas públicas y privadas de las cuales 15 tienen servicio de soda escolar. Las principales actividades económicas del Cantón son la agricultura, la

ganadería y también una importante actividad comercial e industrial. Esparza se define como un zona semirural, esto a pesar de que es un Cantón que cuenta con los servicios básicos de agua potable y electricidad, acceso a Bancos Estatales y supermercados grandes, su población es menor a los 30 mil habitantes y no está urbanizado al cien por ciento, sus edificios son pocos, el Cantón se encuentra rodeado de zonas verdes, montañas, ríos e inclusive playas y en Esparza propiamente las fuentes de trabajo son muy escasas. La disponibilidad y acceso a los alimentos es excelente en el Cantón, inclusive los pueblos aledaños que se encuentra alejados del centro de Esparza, cuentan con pulperías o abastecedores pequeños que suministran los alimentos y también se da la producción para autoconsumo ya que en estas zonas la agricultura y ganadería son los trabajos más realizados. Los alimentos que más se producen son las frutas como la papaya, el mango, las mandarinas, las naranjas, las manzanas de agua, los nances, el marañón y carnes de res, carne de cerdo, pollo, leche, quesos y huevos. En cuanto a epidemiología: la diabetes, la hipertensión, el cáncer y las dislipidemias son las patologías más comunes en Esparza. El Cantón de Esparza cuenta con gran diversidad de clases socioeconómicas, donde se pueden encontrar familias muy pobres y a la vez familias muy adineradas (Municipalidad de Esparza, 2014) (Instituto Nacional de Estadística y Censos, 2011). El estudio se lleva acabo el segundo semestre del 2016.

### **1.2.2 Formulación del problema**

El Reglamento para el funcionamiento y administración de soda escolar es una gran herramienta para controlar los alimentos que se venden en el centro

educativo. Sin embargo en Costa Rica han pasado 5 años desde que se promulgó dicho Reglamento (2011) y hasta el momento (2016) no se han reportado cambios favorables en el estado nutricional de los escolares (Letona, 2013), es por esta razón que surge la siguiente pregunta de investigación esta interrogante: ¿Cuáles son los conocimientos, actitudes y prácticas con respecto al Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares, del personal a cargo en escuelas públicas y privadas de Esparza, Puntarenas?

A medida que se logre determinar de manera correcta a través de la investigación los verdaderos conocimientos, actitudes y prácticas del personal de sodas escolares con respecto al Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares en centros educativos, permitirá obtener la información como insumo necesario para la elaboración de un programa educativo que permita la correcta aplicación del mismo. Tomar en cuenta que siempre un correcto conocimiento va desatar una correcta actitud y una actitud positiva desencadenará en una buena práctica.

## **1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.3.1 Objetivo General**

Determinar conocimientos, actitudes y prácticas con respecto al Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares, del personal a cargo en escuelas públicas y privadas de Esparza, Puntarenas, como

insumo para la elaboración de un programa educativo que permita la correcta aplicación del Reglamento.

### **1.3.2 Objetivo específicos**

1.3.2.1 Determinar la condición sociodemográfica del personal de las sodas escolares en estudio mediante el empleo de entrevistas.

1.3.2.2. Identificar el grado de conocimiento del personal de las sodas escolares con respecto al Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares, mediante una entrevista.

1.3.2.3 Identificar el tipo de actitudes del personal de las sodas escolares con respecto al Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares, mediante una entrevista.

1.3.2.4 Identificar el tipo de prácticas del personal de las sodas escolares con respecto al Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares, mediante una entrevista.

1.3.2.5 Relacionar los conocimientos, actitudes y prácticas del personal de sodas escolares con respecto al reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares con la condición sociodemográfica del personal en estudio.

## **1.4 ALCANCES Y LIMITACIONES**

### **1.4.1 Alcances**

El investigar sobre los conocimientos, actitudes y prácticas del personal de sodas escolares con respecto al Reglamento, permite establecer conclusiones que sirven como insumo para la elaboración de un programa educativo que permita la correcta aplicación del Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares y fortalezca la integración del personal de sodas escolares, en el proceso de crecimiento y desarrollo de los niños, como parte fundamental de la comunidad educativa, por lo tanto pieza clave en la adquisición de hábitos alimentarios saludables en los niños y por consiguiente un estado nutricional adecuado.

La importancia de realizar investigaciones sobre alimentación escolar radica, en que esta etapa fisiológica del ser humano es determinante en la formación de hábitos alimentarios, siendo así un punto clave de intervención educativa constante, la cual permita promover la salud y mejorar la calidad de vida hasta la etapa adulta.

Como beneficio para el campo profesional de la nutrición, esta investigación, puede servir como insumo para futuras investigaciones en el área de la alimentación en etapa escolar y como base para elaborar material educativo y crear alternativas que incentiven el cumplimiento del Reglamento de sodas escolares por parte de los funcionarios de las sodas así como la supervisión del mismo por parte de los administrativos de los centros educativos.

### **1.4.2 Limitaciones**

La principal limitación con la que se contó durante la presente investigación, fue la dificultad para poder contactar a los participantes, debido a que el trabajo de recolección de información se llevó a cabo en el mes de diciembre y por cierre del curso lectivo en centros educativos algunas sodas escolares permanecían cerradas varios días a la semana. Sin embargo, esto se solventó a través de una llamada telefónica con cada uno de los concesionarios de las sodas escolares donde se presentó la limitación, organizando un día y una hora de visita específica para realizar las entrevistas.

Asimismo, otra de las limitaciones fue la carencia de evidencia científica publicada tanto a nivel internacional como nacional en cuanto a los conocimientos, actitudes y prácticas del personal de sodas escolares con respecto a reglamentos, políticas o leyes referentes a la alimentación escolar, lo que dificultó el análisis más amplio de la información recopilada. Por lo que se trató de extraer de los artículos científicos disponibles, los elementos que tuvieran una relación más directa con esta investigación.

## **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

## **2.1 CONTEXTO HISTÓRICO**

### **2.1.1 Análisis de artículos científicos a nivel mundial relacionados con la reglamentación de la alimentación escolar**

#### **2.1.1.1 Estudios sobre influencia de las sodas escolares en la alimentación**

Diversos estudios muestran la influencia de las sodas escolares en la alimentación. Un estudio realizado en Argentina para medir las preferencias de consumo en cadenas de comidas rápidas y kioscos escolares y el motivo de la compra de productos en el kiosco en un grupo de 753 escolares entre 6 y 18 años pertenecientes a nueve colegios privados de la Ciudad de Buenos Aires y el Gran Buenos Aires determinó que un 94% de participantes visita el kiosco de manera diaria; los productos más elegidos durante los recesos son los helados, las gomas de mascar y las gaseosas. Al analizar los motivos de la compra en kioscos, la mayoría refiere hacerlo “porque le gusta” ( $\geq 71\%$ ) sin diferencias en cuanto a edad y sexo; y el segundo motivo fue el “apetito”. Ninguno refiere haber sido influido por afiches publicitarios a la hora de consumir algún producto en el kiosco y en cuanto a los anuncios televisivos tampoco son determinantes en la compra en estos locales, pues solo un 5% elige esta opción de preferencia. Otro dato significativo es que los hombres son más influenciados por los amigos y gastan más dinero en el consumo de productos de kiosco que las mujeres (Torresani, 2007)

Con similitud en los resultados al estudio anterior en Colombia, en el 2009, se llevó a cabo una investigación por Velandia, Cárdenas y Agudelo, en 12 tiendas

escolares de Instituciones Educativas Públicas y 137 estudiantes, para caracterizar la disponibilidad de productos en la tienda escolar y el consumo de alimentos durante el descanso, que determinó que el 100% de las tiendas escolares disponía productos empaquetados, dulces y refrescos; el 91,6% jugos procesados, el 58,3%, paletas y empanadas y el 50%, gaseosas. Al contrario de los otros productos las frutas y verduras no se vendían en ninguna de las tiendas estudiadas. El 81% de los escolares consumieron alimentos durante el descanso. Los alimentos que los estudiantes compraron con mayor frecuencia en la tienda escolar fueron: dulces (42,2%). Dentro de los alimentos que los escolares llevaron de su casa a la escuela se encontraron galletas (45,0%), yogur (35,2%) y frutas (21,5%). En esta investigación se destaca como principal conclusión la relevancia en la creación de estrategias que promuevan una alimentación escolar saludable y conlleven a la formulación de políticas institucionales que regulen estos aspectos en el entorno educativo (Velandia, Cárdenas, & Agudelo, 2009).

A través de un estudio realizado también en Argentina con el objetivo de describir y analizar los consumos alimentarios de niños y niñas durante los recreos escolares, en 18 escuelas primarias y tras la aplicación de 849 encuestas a los hogares y mediante la observación de 5800 niños durante 96 recreos, se rectifica que el consumo de alimentos en el ámbito escolar es muy frecuente; según las respuestas brindadas por padres, madres y adultos a cargo, un 89% de los niños consumen algún tipo de alimento o bebida durante los recreos escolares, siendo este consumo diario en un 50% de los casos. Los más mencionados fueron: los jugos, gaseosas, alfajores, galletitas dulces, caramelos y papas fritas a pesar que si había

presencia de frutas y agua; por lo tanto se concluye que la presencia de kioscos dentro de la escuela no influye significativamente en la cantidad del consumo pero sí condiciona el tipo de productos que se consumen por lo tanto recomiendan que si una comunidad escolar decide sostener un espacio de ese tipo, debería existir un proyecto de promoción de prácticas saludables de alimentación, seleccionando los productos ofrecidos de manera coherente con los mensajes educativos y evitar la inclusión de todo tipo de publicidad de alimentos y bebidas en el ámbito escolar (Piaggio et al, 2011).

En ese mismo país, en el 2011 con una muestra de 1698 niños y adolescentes de 9 a 12 años pertenecientes a 26 escuelas de gestión estatal y privada se analizó las siguientes variables: hábito de consumo de alimentos durante los recreos, preferencia de alimentos consumidos en el mismo, procedencia de los alimentos consumidos en los recreos. El 75,1% de los encuestados refirió haber consumido alimentos durante el recreo escolar de los cuales el 33,3% lo compró en el kiosco de la escuela; mientras que el 49,0% lo trajo de su casa. A diferencia de los estudios mencionados anteriormente en este el 42,3% de los encuestados consumió alimentos saludables (lácteos, frutas y cereales) durante el recreo sin embargo estos fueron traídos de la casa. Mientras que el 58,8% de los estudiantes que comió alimentos poco saludables (gaseosas, aguas saborizadas y bocadillos) los compró en la escuela. Los resultados obtenidos por La Fundación Educacional, ponen en evidencia la exposición diaria a alimentos poco saludables en los kioscos escolares y que por poco dinero, los niños ingieren gran parte del total de calorías necesarias en todo el día y por último concluyen que a pesar de la importancia de

este tema los únicos antecedentes son la “Ley de kioscos saludables” aprobada en el 2010, sin embargo no existen datos concretos de su implementación, el seguimiento y la evaluación de su accionar (Fundación Educacional, Argentina, 2011).

De igual manera los investigadores argentinos, Follonier, Bonelli, Walz, Fortino y Martinelli, en el 2013, determinan que la calidad nutritiva de la merienda es mejor cuando la traen del hogar apreciándose la influencia del criterio de un adulto en la selección, esto tras realizar un estudio con el fin conocer los productos preferidos comprados en los kioscos escolares para la colación y las razones de su elección (en dos escuelas primarias públicas de la ciudad de Santa Fe con un total de 637 niños) e identificar si las restricciones y exigencias de ventas influyen en la selección de una colación saludable; el 50 % de los niños en ambas escuelas compro la colación en el kiosco escolar. Entre un 30–40 % la trajo de su casa y el resto no ingirió alimentos. Estos resultados ponen en evidencia la necesidad de que exista una reglamentación que restrinja en los kioscos escolares la venta de los productos evaluados como no recomendables para los niños y exija que se oferten alimentos saludables (Follonier et al, 2013).

Según Granda las tendencias nutricionales durante el recreo no son óptimas y por cual se debe dar énfasis a la promulgación de políticas educacionales en el ámbito y así poder elaborar programas que permitan al personal de centro educativo potenciar el desarrollo de hábitos alimentarios saludables para conseguir que los niños y adolescentes perduren durante la edad adulta. Esto debido que a través de una investigación realizada en España con 192 estudiantes entre 14 y 17 años, con el objetivo de conocer las tendencias de alimentación de los escolares durante los

recreos de horario lectivo encontró que el 27% de los entrevistados indica que no come durante los recreos, un 33% consume alimentos traídos de casa y un 40% los compra en la cafetería del centro educativo. Los alimentos que prefieren comprar los estudiantes en el kiosco son bocadillos salados y dulces. Un punto importante para destacar en este trabajo es que las mujeres encuestadas presentan mayor tendencia con respecto al consumo de frutas en comparación a los varones y de igual manera las mujeres ganan porcentualmente con un 21% frente a los hombres con un 12% en cuanto a la comida traída de casa (Granda, 2015).

### **2.1.1.2 Investigaciones acerca de la influencia de la publicidad en la alimentación escolar**

En Perú, una investigación con el objetivo de analizar la influencia de los anuncios televisivos en el consumo de alimentos en 120 escolares entre los 6 y 14 años de diversos centros educativos, demuestra que existe relación positiva, con alta significancia estadística, entre la adherencia a los anuncios televisivos y el consumo de alimentos publicitados de alto contenido en sodio, azúcar y de calorías por los escolares estudiados, un 46,7% de escolares afirman tener como principal actividad recreativa ver la televisión y un 68,3% manifiesta que casi siempre ve los anuncios publicitarios sobre alimentos.; así mismo, se prueba la dependencia entre la exposición a los anuncios publicitarios y el consumo de alimentos con productos de alto contenido en grasa y azúcares debido a la falta de vigilancia y control por parte de los responsables en el hogar e institución educativa. Sevillano y Sotomayor concluyen el estudio recalcando la necesidad de diseñar un proyecto de ley que

regule la alimentación y nutrición de los escolares y como complemento crear programas enfocados a la promoción y práctica de adecuados y correctos hábitos alimentarios principalmente en las instituciones educativas, en donde se tiene contacto directo con el estudiante principalmente en el quioscos escolares, ya que es el servicio de alimentación más frecuentado por los niños durante las horas de escuela (Sevillano & Sotomayor, 2012).

También en México, en el 2014, una investigación realizada con el fin de medir el impacto de los anuncios televisivos de alimentos y bebidas en los gustos y preferencias de consumo de 34 alumnos de sexto grado de una escuela primaria, así como determinar si existe un control legal de la publicidad sobre alimentos y bebidas que se venden a los niños en el centro educativo, da como resultado que el 100 por ciento de los alumnos consumen productos de la soda escolar que anteriormente habían sido anunciados en televisión y que más del 60 por ciento de ellos los consumen más de tres días a la semana esto a pesar que al inicio del ciclo escolar del 2008, entro en vigencia la reglamentación de alimentos saludables en todos los centros educativos de México con la asesoría de los Servicios de Salud, cuyo propósito es revertir en niños y adolescentes la prevalencia del sobrepeso y la obesidad. Lo anterior pone en manifiesto que no existe un control legal sobre la venta de alimentos y bebidas en centros educativos, lo que provoca que la publicidad tenga gran impacto en los niños ya que son mucho más vulnerables que los adultos (hablando entre los 4 a los 12 años), y están en un desarrollo social, donde se internaliza en la sociedad y en la cultura, adoptando un proceso de modelaje, que consiste en la imitación social. Los investigadores concluyen que se requiere que

exista una supervisión permanente por parte de la Secretaría de Educación Pública y la Secretaría de Salud, para que se implemente adecuadamente el reglamento promulgado en el 2008 (Gutierrez & Enciso, 2014).

### **2.1.1.3 Estudios relativos a la influencia del nivel socioeconómico en la alimentación escolar**

A través de una comparación entre 40 estudiantes de una escuela pública y 40 estudiantes de una privada de una edad entre los 16 y 18 años, en ciudad de Santa Fe, Argentina, en la cual se identifican diferencias en los hábitos alimentarios, la calidad nutricional y cantidad de los alimentos que consumen, la influencia del nivel socioeconómico y el sitio donde realizan la mayoría de sus comidas el trabajo de campo permite concluir que los hábitos alimentarios de los adolescentes que asisten a la escuela pública no presentan diferencias significativas con respecto a los estudiantes de la escuela privada; Los adolescentes del centro público consumen 18% más bocadillos y productos parecidos que los estudiantes de la escuela privada. Sin embargo hay una marcada tendencia en el total de la muestra a conductas alimentarias no saludables, en cuanto al consumo frecuente de bocadillos altos en sodio, grasa y azúcares y la asistencia a restaurantes de comida rápida, donde los alimentos que se consumen son altos en grasas saturadas y se ofrecen muchos tipos de bebidas gaseosas. (Greppi, 2012)

### **2.1.1.4 Estudios sobre la influencia de las leyes, políticas y reglamentos en la alimentación escolar**

A pesar de que existen estrategias que promueven estilos de vida saludable al interior de las escuelas públicas de Chile los kioscos escolares venden una gran cantidad de alimentos altos en energía, un estudio demostró un aumento significativo en la compra de frutas, leche, yogur, refrescos y jugos light, frutos secos, emparedados saludables y helados sin grasa de los escolares de la escuela al ser intervenida con la implementación de un "Espacio Saludable" que incluía un kiosco (que ofertaba alimentos saludables), juegos, mesas y sillas y el personal capacitado en estrategias de marketing para promocionar el consumo de alimentos. El número total de escolares en estudio fue de 477 de 9 a 12 años de edad (291 de la intervención y 115 de la escuela de control). Las barreras identificadas para la compra de alimentos sanos fueron el aroma, sabor y baja disponibilidad ya que no hubo diferencias significativas en la cantidad de dinero disponible para comprar alimentos entre los niños de ambas escuelas. Por lo que Bustos, Kain, Leyton y Vio concluyen que el aumento en la oferta de alimentos saludables y la capacitación del personal del kiosco escolar junto a las estrategias de marketing aumentan significativamente el consumo de estos alimentos en la población escolar (Bustos et al, 2011)

Con el fin de conocer el impacto del programa de alimentación escolar en centros educativos públicos existente en El Salvador desde el año 2009, el cual surge a raíz de la política educativa Plan Social Educativos "Vamos a la Escuela", y su influencia en el aprendizaje de los alumnos, se realiza un estudio en una escuela Pública con una muestra de 73 escolares y 9 docentes y cuya implementación del programa de alimentación ha sido constante desde su creación. Se concluye que el

75,3% de los estudiantes encuestados en el centro escolar opinan que el Programa de Alimentación Escolar, el cual se enfatiza en promover durante los recreos refrigerios de alimentos saludables, los motiva asistir diariamente a clases que y que de igual manera contribuye significativamente en el aprendizaje. El 88.9% de los docentes coinciden con la mayoría de alumnos en manifestar que el Programa de Alimentación Escolar ha influido mucho en el aprendizaje y como resultado ha aumentado la matrícula en el Centro Escolar, ya que se ha demostrado que los alumnos fortalecen sus habilidades y destrezas en el aprendizaje durante la implementación del Programa (Rodríguez, Quintanilla, & Palacios, 2012).

En 2006 en Europa, la Organización Mundial de la Salud elabora estrategias para promover políticas de apoyo a una dieta saludable en los colegios, limitando la venta de productos ricos en grasa, sal y azúcares, y de fomento del ejercicio físico diario sin embargo es hasta el 2010 que en España se aprueba el Documento de consenso sobre la alimentación en los centros educativos (DoCACE), con criterios nutricionales para los alimentos y bebidas ofertados en los centros educativos (comedores, cafeterías y máquinas expendedoras), donde además establece que su supervisión se llevará a cabo por profesionales sanitarios con formación acreditada en dietética y nutrición humana. En el 2014 en 182 centros de enseñanza secundaria de la comunidad de Madrid, se realiza una investigación con el objetivo de establecer el grado de conocimiento y cumplimiento de las recomendaciones del DoCACE relativas a la calidad de los productos alimenticios ofertados y de si el centro dispone de un responsable de revisar el menú. El 65,5% de los centros desconocen el documento de consenso y el 70,3% tenía identificada a una persona del centro

responsable de supervisar los productos ofertados aunque la mitad de estas personas no cuentan con formación acreditada en dietética y nutrición. La oferta de arroz, pasta, pescados, huevos, ensalada y fruta fue inferior a la recomendada, y la de carne, guarniciones y otros postres fue superior. Se requieren programas de difusión e implementación de las recomendaciones del documento de consenso, contando con profesionales adecuadamente formados, para mejorar el valor nutricional del menú escolar (Berradre et al, 2014).

En Nicaragua al igual que en Costa Rica en los últimos años las cifras de sobrepeso y obesidad han aumentado, por lo cual el Ministerio de Salud de dicho país en el 2009 elabora la Guía de Nutrición e Higiene para Kioscos Escolares, con el fin de implementar y fortalecer la formación de hábitos alimentarios saludables en los estudiantes, sin embargo según la investigación realizada por Martínez, Lampin y Castillo, en el 2014, con el objetivo de identificar los conocimientos y prácticas sobre la Guía de Nutrición e Higiene, han pasado seis años desde su implementación en los centros educativos nicaragüenses y de acuerdo con los hallazgos encontrados tanto en los encargados como los dueños de los 42 kioscos escolares evaluados poseen bajo conocimiento con respecto a los términos de nutrición e higiene, en relación con las prácticas sobre la Guía de Nutrición e Higiene (Martínez, Lampin, & Castillo, 2015).

### **2.1.2 Análisis de artículos científicos a nivel nacional relacionados con la reglamentación de la alimentación escolar**

El mismo año en el cuál se empieza a implementar el Reglamento de sodas escolares, se realiza un estudio para conocer la opinión de 50 concesionarios de sodas escolares de centros públicos y privados de Gran Área Metropolitana con respecto a las implicaciones de la aplicación del Reglamento de Funcionamiento. El 56% de los propietarios de las sodas calificaron el Reglamento como muy importante, sin embargo indican que la medida no garantizará los buenos hábitos alimentarios en niños y jóvenes pues, según los encuestados, lo que falta es cultura, la cual viene y se aprende desde la casa. Los alimentos que más se venden en la soda, son los preparados (80%) de los cuales sobresalen frituras principalmente, empanadas, papas y tacos, así como sándwiches y hamburguesas. El 26% de los participantes indican que ofrecen alimentos saludables como frutas pero los niños no las compran y se desperdician. Esto evidencia que la mayor cantidad de ingresos en sodas escolares, se deriva de la venta de alimentos altos en grasa y azúcares y, casualmente, estos son los que tienen mayor restricción en el Reglamento lo que provoca entre los concesionarios preocupación por la disminución de ventas, aumento en los costos y despido de personal en su soda para poder compensar la disminución de ventas. Chávez recalca como conclusión de esta investigación la necesidad de que los responsables de los centros educativos intervengan con estrategias y capacitaciones que permitan aplicar el reglamento pero también permita flexibilidad en algunos de sus puntos para no afectar el sector. En cuanto a diferencias entre las sodas de centros públicos y privados se determina que los hábitos alimentarios en niños y adolescentes en centros privados son mucho mejores

que aquellos de centros públicos. Esto, principalmente, porque desde sus hogares cuentan con mejores hábitos y en los centros educativos hay mayor apertura a tener especialistas en nutrición, además de ofrecer a los menores productos más sanos, aunque un poco más caros (Chávez, 2011).

Con el fin de identificar el aporte nutricional de las meriendas al patrón alimentario de los escolares, se estudiaron 80 escolares costarricenses de primer a tercer grado. A través de un registro de consumo de tres días elaborado por los padres previamente capacitados y luego de varias visitas por semana al centro educativo para observar la oferta de alimentos en el kiosco escolar la cual se basa principalmente en alimentos pre envasados, golosinas y comidas rápidas; el porcentaje de niños y niñas que reportaron haber comprado alimentos en el kiosco escolar durante los días de registro fue menor al esperado, 11 niños de 80 en estudio. Según Ibarra, Llobet y Fernández esto podría deberse a información omitida por los niños o por el encargado de completar el registro ya que con lo observado no concuerda (Ibarra, Llobet, & Fernández, 2012)

La importancia de implementar estrategias educativas e innovadoras es fundamental para el desarrollo de hábitos alimentarios en los niños, tal como se demuestra en un estudio realizado en San José con 213 niños entre los 4 y 6 años, donde se mide la actitud (positiva, negativa o neutra) hacia los vegetales por medio de una entrevista, y el agrado sensorial que manifiesta la muestra a través de un panel antes y después de la exposición a la técnica educativa japonesa, esta consiste en una estrategia de animación a la lectura por medio de contar cuentos con temáticas de acuerdo a la intervención, conocida como Kamishibai. Después de 10

intervenciones en un espacio de juegos acondicionado para tal efecto en el salón de clases determina a partir de los resultados obtenidos, puede argumentarse que el uso del Kamishibai incrementó significativamente la opinión positiva y el agrado inicial hacia los vegetales en los menores (Chacón, Molina, & Ruíz, 2012).

En el 2014 se realiza una investigación tipo cualitativa durante 19 meses 6 horas al día 3 veces por semana en una escuela pública de la provincia de San José con el propósito de comprender las creencias sobre alimentación saludable que tiene la comunidad educativa principalmente las cocineras del comedor y los dependientes de la soda estudiantil, con respecto a los lineamientos técnicos oficiales sobre alimentación escolar, elaborados por el Ministerio de Educación Pública en coordinación con el Ministerio de Salud de Costa Rica. Tras un análisis exhaustivo de los menús del comedor y de la soda estudiantil de la escuela, y los documentos oficiales sobre la alimentación que debe brindarse en los centros educativos, según Programa de Alimentación y Nutrición del Escolar y del Adolescente (PANEA) se demostró un desconocimiento y una falta de implementación absoluta sobre las normativas de alimentación escolar dentro de la escuela, de acuerdo con lo expresado por la participantes, se puede afirmar que los puntos de vista subjetivos definen la calidad y la cantidad de alimentos que brinda la escuela a sus estudiantes tanto en la soda como en el comedor, a pesar de que existe un comité interno para atender los asuntos relacionados con la alimentación de la población estudiantil (Nuñez et al, 2014).

## **2.2 CONTEXTO TEÓRICO- CONCEPTUAL**

### **2.2.1 Conceptos básicos sobre alimentación y nutrición escolar**

El ser humano, como todo ser vivo, necesita energía para que el organismo funcione y para esto debe proporcionar a su cuerpo las sustancias requeridas, lo que se hace posible mediante la alimentación y nutrición, procesos que se describen a continuación:

#### **2.2.1.1 Alimentación**

Se define como alimentación al conjunto de procesos biológicos, psicológicos y sociológicos que permiten introducir en el organismo humano los alimentos o materias primas que precisa obtener para llevar a cabo sus funciones vitales. La alimentación es un acto voluntario que incluye varias etapas: selección, preparación e ingestión de los alimentos pues el individuo puede decidir el tipo y la cantidad de alimentos que va a consumir y depende de factores económicos (poder adquisitivo) psicológicos (estado de ánimo) culturales y sociales, religiosos, geográficos (disponibilidad de alimentos) y fisiológicos (edad) (Berardi & García, 2010).

#### **2.2.1.2 Nutrición**

La nutrición es un acto involuntario del cuerpo humano que se lleva a cabo en el ámbito celular en el cual se utilizan los nutrientes suministrados por la alimentación, para realizar sus funciones vitales. La nutrición incluye: digestión de los alimentos, absorción, metabolismo de los nutrientes asimilados y excreción de los desechos no absorbidos y de los resultantes del metabolismo celular por medio de la

orina, las heces, la piel o los pulmones. Al ser involuntaria y ocurrir después de la ingestión de los alimentos, la nutrición siempre dependerá de la calidad de la alimentación, lo que significa que es muy importante que la alimentación sea saludable (Palencia, sf).

### **2.2.1.3 Alimentación saludable**

Según se establece en las Guías Alimentarias para Costa Rica la alimentación saludable está constituida por alimentos frescos o procesados, inocuos, variados, en cantidad y calidad adecuados, que aportan los nutrientes, compuestos bioactivos y energía necesarios para alcanzar y mantener el adecuado estado nutricional; debe ser servida en un ambiente higiénico y de acuerdo con el contexto sociocultural de pertenencia (Ministerio de Educación Pública, 2013).

Para que la alimentación pueda ser considerada saludable, debe cumplir con las siguientes características:

- **Completa:** que incluya los diferentes grupos de alimentos (lácteos, carnes, huevos, frutas, vegetales, verduras y cereales de manera que el organismo obtenga la energía necesaria para poder realizar las actividades físicas, mentales, intelectuales y sociales diarias. Las necesidades de energía y nutrientes varían para cada individuo, de acuerdo con sus características y circunstancias particulares (Maurer, 2013).
- **Equilibrada:** que contenga todos los nutrientes (carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas y minerales) en cantidades necesarias para cubrir los requerimientos energéticos diarios (Valdivia et al, 2012)

- Suficiente: Se considera suficiente la alimentación que proporciona las cantidades óptimas de energía y nutrientes esenciales para la vida, es decir, las proteínas, grasas, carbohidratos, vitaminas, minerales y agua; así como la cantidad de fibra dietética necesaria para una correcta función intestinal (Polanco, 2005).
- Higiénica: que los alimentos tengan buena calidad y se preparen en un ambiente limpio e higiénico para prevenir enfermedades (Proaño, 2014).

## **2.2.2 Alimentación en los centros educativos**

### **2.2.2.1 Alimentación escolar**

La alimentación escolar se define como la provisión de alimentos por medio de comidas y meriendas a los estudiantes dentro del centro educativo (Programa Mundial de Alimentos, 2013) También se conoce como alimentación escolar los alimentos que consumen los niños en la escuela y forma parte de su alimentación diaria, pero que generalmente la calidad y la cantidad de esos alimentos no es la correcta. En los kioscos escolares se pueden encontrar alimentos con alto contenido energético y a pesar son de baja calidad nutricional, siguen siendo los preferidos por los niños, ya que están sustentados por una enorme carga publicitaria y si a diario, los niños consumen este tipo de comidas, sumado a la alimentación en el hogar y a la escasa práctica de algún deporte o actividad física, da como resultado un aumento de peso y la aparición de enfermedades como diabetes mellitus, colesterol, hipertensión arterial, entre otras (Polanco, 2005).

### **2.2.2.2 Edad escolar**

Para fines de esta investigación se utiliza el término edad escolar para referirse a todos aquellos individuos que por su edad son susceptibles de ser incluidos en cualquiera de los niveles del sistema educativo es una etapa que abarca desde los 4 años hasta los 18 años de edad, que se caracteriza por un crecimiento físico a un ritmo más lento que durante el primer año de vida y un importante crecimiento en las áreas social, cognitiva y emocional. Durante esta etapa los niños desarrollan mayor fuerza muscular y mejores habilidades motoras, que les permiten realizar movimientos más complejos. En cuanto al desarrollo cognitivo, los pensamientos empiezan a ser más racionales, diferenciando la fantasía de la realidad y su capacidad de concentración y comprensión aumentan. Y con respecto al desarrollo social y emocional las amistades adquieren mayor importancia y se convierten en un principal referente social. Y es la escuela precisamente el escenario de mayor exigencia social para los escolares, donde buscan demostrar y demostrarse a sí mismos que son capaces de ser aceptados por sus pares (Burgos, 2007).

La edad escolar es un tiempo en que los padres de familia pueden experimentar algunos problemas con respecto a la alimentación de sus hijos ya que estos pasarán más tiempo fuera del hogar y la provisión y supervisión de los alimentos que reciben satisfacción en esas horas se hará más difícil. Es en este período los niños escogen con mayor independencia que en la etapa preescolar, los alimentos que consumen durante su estancia en el centro educativo. Con este principio, conviene actuar para contrarrestar la tendencia que en la actualidad existe

entre las y los escolares, conocido como el fenómeno de “americanización” de la dieta (exceso en el consumo de alimentos ricos en proteínas y grasas) que muchos escolares adoptan con la permisividad de los padres y madres de familia, quienes asumen esta posición desde una perspectiva puramente consumista sin considerar criterios de salud. En esta etapa de la vida, se ha demostrado que muchos problemas de aprendizaje o aparentes dificultades propias de los síndromes de falta de atención que experimentan las y los niños en las aulas, se relacionan con dietas inadecuadas. Ante estas situaciones de riesgo alimentario nutricionales, cobra vital importancia en esta etapa de la vida, la promoción de adecuados hábitos alimentarios como uno de los componentes básicos en los procesos de formación en y desde los centros educativos, y no únicamente en el seno familiar (Mahan, Escott-Stump, & Raymond, 2013).

### **2.2.2.3 Objetivos de la alimentación del ser humano en edad escolar**

En la actualidad, los objetivos de la alimentación escolar se han ampliado, ya que no sólo pretende conseguir un crecimiento y desarrollo óptimo del escolar evitando la malnutrición tanto por déficit de nutrientes (desnutrición) o por exceso de exceso de los mismos (sobrepeso y obesidad), sino que también, busca crear hábitos alimentarios saludables en los escolares y así prevenir la aparición de enfermedades como diabetes infantil, enfermedades cardiovasculares como hipertensión inclusive muchos tipos de cáncer relacionados con el exceso peso y

grasa abdominal, tratando de conseguir una mejor calidad de vida (Nthabiseng & Groenewald, 2014).

También como coadyuvante en la lucha contra la discriminación social, conocida como bullying, la alimentación saludable en el ámbito escolar es herramienta fundamental para erradicar el bajo peso, desnutrición, sobrepeso y obesidad en los escolares y a la vez disminuir la prevalencia de baja autoestima, depresión y disminución del desempeño académico que rodea el ambiente escolar. Además, existe una asociación entre la obesidad en la infancia y adolescencia con una mayor probabilidad de desarrollar desórdenes alimenticios como bulimia y anorexia (Polanco, 2005)

Otro objetivo de la alimentación escolar es el crecimiento y desarrollo económico de los países. Ya que es en la escuela es donde se forjan los primeros pasos hacia un futuro profesional y la alimentación actúa como imán para atraer a los niños al salón de clases y representa un fuerte apoyo para alcanzar las metas educativas. El asegurar que las comidas suministradas dentro del ambiente escolar provean la nutrición que los niños necesitan para aprender y crecer es una inversión en el futuro del escolar (Programa Mundial de Alimentos, 2013).

Según Serafin la primera etapa del desarrollo físico, psíquico y social de la persona es la infancia, y la alimentación es uno de los factores más determinantes en el correcto crecimiento y desarrollo del ser humano, por eso la práctica de hábitos alimentarios adecuados desde edades tempranas permite a los niños crecer saludables y la salud se conoce como un estado completo de bienestar físico, mental

y social. No solo comprende la ausencia de enfermedad. Los factores determinantes de la salud son las circunstancias en las que las personas nacen, viven, trabajan y envejecen (Serafin, 2012).

#### **2.2.2.4 Requerimientos energéticos durante la edad escolar**

Los escolares se encuentran en una etapa de desarrollo y crecimiento por lo tanto necesitan más alimentos nutritivos en relación con su tamaño que los adultos. Los requerimientos nutricionales diarios varían de acuerdo con el crecimiento individual, el grado de maduración de cada organismo, la actividad física, el sexo y también de la capacidad para la utilización biológica de los nutrientes de los alimentos consumidos (Dirección de Economía Agrícola y del Desarrollo, 2006).

Las necesidades energéticas de los niños sanos están determinadas por el metabolismo basal y el gasto energético debido a la actividad física diaria. Entre los 6 y 18 años, las necesidades energéticas oscilan entre 1800-2000 kcal/día, con una distribución del 45 al 65% en forma de carbohidratos, de ellos, el 90 % carbohidratos complejos (cereales, tubérculos, leguminosas, frutas) y el 10 % en forma de azúcares simples., las grasas oscilan entre un 25 y un 35% de las cuales el 15 % deben ser mono insaturadas, 10 % poliinsaturadas y máximo un 10% de grasa saturada. En cuanto a la cantidad de proteína diaria, debe cubrir entre un 15 y 20 % del requerimiento energético diario (Mahan, Escott-Stump, & Raymond, 2013).

El consumo energético diario de un escolar debe estar distribuido en un mínimo de 5 tiempos de comida: Antes de ir a la escuela el desayuno es una de las comidas más importante del día y debería cubrir, al menos, el 20 a 25% de las

necesidades nutricionales de los niños en edad escolar. Un buen desayuno mejora el rendimiento en las actividades escolares. Las meriendas de la mañana o de la tarde son tiempos de comida entre el desayuno y el almuerzo o entre el almuerzo y la cena cuyo objetivo principal es mantener al cuerpo con la cantidad suficiente de energía para el buen funcionamiento del cerebro y del cuerpo y disminuir la sensación de hambre al almuerzo o cena y evitar atracones. Las meriendas deben cubrir de 10 a 15% de las necesidades nutricionales: la energía aportada por este refrigerio debe ser máximo 250 kcal. El Almuerzo y la cena deben cubrir entre 25 - 30% de las necesidades nutricionales diarias (Maurer, 2013).

#### **2.2.2.5 Alimentos en la dieta del escolar**

Los Productos lácteos durante la etapa escolar siguen siendo el alimento básico para una buena nutrición, ya que son fuente importante de calcio y vitamina D, nutrientes indispensables para mineralización y el mantenimiento adecuados de los huesos durante el crecimiento. La leche debe estar presente en el consumo diario al menos 2 vasos al día. Si la leche es rechazada por el niño puede ser reemplazada por derivados lácteos como yogurt o queso (Maurer, 2013).

Los productos cárnicos, pescados y huevo representan un importante aporte proteico en la dieta, debido a que contribuyen con cerca de 20% de la proteína, caracterizada por ser de eficiente absorción y buena calidad, el huevo contiene alrededor del 10% de proteínas. Las proteínas son fuente de aminoácidos y nitrógenos necesarios para las síntesis de compuesto tales como proteína corporales, péptidos, ácidos nucleico y creatinina. Algunas proteínas y péptidos

tienen funciones importante como enzimas, hormonas y proteínas trasportadoras de diversas sustancias. En forma de lípido las proteínas participan en el trasporte de triglicérido, colesterol, fosfolípido, ácidos grasos libres, bilirrubina, minerales, vitaminas liposolubles. Además, los alimentos de origen animal son una buena fuente de calcio, hierro, fósforo, vitaminas del complejo B, en particular vitamina B 12 y zinc (Maurer, 2013)

Los cereales son muy recomendables en la alimentación diaria de los escolares, ya que se consideran fuente de energía inmediata por su alta composición en carbohidratos. Las legumbres constituyen una fuente de fibra alimentaria, junto con su aporte de carbohidratos y proteína (proteínas de bajo valor biológico). Cuanto mayor sea la cantidad de fibra ingerida, mayor debe ser la ingesta de agua, para asegurar un tránsito intestinal adecuado (Berardi & García, 2010).

Los vegetales y hortalizas aportan gran cantidad vitaminas hidrosolubles y la mayor parte de los minerales y oligoelementos. Así como fibras vegetales, necesarias para el tránsito intestinal. Deben estar siempre en la alimentación diaria, tanto crudas como cocidas. Y las frutas contienen pocas calorías debido a su aporte de carbohidratos y cantidades tan pequeñas de grasa y proteínas que no son considerables, sin embargo son muy altas en micronutrientes y con un alto contenido de agua (70%), además, las frutas enteras o picadas son fuentes de fibras dietéticas, como la celulosa, hemicelulosa, pectina y protopectina, residuos de los alimentos vegetales, que favorecen las funciones de digestión, propiedad que se pierde cuando las frutas se consumen en forma de jugos (Ventura, Cunha, Stedefeldt, & Rosso, 2015).

### **2.2.2.6 Factores que afectan la alimentación durante la edad escolar**

Los hábitos alimentarios empiezan a formarse desde el momento del nacimiento y se desarrollan concretamente durante la etapa escolar. Los hábitos alimentarios son el resultado del comportamiento de las personas en el momento de preparar y consumir los determinados alimentos como parte de sus costumbres sociales, culturales y religiosas, y que está influenciado por múltiples factores como los socioeconómicos, culturales y geográficos. En la primera infancia la alimentación está determinada principalmente por los alimentos ofrecidos por la familia, escuela y colegio, ya que es donde conviven todos los días desarrollando su proceso de socialización y aprendizaje diario (Valdivia et al, 2012).

Entre los factores más más influyentes en la alimentación escolar destacan:

Condición sociodemográfica: La condición sociodemográfica abarca componentes como ubicación geográfica, cultura, religión, nivel educativo e ingresos económicos, los cuales influyen de manera determinante en el número de comidas que hace la familia, el horario de las mismas y el tipo de alimentos que consumen. El nivel de educación de la población, influye en desarrollo de hábitos alimentarios, debido que a mayor desconocimiento o menor educación, menos interés por la buena alimentación, y el estado nutricional, especialmente de los escolares, se ve deteriorado. Para el desarrollo de hábitos alimentarios saludables es indispensable que exista seguridad alimentaria, la cual se da cuando todas las personas tienen en todo momento acceso físico y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos

para satisfacer sus necesidades alimenticias y sus preferencias en cuanto a los alimentos a fin de llevar una vida activa y sana sin dejar de la lado los conocimientos y la educación adecuada para alimentarse (Dirección de Economía Agrícola y del Desarrollo, 2006)

Entorno familiar: La familia representa la principal influencia en el desarrollo de los hábitos alimentarios en los escolares, los padres, hermanos o familiares con quienes convivan, se convierten en modelos a seguir para el escolar y sus actitudes con respecto a la alimentación pueden ser fuertes factores predictivos de los gustos alimentarios y de la complejidad de la dieta del escolar. Los niños y jóvenes no cuentan con una capacidad total para elegir una dieta nutritiva y equilibrada; pueden elegirla solo si le ofrecen durante el tiempo de comida opciones de la misma. Por otra parte la costumbre de comer juntos en familia es cada día menos habitual al igual que el tiempo que se dedica a planificar y preparar las comidas familiares provocando comidas apresuradas y un ambiente frenético por comer demasiado deprisa y debido limitaciones de tiempo, las comidas familiares suelen incluir más platos precocinados o de comida rápida. La frecuencia con la que los escolares comen con su familia disminuye con la edad. Se ha observado que los adolescentes que comen en familia muestran un mejor rendimiento académico y son menos propensos a caer en conductas de riesgo como el consumo de alcohol y de tabaco que los que no comen asiduamente con su familia. El desarrollo de patrones de alimentación saludables en las comidas familiares durante la etapa escolar mejora la probabilidad de que los individuos opten por consumir alimentos nutritivos en la edad adulta. Las comidas familiares no solo favorecen la comunicación entre los

adolescentes y sus padres, sino que, además, proporcionan un entorno ideal en el que estos últimos pueden dar forma a opciones saludables en lo referente a lo que comen y beben sus hijos y promover buenas actitudes en relación con la comida (Piaggio, et al 2011).

Tendencias sociales: muchas mujeres con niños en edad escolar trabajan fuera de casa, lo que aumenta la posibilidad que los escolares realicen uno o varios tiempos de comida en el centro educativo, donde deberían tener acceso a comidas nutritivas servidas en un ambiente saludable y seguro, que favorezca un crecimiento y un desarrollo sanos. Sin embargo la calidad de las comidas y meriendas que se ofertan en el ambiente escolar no siempre son saludables, lo que dificulta la buena alimentación. La mayoría de familias monoparentales bajo la responsabilidad de una mujer, tienen ingresos más bajos y disponen de menos dinero para todos los gastos, incluida la comida, lo que incrementa la inseguridad alimentaria, asimismo, el riesgo de que los niños desarrollen malnutrición (Burgos, 2007)

La influencia entre iguales: Al crecer el niño, su mundo se amplía y sus contactos sociales cobran importancia desencadenando rechazo repentino de un alimento o a la petición de otro que en ese momento es popular entre los amigos. Asimismo, la decisión de quedarse a comer en el centro educativo puede verse dirigida más por los amigos que por los alimentos ofertados (Restrepo, 2003)

Enfermedades: Los niños enfermos suelen perder el apetito y su ingesta alimentaria suele ser limitada. Las enfermedades agudas bacterianas o víricas son, a menudo, de corta duración, pero pueden requerir un aumento de líquidos, proteínas y

otros nutrientes. Los trastornos crónicos, como el asma, la fibrosis quística o la enfermedad renal crónica, pueden dificultar la obtención de nutrientes suficientes para un crecimiento óptimo. Los niños con este tipo de trastornos son más propensos a tener problemas de conducta relacionados con los alimentos. Los niños que requieren dietas especiales por ejemplo los que padecen diabetes no solo tienen que atenerse a las limitaciones de alimentos permitidos, sino que, además, han de enfrentarse a cuestiones de independencia y de aceptación de los iguales según van creciendo. En este sentido, es característico cierto grado de rebeldía contra la dieta prescrita, especialmente cuando los niños se acercan a la pubertad (Mahan, Escott-Stump, & Raymond, 2013).

Cambios psicológicos: La edad escolar aparece a menudo descrita como una etapa de conducta irracional y a menudo la comida es utilizada como herramienta para ejercer dicha autonomía. Por ejemplo los adolescentes pueden optar por hacerse vegetarianos para diferenciarse de sus padres, consumidores de carne, o para manifestar su preocupación moral y ética en relación con el bienestar animal o el medio ambiente (Burgos, 2007). La comida rápida es un fuerte factor social para escolares, pues los diferencia de sus padres y de generaciones mayores. Saltarse alguna comida es una conducta frecuente entre los escolares y que aumenta durante esta etapa de la vida, porque los chicos tienden a dormir más, tratan de perder peso restringiendo su ingesta calórica y han de habituarse a gestionar su ajetreada vida. El desayuno es la comida que se saltan con mayor frecuencia, costumbre asociada a salud deficiente, falta de concentración y disminución de rendimiento escolar (Berardi & García, 2010). Los escolares que se saltan alguna comida suelen picar algo entre

horas para saciar el hambre, en lugar de comer a la hora adecuada. Dado que los escolares pasan mucho tiempo en el centro educativo, los alimentos listos para su consumo disponibles en los recintos escolares y en los alrededores tienen una gran influencia en sus patrones de consumo alimentario por su bajo precio, fácil acceso y el sabor. Se entiende como alimentos listos aquellos que pueden adquirirse en máquinas expendedoras, tiendas y puestos instalados en las escuelas, restaurantes de comida rápida y pequeños comercios de alimentación. Estos alimentos preparados suelen ser pobres en vitaminas, minerales y fibra, pero ricos en calorías, grasas añadidas, edulcorantes y sodio (Macías, 2012).

Medios de comunicación y publicidad: Se define la publicidad como un sistema de comunicación, que permite reconocer productos y estimular su compra y su consumo. La publicidad se ha visto favorecida por: aumento de la oferta de productos y bienes de consumo que genera el mercado, el aumento del nivel de vida de la población, la tendencia a considerar que consumir más significa mejor (Martínez, Lampin, & Castillo, 2015). La publicidad dirigida a los escolares se ha convertido en un negocio multimillonario, las compañías de comidas y bebidas promocionan sus productos utilizando diferentes técnicas incluida la publicidad en televisión, la comercialización en las escuelas y los patrocinios, tomando en cuenta las horas al día que pasan los escolares interactuando con los medios de comunicación y expuestos a contenido publicitario. Hoy en día la mayoría de escolares tiene acceso a televisión e internet en su habitación lo que ha aumentado también la capacidad de los publicistas para influir en sus conductas alimentarias. Se estima que los escolares

ven más de 28 000 anuncios de televisión al año y más de 217 horas de publicidad (Letona, 2013).

## **2.2.3 Servicios de alimentación escolar**

### **2.2.3.1 Papel de la comunidad educativa en la alimentación escolar**

La comunidad educativa está constituida por todas aquellas personas participantes en el proceso educativo o que coadyuvan, en una relación directa o indirecta, con el centro educativo. Implica un concepto sociológico dinámico en el cual intervienen las personas relacionadas con el hecho educativo: docentes, estudiantes, padres y madres de familia, personal administrativo (dirección, asistente de dirección, conserjes, guardas, personal de mantenimiento) así como los gobiernos locales y las organizaciones comunales y sociales que representan las fuerzas vivas de la comunidad.

La escuela es un ámbito que puede contribuir a la adquisición de hábitos alimentarios que favorezcan un estilo de vida saludable. La participación de la comunidad educativa incluyendo a las personas encargadas de la venta de alimentos en el ámbito escolar es una herramienta esencial en este proceso (Moore, Tapper, & Murphy, 2009). Los centros educativos se convierten en el “segundo hogar” de la población escolar, de ahí la importancia de considerar esta instancia como una entidad básica de socialización de esta población, representando una

oportunidad única en la infancia y adolescencia para promover el crecimiento armónico, desarrollar potencialidades, hacer ajustes positivos en la personalidad, fomentar conductas protectoras ante la enfermedad y fortalecer habilidades que les permitan responder asertivamente ante las condiciones del entorno en que se desenvuelven (Arce & Claramunt, 2009).

En tarea de la comunidad educativa el aprendizaje y el desarrollo intelectual del escolar, pero el centro educativo no puede obviar las necesidades emocionales y físicas de la población estudiantil. La escuela es el lugar idóneo para la promoción de estilos de vida saludables, ya que prácticamente la totalidad de niños acuden a la escuela, se encuentran en una edad de fácil asimilación de la información (Pérez, 2001).

Las instituciones educativas pueden influir en la salud de los niños y adolescentes a través de la creación de espacios saludables y de la educación básica que promueva la salud debido al tiempo que pasan los alumnos en la escuela moldeando sus comportamientos, actitudes y preferencias (Jomaa, McDonnell, & Probart, 2011).

#### **2.2.3.2 Soda escolar**

La soda escolar es un espacio físico ubicado dentro de la institución educativa donde se manipulan, almacenan, elaboran, suministran o venden alimentos para el consumo directo de la comunidad educativa, donde se debe poner en práctica los contenidos educativos que se imparten en la escuela sobre nutrición. Las sodas escolares deben servir como medio publicitario para el consumo de alimentos

nutricionalmente saludables, en el cual se brinda la oferta de alimentos sanos e inocuos, se implementan normas sanitarias de control y calidad de alimentos y además tiene el objetivo de promover estilos de vida saludables en la población escolar (Ministerio de Educación Pública, 2013).

Una soda escolar saludable brinda los siguientes beneficios: Promueve el consumo de alimentos saludables y nutritivos, fomenta la toma de conciencia de una adecuada alimentación, brinda una alternativa saludable dentro de las instituciones educativas y posiciona y aumenta la demanda de productos naturales, nutritivos y saludables mejorando los hábitos de alimentación (Valdivia et al, 2012)

Las sodas escolares también conocidas como kioscos escolares se categorizan de acuerdo a las condiciones de infraestructura y equipamiento con las que cuenta para elaborar, almacenar y expender alimentos dentro del ámbito escolar. Las categorías son las siguientes:

Kiosco básico: Carente de acceso a agua potable, lavamanos, desagües y presenta instalación eléctrica limitada solo a iluminación. Este tipo de kiosco expende alimentos y bebidas exclusivamente en envase industrial que no requieren conservación en frío o calor, debidamente rotulados según la legislación vigente (Maurer, 2013).

Kiosco bufete: este cuenta con agua potable y energía eléctrica con las instalaciones adecuadas y debidamente autorizadas. No cuenta con área de preparación de alimento pero sí con de frío para mantener los alimentos a las temperaturas adecuadas. Por lo tanto se pueden expender alimentos perecederos (requieren refrigeración para su conservación) pero no elaborar comidas en el mismo

ni fraccionar alimentos, por carecer de la infraestructura y equipamiento necesarios para tal fin (Maurer, 2013).

Kiosco cantina: cuenta con agua potable y energía eléctrica con las instalaciones debidamente autorizadas. Tiene unidades de frío y unidades de calor por lo tanto está capacitado para para preparar, fraccionar y vender alimentos elaborados en el mismo local que tendrán una vida útil de hasta 24 horas, manteniendo la cadena de frío correspondiente. Para esto resulta necesario identificar a los alimentos con su fecha de elaboración (Maurer, 2013)

#### **2.2.4 Los reglamentos de la empresa en el desempeño laboral del empleado**

Según (Portabella, 2015) un reglamento es el conjunto sistemático de normas elaboradas con o sin participación de los trabajadores y dictadas para ordenar internamente la empresa, por lo tanto, los reglamentos, que rigen en el que hacer de la empresa son una herramienta muy importante, ya que regulan las relaciones internas de la empresa con el trabajador lo que es indispensable para resolver conflictos que se puedan presentar dentro de la empresa, ya que sería muy difícil sancionar a un trabajador por algún acto impropio, sino existe alguna normativa que justifique la sanción.

Toda empresa requiere sin importar su número de empleados ni a lo que se dedica brindar al empleado de nuevo ingreso una inducción antes de empezar a laborar, en la que se ofrezca información relevante de la organización, principalmente los reglamentos por los que se rige y sus derechos y obligaciones como trabajadores, así como de las actividades en las que participará. La inducción se

define como el conjunto de actividades que se realizan dentro de la administración de personal con el objeto de guiar, orientar e integrar al elemento nuevo al ambiente de trabajo o también que son todas aquellas actividades que se deben de realizar, con el fin de orientar e integrar al nuevo trabajador con su ambiente laboral y sus compañeros de trabajo (Portabella, 2015).

El desconocimiento de los reglamentos de la empresa puede afectar en forma negativa la eficiencia así como satisfacción laboral del empleado, por lo que la propia organización debe preocuparse por informar al respecto a todos los nuevos colaboradores, y establecer planes o programas cuyo objeto sea acelerar la integración del individuo, en el menor tiempo posible, al puesto, al jefe, al grupo de trabajo y a la organización en general, con tal de que el empleado tenga una actitud positiva en sus horas laborales incrementando las posibilidades que realice su trabajo de manera correcta con un sentimiento de pertenencia y orgullo hacia la empresa (Corral, Gil, Velasco, & Serrano, 2011).

La capacitación del personal es un instrumento administrativo que logra influir positivamente en la eficiencia y satisfacción del empleado debido a que facilita la adaptación del mismo hecho que influye significativamente en la decisión de abandonar o no la empresa. Cuando se necesita una rápida familiarización con los procesos y procedimientos en el puesto, la persona tiende a renunciar al sentirse incapaz si no recibió una buena inducción, y eso es precisamente lo que se debe evitar, al brindarle al nuevo empleado, la confianza y seguridad a través de una buena inducción (Corral, Gil, Velasco, & Serrano, 2011).

#### **2.2.4.1 Reglamento para el funcionamiento y administración del servicio de soda en los centros educativos públicos**

En enero del 2012, se promulgó el “Reglamento para el funcionamiento y administración del servicio de soda en los centros educativos públicos” elaborado por el Ministerio de Salud, el Ministerio de Educación y con el apoyo de los profesionales del Instituto Costarricense de Investigación y Enseñanza en Nutrición y Salud (INCIENSA) con una gradualidad de tres años para alcanzar las metas, en particular en lo referido a los contenidos de azúcar, grasa, sodio y en las calorías con el propósito que las industrias fueran ajustando su oferta (Ministerio de Educación Pública, 2013).

El objetivo principal de este reglamento es promover la salud de la comunidad educativa mediante el desarrollo y mantenimiento de hábitos alimentarios saludables, como parte del proceso formativo integral a partir de la experiencia vivencial en el centro educativo público, todo sobre la base del interés público. Este Reglamento debe ser aplicado todos los servicios de sodas o expendios de alimentos instalados en los centros o instituciones educativas públicas de preescolar, primaria y secundaria dentro del territorio nacional y de igual manera se recomienda su aplicación en sodas o expendios de alimentos instalados en centros educativos privados (Ministerio de Educación Pública, 2013).

Entre las partes más importantes que abarca este Reglamento, se destaca el capítulo III titulado “De la alimentación en el servicio de soda”, donde se estipulan los artículos correspondientes a la oferta alimentaria, preparación de alimentos y venta

de alimentos pre-envasados, permitida en el ámbito escolar. En los servicios de soda o expendios de alimentos de las instituciones educativas públicas se debe vender alimentos que propicien una alimentación saludable de acuerdo con lo establecido en las Guías Alimentarias de Costa Rica (Ministerio de Educación Pública, 2013).

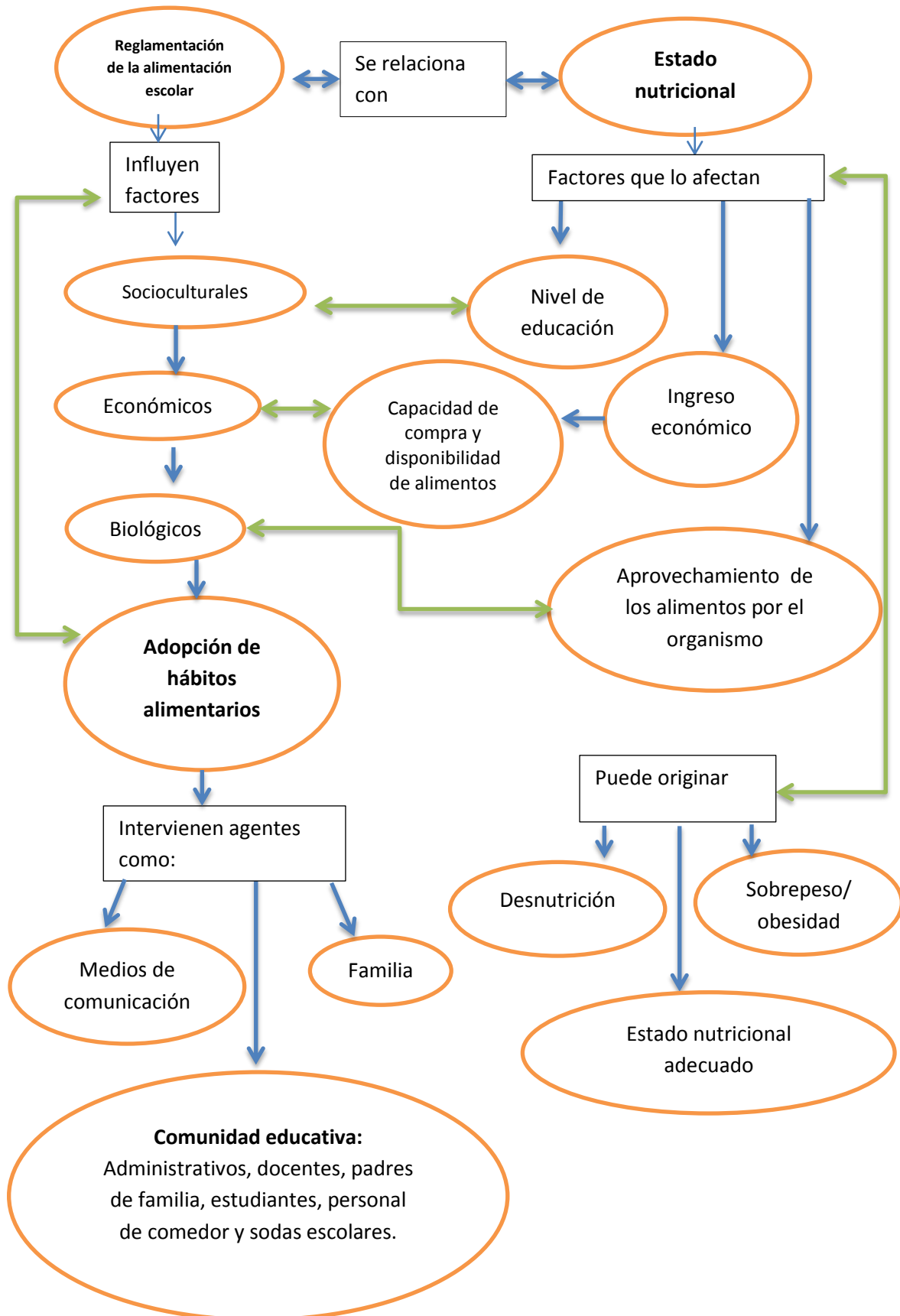
Y con respecto a los entes y órganos de control, todo el servicio de soda implicará el control del Ministerio de Salud así como del Ministerio de Educación Pública a través del Director Institucional, el Supervisor de Centros Educativos, el Comité de Salud y Nutrición y la respectiva Junta de Educación o Administrativa

Según lo estipulado en el reglamento en cada centro educativo que exista una soda o expendio de alimentos, se debe existir un Comité de Salud y Nutrición, conformado, al menos, por las siguientes personas: Un representante del personal docente de cada ciclo, designado por el Director del Centro Educativo, un representante del Patronato Escolar o de la Asociación de Padres de Familia, un representante del Gobierno Estudiantil y un miembro de la comunidad seleccionado por los otros miembros del Comité de Salud y Nutrición (Ministerio de Educación Pública, 2013).

El Comité de Salud y Nutrición, tendrá una vigencia de un año y deberá ser integrado durante el primer mes lectivo de cada año escolar. Una de las funciones principales será la de velar porque el concesionario de la soda cumpla con las disposiciones del contrato y las regulaciones complementarias, manuales y demás instrumentos técnicos que emita el Ministerio de Educación Pública. Cuando el Director de la Institución, tenga noticia de alguna irregularidad en la prestación del

servicio de soda, sea por eventuales incumplimientos a los deberes formales del concesionario o de problemas en la alimentación o trato que se brinda en el servicio de soda, se debe preparar un informe y remitirlo de forma inmediata a la Junta de Educación o Administrativa que corresponda y al Supervisor de Centros Educativos, con el fin de que se tomen las medidas pertinentes (Ministerio de Educación Pública, 2013) . En el siguiente mapa conceptual se resume la interrelación de los conceptos teóricos expuestos asociados a la reglamentación de la alimenta escolar:

## MAPA CONCEPTUAL N° 1 Relaciones teóricas sobre la reglamentación de la alimentación escolar



Elaboración propia

En el mapa conceptual anterior se muestra que teóricamente el asunto de la reglamentación de la alimentación escolar influye en los factores socioculturales, biológicos y económicos que determinan la adopción de hábitos alimentarios junto con otros, agentes como la familia, los medios de comunicación y la comunidad educativa conformada por administrativos, docentes, padres de familia, estudiantes y personal de comedor y soda escolar, todo lo cual se tiene que ver afectado positivamente por la reglamentación del servicio de sodas escolares en cuanto a que el conocimiento de este reglamento mejora las actitudes y prácticas del personal de sodas escolares con respecto al mismo y a la consecución de mejorar la calidad de vida del estudiante.

## **2.3 FORMULACIÓN Y JUSTIFICACIÓN DE HIPÓTESIS**

### **2.3.1 Formulación de la hipótesis**

Los antecedentes y teoría presentados líneas atrás permiten formular como hipótesis de esta investigación que los conocimientos del personal de sodas escolares, con respecto al Reglamento, son regulares. El punto de vista de acuerdo con el Reglamento sobre la selección y preparación de alimentos así como los criterios establecidos para normalizar la venta de productos pre envasados es de aceptación por lo postulado en el mismo. Sin embargo, el tipo de prácticas realizadas por el personal de la soda reflejan posturas en contra del reglamento, ya que no cumplen con lo establecido. Porque ven en la soda escolar solamente un negocio y lo hacen funcionar separado del que hacer formador de la escuela aunque esté ubicada dentro de ella y sea el servicio de alimentación más frecuentado para el

consumo de alimentos por parte de los estudiantes, docentes y el personal administrativo.

Al ser Esparza un Cantón que cuenta con un alto porcentaje de alfabetización y con una gran variedad de clase socioeconómicas, de las cuales predomina la clase media, se supone que el tipo de alimentación inculcada por la sociedad a los niños y jóvenes es la adecuada, y que la selección de alimentos para consumo dentro del centro educativo es de alta calidad nutritiva (Municipalidad de Esparza, 2014).

Esparza cuenta con oficinas del Ministerio de Educación y Ministerio de Salud, no obstante, la falta de supervisión del cumplimiento del Reglamento ha influido de manera negativa en los conocimientos, actitudes y prácticas del personal con respecto al mismo (Municipalidad de Esparza, 2014; Letona, 2013). Por lo tanto, las creencias del personal de soda y los administradores de los centros educativos son las que rigen el funcionamiento del servicio de alimentación.

### **2.3.2 Justificación de la hipótesis**

Suele suceder que en las escuelas, las normativas y políticas de alimentación se basan en las creencias de la comunidad educativa y son estas las que rigen el que hacer escolar en cuanto a la alimentación en el comedor y la soda estudiantil (Nuñez et al, 2014). En varias ocasiones, dentro de la comunidad educativa la soda escolar es considerada un negocio, en el cuál no importa si el producto en venta, es nutritivo o no, pues la soda al ser concebida solamente como un negocio la rentabilidad siempre será lo importante y no la calidad de la alimentación que se expende (Letona, 2013). (Chávez K. , 2011) concluye en su

investigación que la mayoría de empresarios de sodas o cafeterías en centros educativos se verán afectados con la implementación de un nuevo Reglamento que se fundamenta en la aplicación de ciertas disposiciones drásticas en el sector educativo. Además, pone en evidencia que, a pesar de que un alto porcentaje de los empresarios indicó que esta es una muy buena iniciativa para promover los hábitos alimentarios en los niños, también son conscientes que las medidas dispuestas en dicho reglamento pueden causar mucho daño a su negocio, especialmente en el ámbito económico y social, pues es un reglamento que no tiene por qué garantizar que las cifras y la realidad respecto al tema de nutrición escolar cambie, pues es algo que no depende totalmente de ellos.

## **CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO**

### **3.1 TIPO DE ESTUDIO**

La investigación presenta un enfoque cuantitativo, como su nombre lo indica, se centra en la recolección de cantidades numéricas, que a través de un análisis estadístico de los datos se puede obtener la verificación y comprobación de teorías planteadas en la hipótesis de la investigación. Se utilizan instrumentos de recolección de datos que son sometidos a pruebas de validación y confiabilidad, que por sus características permiten la obtención de resultados objetivos.

Este estudio es de tipo transversal ya que se recolecta información, sobre los conocimientos, actitudes y prácticas del personal de sodas escolares con respecto al Reglamento para el Funcionamiento y Administración de Sodas Escolares, en un solo momento, en un punto específico de tiempo (durante el segundo semestre del año 2016). Esta investigación no involucra seguimiento. Se pretende que los datos recolectados sean útiles, para evaluar necesidades de la población y para el planteamiento de una solución.

La investigación tiene un análisis estadístico descriptivo, donde se observa y analiza cada una de las variables (conocimientos, actitudes y prácticas del personal en sodas escolares) y se determinan frecuencias en una población definida. Y como su nombre lo indica se describe y se resumen el total de datos recolectados a través de observaciones estructuradas o en las entrevistas estructuras realizadas al personal de sodas escolares de los centros educativos en el cantón de Esparza, Puntarenas, como insumo para la elaboración de un programa educativo que permita la correcta aplicación del Reglamento.

## **3.2 ÁREA DE ESTUDIO**

### **3.2.1 Descripción del área de estudio**

El cantón de Esparza cuenta con un alto índice de alfabetización de 98,9% (Instituto Nacional de Estadística y Censos, 2011) y cuenta con una totalidad de 45 instalaciones educativas a nivel escolar y colegial entre públicas y privadas de las cuales solo 15 cuentan con servicio de soda escolar. Estos servicios están dirigidos por sus concesionarios que son las personas que hacen el contrato con la junta directiva del centro educativo, una vez al año el centro educativo debe abrir un concurso para licitar por el alquiler de la soda escolar, lo recaudado con el alquiler debe ser invertido en el abastecimiento de alimentos o materia prima que necesite el comedor escolar según lo estipulado por el Ministerio de Educación. Las ganancias económicas que provengan de la venta de productos en la soda escolar son del concesionario y dueño. A pesar que la soda escolar es un servicio privado dentro de la escuela, se encuentra bajo el mando de la administración del centro educativo, por lo tanto debe de cumplir el reglamento para su funcionamiento y administración promulgado por el MEP, de lo contrario la máxima autoridad (Director o directora de la institución) tiene la obligación de anular el contrato de manera inmediata. En las sodas trabajan entre 2 a 5 personas que son contratadas por el concesionario, dependiendo de la cantidad de escolares en el centro educativo. Las sodas trabajan en el mismo horario que el centro educativo. La manera en la que se abastecen de materia prima para preparar alimentos o vender alimentos procesados varía mucho entre una y la otra. La mayoría cuentan con proveedores de casas comerciales que los visitan entre una o dos veces por semana.

### 3.2.2 Descripción de la población

La población de esta investigación son todas las personas que laboran en las sodas escolares de los 15 centros educativos de enseñanza escolar y colegial en horario diurno que cuentan con soda escolar en el cantón de Esparza, Puntarenas y suman una cantidad de 55 empleados de soda escolar.

Debido a que el cantón de Esparza se caracteriza por ser una zona semirural y la cantidad de centros educativos con servicio de soda escolar son pocos, se trabajará con la totalidad de los mismos y todos los empleados, que son 55 personas.

A continuación se especifica que centros educativos y cuantas personas por soda escolar participan en la investigación:

#### CUADRO N°1 Centros educativos del cantón de Esparza Puntarenas que participan en la investigación

CENTROS EDUCATIVOS PÚBLICOS				CENTROS EDUCATIVOS PRIVADOS	
Nivel escolar		Nivel colegial		Nivel escolar y Nivel colegial	
Escuela	Personal	Colegio	Personal	Colegio	Personal
Escuela de Marañonal	5	Liceo Emiliano Odio Madrigal	5	Colegio Santa Sofía	3
Escuela de la Riviera	4	Liceo Diurno de Esparza	5	Colegio Sancti Spiritus	3
Escuela Arturo Torres	5	Colegio Técnico Profesional de	4		

		Esparza			
Escuela Heriberto Zeledón	2				
Escuela José Francisco Pérez	3				
Escuela El Barón	3				
Escuela de Mojón	4				
Escuela de Juanilama	3				
Escuela San Juan Chiquito	3				
Escuela Manantial de Vida	3				
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>		<b>14</b>		<b>6</b>

### 3.2.3 Criterios para la selección de del personal participante

#### 3.2.3.1 Criterios de inclusión

El personal de soda escolar que se incluye en esta investigación se selecciona de acuerdo con los siguientes criterios:

- Ser mayor de edad. ( $\geq 18$  años)
- Nacional o extranjero
- Hombres o mujeres
- Mujeres embarazadas o no embarazadas

- Solteros, casados o divorciados
- Firmar el consentimiento informado
- Con más de dos meses (> 60 días) de laborar en la soda escolar.
- Trabajar un mínimo de 6 horas diarias 3 veces por semana en la soda escolar.
- Poseer el carnet de Manipulación de Alimentos.

#### 1.2.3.2 Criterios de exclusión

Se excluye de la investigación al personal de soda escolar que presente las siguientes características:

- Estar ausente el día en que se realiza la entrevista
- Carnet de manipulación de alimentos otorgado por el Ministerio de Salud no vigente

### 3.3 DESCRIPCIÓN DE VARIABLES

**Condición sociodemográfica:** caracterización propia sobre la edad, el sexo, la escolaridad, la precedencia y el tiempo de laborar en la soda escolar de los participantes.

**Grado de Conocimiento del Reglamento:** Nivel de comprensión en cuantos aspectos básicos del Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares.

**Tipo de Actitudes:** Punto de vista de aceptación o rechazo de los diferentes aspectos del Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares.

**Tipo de prácticas del Reglamento:** Diferentes rutinas manifestadas por el personal a cargo de la soda escolar con respecto al Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares.

### 3.4 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

A continuación se presenta la tabla de operacionalización de cada una de las variables del estudio:

**Tabla N° 1 Operacionalización de variables**

Objetivo específico	Variable	Definición conceptual	Dimensión	Definición operacional	Indicadores	Nivel de medición	Análisis estadístico
Determinar la condición sociodemográfica del personal de las sodas escolares en estudio mediante el empleo de entrevistas.	Condición sociodemográfica	Caracterización propia sobre la edad, el sexo, la escolaridad, antecedentes patológicos personales y familiares, la procedencia y el tiempo de laborar en la soda escolar de los participantes.	-Edad	Registro en la hoja de recolección de datos sociodemográficos mediante entrevista estructurada.	Años	Ordinal	Moda: Edad que más se repite entre los participantes
			- sexo		Masculino Femenino	Nominal	Porcentaje de sexo de los entrevistados
			-Procedencia		Zona rural Zona semirural	Nominal	Porcentaje de procedencia de los participantes
			- Escolaridad		Primaria incompleta Primaria completa Secundaria incompleta Secundaria completa Nivel Superior	Ordinal	Moda: Nivel de escolaridad que más se repite entre las unidades de análisis
			-Antecedentes			Nominal	Moda:

			patológicos personales y familiares   -Tiempo de laboral en soda escolar		Diabetes Hipertensión Cáncer Dislipidemias   <5 años 6-10 años >10 años	Ordinal	Antecedentes patológicos personales y familiares que más se repite entre las unidades de análisis   Porcentajes de rangos de años laborados en la soda escolar
Identificar el grado de conocimiento del personal de las sodas escolares con respecto al Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares, mediante una entrevista.	Grado de conocimiento del Reglamento	Nivel de comprensión en cuantos aspectos básicos del Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares.	-Nivel de comprensión  Alto Medio  Bajo:	Registro mediante la aplicación de entrevista dirigida a los dueños y personal de las sodas escolares	Categoría de nivel de comprensión	Nominal	Porcentajes en cada nivel de comprensión
Identificar el tipo de actitudes del personal de las sodas escolares con respecto al Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares, mediante una entrevista	Tipo de Actitudes con respecto al reglamento	Punto de vista de acepto o rechazo de los diferentes aspectos del Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares.	-Aceptación de los diversos aspectos del Reglamento: actitud positiva  -Rechazo de los diversos aspectos del Reglamento: actitud Negativa	Registro mediante la aplicación de escala tipo Likert dirigida a cada uno de las personas que labra en la soda escolar	Categoría del nivel de aceptación  Categoría del nivel de rechazo	Nominal	Porcentaje de cada punto de vista con respecto a reglamento según nivel de aceptación o rechazo
Identificar el tipo de prácticas del personal de las sodas escolares con respecto al Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares, mediante una entrevista.	Tipo de prácticas con respecto al reglamento	Diferentes rutinas manifestadas por el personal a cargo de la soda escolar con respecto al Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares.	Rutina a favor del Reglamento  Rutinas en contra del Reglamento	Registro de prácticas mediante la aplicación de entrevista.	Si cumple Reglamento  No cumple el Reglamento	Nominal	Porcentajes de posturas verbales o no verbales a favor o en contra del reglamento.

## **3.5 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

### **3.5.1 Técnicas de investigación**

Para la recolección de la información se utiliza la entrevista estructurada que se aplica a través de un instrumento a los participantes de la investigación.

A partir de la entrevista estructurada se definen problemas y potencialidades acerca de los conocimientos, actitudes y prácticas del personal de sodas escolares con respecto al reglamento, lo cual permite profundizar en los mismos desarrollando conclusiones y a la vez desencadenar posibles soluciones. Una de las ventajas de aplicar una entrevista estructurada es la disminución del tiempo de recolección de datos y además agiliza la tabulación de la información recolectada para un posterior análisis. En este estudio la investigadora aplica la entrevista a los empleados de la soda escolar.

### **3.5.2 Diseño de instrumentos**

El instrumento que se utiliza en la investigación, es un cuestionario tipo CAP para identificar los conocimientos, las actitudes y las prácticas del personal de sodas escolares con respecto al Reglamento. Después de una búsqueda exhaustiva de instrumentos validados para poder utilizar y no encontrar ninguno pertinente para la investigación se procede a elaborar el instrumento utilizando el manual de la FAO titulado “Guidelines for assessing nutrition-related knowledge, attitudes and practices” creado en el 2014, con el objetivo de ayudar a la correcta recolección de datos en

estudios relacionados con la nutrición humana (Fautsch & Glasauer, 2014). El cuestionario consta de 4 partes. La primera parte llamada datos generales es para recolectar información sobre la condición sociodemográfica del participante. La segunda parte es para evaluar conocimientos en cuanto a aspectos básicos del Reglamento. En la tercera parte de cuestionario se utiliza escala de Likert, ya que esta es implementada para medir actitudes ante un objeto o situación concreta. Y para finalizar, como cuarta parte del instrumento se evalúan las prácticas del personal con respecto al Reglamento. Ver instrumento en Anexo 1.

Previo a la aplicación del instrumento, se realiza una prueba piloto con 10 empleados de sodas escolares, homólogos a la unidad de análisis del presente estudio. Se realiza en dos centros educativos llamados: Escuela Riojalandia y Colegio Técnico Profesional de Puntarenas, ubicados en el Roble de Puntarenas con el objetivo de conocer el grado de comprensión de instrucciones y preguntas del mismo, así como evaluar la extensión, número de preguntas y tamaño de la letra, por parte de los participantes y determinar si la información solicitada está de acuerdo con los objetivos planteados, con el fin de utilizar un instrumento válido y confiable para la investigación.

Como resultado de la prueba piloto, se determina que el instrumento no amerita cambios para ser aplicado a la población de la investigación.

## **3.6 PROCEDIMIENTOS PARA RECOLECTAR LA INFORMACIÓN**

### **3.6.1 Etapa preliminar**

Previo al inicio de la investigación se contacta a la Supervisora de la Regional del Ministerio de Educación Pública a nivel de Esparza, Puntarenas. Por medio de una entrevista se le solicita la aprobación para realizar el estudio en los centros educativos públicos y privados en el Cantón de Esparza, el cual fue concedido. A pesar de que la soda escolar es un servicio privado que se brinda en el interior de centro educativo, la injerencia y la aprobación para realizar la investigación por parte de la supervisora, es indispensable debido a que la soda escolar forma parte de la comunidad educativa, por lo tanto debe cumplir con lo ordenado por la máxima autoridad de la institución a nivel regional y así colaborar con todo lo relacionado a beneficio del escolar.

Antes de realizar el trabajo de campo, se ejecuta un plan piloto en personas con características similares al grupo de estudio, todos residentes de Puntarenas. Se realiza con 10 participantes que trabajan en una soda escolar pero antes de visitar a las personas, se contacta vía teléfono al director de cada uno de los centros educativos elegidos para realizar la prueba piloto, a los cuales se les explica los objetivos de la investigación, una vez concedido el permiso, se procede a visitar las sodas escolares, para aplicar el instrumento a las personas. Luego de confirmar que el instrumento elaborado no necesitaba cambios para su aplicación se procedió a comunicarse vía teléfono con los directores de los centros educativos participantes para informales de la investigación. Posteriormente se visita cada una de las sodas escolares en los centros educativos para elegir a los participantes de acuerdo a los

criterios establecidos para la selección de las unidades de análisis. Una vez elegidos los participantes se habla con ellos de forma privada para saber si están dispuestos a participar. Se les entrega a los participantes el consentimiento informado para que sea leído con calma, aclaren las dudas que tengan al respecto y con ella tomar una decisión sobre su participación en la investigación. Ver consentimiento informado en Anexo 2.

### **3.6.2 Etapa de campo**

Durante un período de un mes se hacen las visitas a cada uno de los 15 centros educativos. Cada punto de venta se visita una sola vez. La aplicación del instrumento al personal de la soda escolar se hace después del primer recreo a las 8:20am ya que es el momento ideal, donde se interrumpe menos las labores del personal y hay mayor disponibilidad de ingresar a la soda. El instrumento es aplicado en la investigación, por medio de una entrevista al personal de la soda de forma privada, obteniendo la respuesta de cada una de las interrogantes del cuestionario, anotando las respuestas de forma inmediata. Mientras se aplica el instrumento las personas permanecen de pie dentro de la soda, la concentración del personal durante la entrevista se vio afectada en algunos casos por la visita de algunos estudiantes interesados en comprar algún producto, no había celulares, ni música ni televisor ni algún sonido extraño que interrumpiera el proceso de preguntas y respuestas.

## **3.7 PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN**

Para el procesamiento de la información recopilada mediante las entrevistas se utiliza la Hoja de Cálculo de Excel, con el objetivo de tener una mejor

visualización de los resultados obtenidos y ser ilustrado mediante gráficos y tablas para su posterior análisis.

### 3.7.1 Análisis Univariado

El siguiente apartado contiene los análisis descriptivos así como la interpretación de las variables involucradas en el estudio.

<b>Variables</b>	<b>Análisis</b>
<b>Condición Sociodemográfica</b>	<p>Se determina la moda con respecto a la edad que más se repite entre los participantes así como el nivel de escolaridad que más se repite entre las unidades de análisis y por último los antecedentes patológicos personales y familiares que más se repite entre las unidades de análisis</p> <p>Se establece el porcentaje de sexo de los entrevistados, la procedencia de los participantes y el porcentajes de rangos de años laborados en la soda escolar</p>
<b>Grado de conocimiento</b>	<p>Se determina porcentajes en cada nivel de comprensión.</p>
<b>Tipo de actitudes</b>	<p>Se mide en forma porcentual cada punto de vista con respecto a reglamento según nivel de</p>

	aceptación o rechazo
<b>Tipo de prácticas</b>	Se determina el Porcentaje de hábitos a favor o en contra del reglamento.

### 3.7.2 Análisis Bivariado

Se realiza un análisis de las variables, se relacionan las variables de condición sociodemográfica, grado de conocimiento, tipo de actitudes y tipo de prácticas con respecto al reglamento, se presentan los resultados de cruce de variables obtenidos mediante la aplicación de la prueba estadística chi cuadrado utilizando la hoja de cálculo del programa Excel y tabla estadística de distribución de chi cuadrado (ver en Anexo 3).

Los cruces de variables que se realizan son los siguientes: Grado de conocimiento del Reglamento según nivel educativo del personal, tipos de actitudes con respecto al Reglamento según sexo del personal y tipos de prácticas con respecto al Reglamento según antecedentes patológicos del personal. Se omite de los cruces de variables el tipo de centro educativo (público o privado) debido a que la cantidad de participantes de sodas escolares en centro educativo privado solo son 6 empleados, por lo tanto no es una población representativa para comparar resultados.

## **CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS DATOS**

## 4.1 DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN ENCONTRADA

A continuación se presenta un análisis de las condiciones imperantes en los 55 participantes a fin de tener el perfil de este trabajador que permita comprender el análisis de los problemas encontrados. A pesar que la investigación se realizó en centros educativos públicos y privados, para el análisis e interpretación de resultados no se dividió la población, debido a que la cantidad de personas que laboran en centros privados son solo 6 por lo tanto no es una cantidad representativa para hacer algún de comparación.

### 4.1.1 Características sociodemográficas del personal de sodas escolares

A continuación se presentan las principales características socio demográficas del personal de sodas escolares.

**TABLA N° 2 Edad del personal de las sodas según sexo. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016**

Rangos de Edad	Mujeres (n=33)	Hombres (n=22)	Total (n=55)
18 a 35 años (%)	27	29	56
36 a 55 años (%)	22	9	31
>55 años (%)	11	2	13
<b>Total</b>	60%	40%	100%

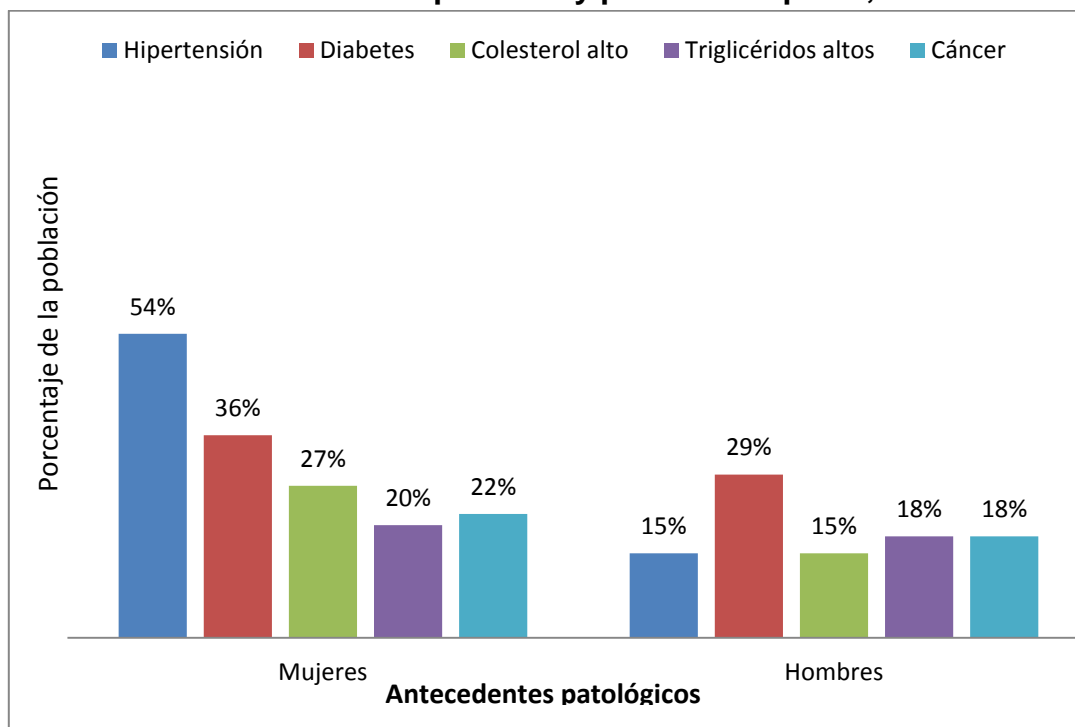
Fuente: elaboración propia

Según la tabla anterior el 60% (n=33) de personal entrevistado corresponde al sexo femenino y un 40% (n=22) al sexo masculino. Según varios estudios la influencia de la mujer es determinante en la selección, preparación y venta de alimentos y bebidas en el ámbito escolar. (Núñez et al, 2014) mencionan en su

investigación cómo los criterios subjetivos de las mujeres en el ámbito de alimentación son los que rigen las políticas de alimentación en la escuela y el quehacer en cuanto a la alimentación en el comedor y la soda estudiantil generalmente por falta de supervisión de las autoridades del centro educativo y del sector salud. Las mujeres que trabajan en la soda escolar son quienes deciden qué tipos de alimentos seleccionar, qué porciones ofrecer y servir los alimentos según sus creencias y los gustos de los estudiantes y así generar más ganancias aunque eso implique sustituir los vegetales por las comidas rápidas como: perros calientes, hamburguesa y pizzas, ya que la soda escolar es considerada únicamente un negocio y no una entidad promotora de salud (Núñez et al, 2014).

También se refleja que el mayor número de participantes, un 56%(n=31), tiene una edad entre 18 y 35 años y solo un 13% (n=7) de la población es mayor a los 55 años. Una de las repercusiones en cuanto cantidad de personas adulto joven que trabaja en la soda es la inestabilidad y falta de compromiso laboral, ya que la mayoría de personas buscan y realizan este tipo de trabajo de forma temporal, ya que por su edades tienen otras aspiraciones laborales y profesionales para el futuro, lo que ocasiona desinterés en hacer bien el trabajo, el cual incluye respetar e incentivar la aplicación del Reglamento de sodas escolares con el fin de fomentar un estilo de vida saludable en los escolares. Según Pérez un elemento imprescindible a destacar es la importancia atribuida al medio ambiente laboral y al gusto por la tarea diaria como factores condicionantes del éxito y el fracaso tanto de la persona como de la empresa para la cual labora (Pérez, 2004).

**FIGURA N°1 Antecedentes patológicos familiares según sexo del personal de sodas . Centros educativos públicos y privados Esparza, Puntarenas 2016**

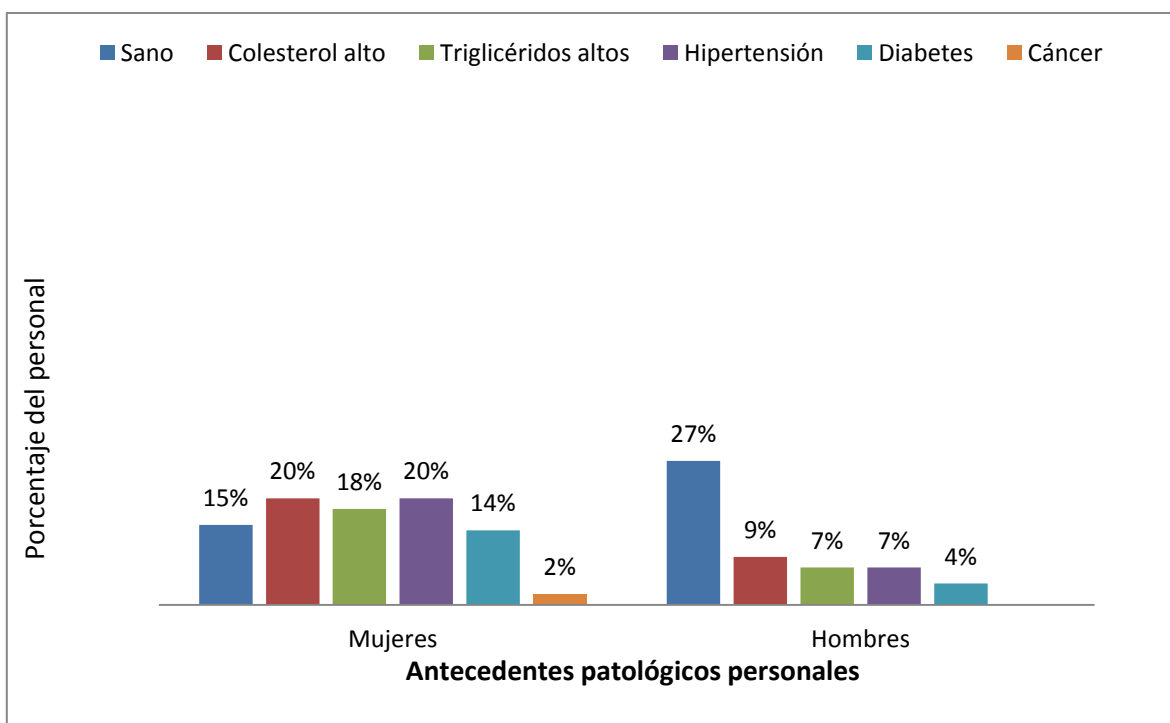


Fuente: elaboración propia

Para fines de esta investigación se toma en cuenta enfermedades y signos clínicos como antecedentes patológicos familiares. Tal como se observa en el gráfico anterior la hipertensión presente en 54% (n=30) de las mujeres y en 15% (n=8) de los hombres y la diabetes en 36%(n=20) de las mujeres y 29% (n=16) de los hombres son los antecedentes que más se repiten entre los participantes de ambos sexos. También se destaca que las mujeres presentan mayores porcentajes que los hombres en todos los antecedentes familiares expuestos en la figura. A pesar de que existen antecedentes de enfermedades crónicas no transmisibles en las familias del personal de las soda escolares, durante la investigación no se determinó ninguna actitud o práctica por parte del personal de la soda con respecto a promocionar la salud con los escolares, ya que se tomó en cuenta los factores de riesgo presentes y

por lo tanto podrían estar interesados en actividades de prevención por su salud y la de los escolares. Esto también pone en evidencia que el personal de sodas escolares no se considera parte de la comunidad educativa, la cual tiene la función de velar por el crecimiento y desarrollo de los estudiantes, al contrario ve al escolar únicamente como un cliente, esto se asemeja a lo concluido por (Núñez, et al 2014) en su investigación, donde determina que la administración del centro educativo da prioridad al ingreso económico mensual que significa ayuda para el comedor estudiantil ya que piensan que es el único servicio de alimentación en el cual deben tener injerencia y omiten la aplicación del Reglamento para el funcionamiento de sodas escolares.

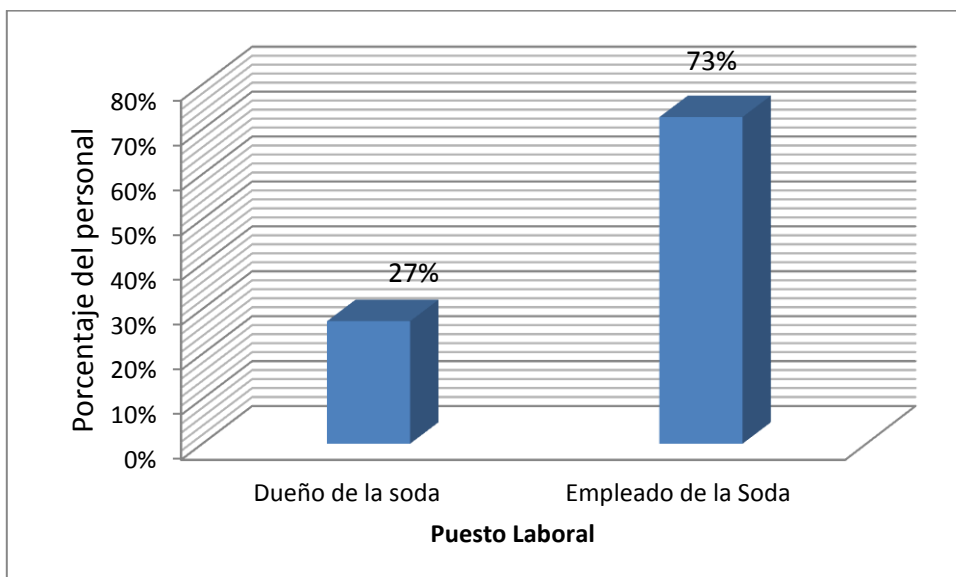
**FIGURA N°2 Antecedentes patológicos personales del personal de sodas según sexo. Centros educativos públicos y privados Esparza, Puntarenas 2016**



Fuente: elaboración propia

Para fines de esta investigación se toma en cuenta enfermedades y signos clínicos como antecedentes patológicos personales. Según la figura anterior a pesar que un gran porcentaje de los participantes indican no padecer ninguna patología , 15% (n=8) mujeres y 27% (n=15) hombres, se puede determinar que los antecedentes personales que más se repiten en ambos sexos es el colesterol alto, mujeres un 20% (n=9) y hombres 5% (n=9) e hipertensión, las mujeres 20% (n=11) y los hombres 7% (n=4) y solo una mujer (representa un 2% de los participantes) padece cáncer. Según (Suárez et al, 2011) la incidencia de una mala alimentación por parte de los trabajadores en servicios de alimentos se demuestra con mayor frecuencia, ya que presentan dificultad para realizar los tiempos de comida en el horario adecuado, disminuye la obtención de energía y nutrientes indispensables para el funcionamiento del metabolismo y como consecuencia de lo anterior el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles.

**FIGURA N° 3 Puesto laboral del personal en la soda escolar. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas, 2016**



Fuente: elaboración propia

Tal y como se observa en el gráfico anterior, la mayoría de los participantes, un 73%(n=40), de la investigación labora como empleado de la soda escolar y solo un 27 % (n=15) de la muestra manifestó ser dueño del negocio en el que trabaja. Según lo expuesto por Chávez, las sodas escolares forman parte del sector PYME (Pequeña y mediana empresa) lo que representa una gran fuente de empleo a nivel nacional con más de 20 000 mil colaboradores en los centros educativos del país, por lo tanto el Reglamento de sodas escolares se vuelve una amenaza en contra de su estabilidad laboral, lo que ocasiona incumplimiento del mismo por temor al despido por baja en las ventas diarias. También es importante destacar que al ser más empleados que dueños del negocio en el punto de venta, la preocupación y el sentido de responsabilidad por cumplir la normas de funcionamiento de la soda escolar estipuladas por la ley disminuyen, ya que su principal función es vender el producto alimenticio o bebida más demandado con el fin de obtener más ingresos económicos (Chávez, 2011).

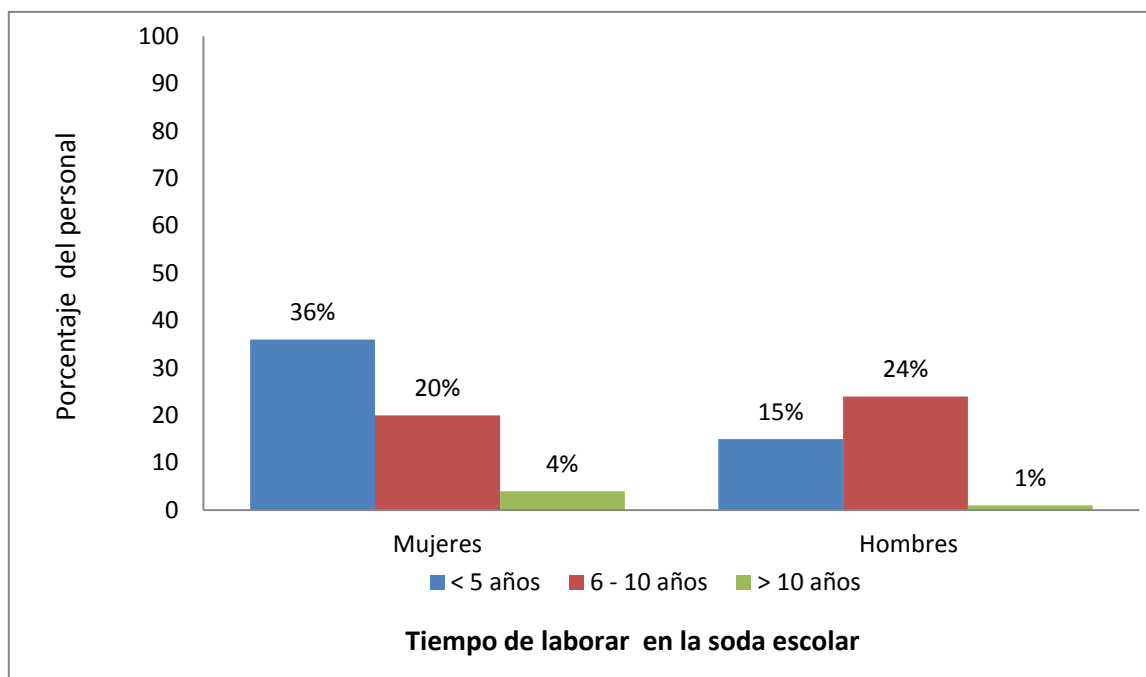
**TABLA N°3 Nivel educativo según puesto laboral del personal de sodas escolares. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016**

<b>Nivel educativo</b>	<b>Dueño de la soda (n=15)</b>	<b>Empleado de la soda (n=40)</b>	<b>Total (n=55)</b>
Primaria incompleta (%)	-	2	2
Primaria completa (%)	-	2	2
Secundaria incompleta(%)	7	42	49
Secundaria completa (%)	18	24	42
Nivel superior(%)	2	3	5
<b>Total</b>	27%	73%	100%

Fuente: Elaboración propia

Se destaca como el nivel educativo alcanzado más frecuente la secundaria incompleta obteniendo un 49%(n=27) entre los participantes de la investigación y solo un 5%(n=3) ha logrado alcanzar un nivel superior, un 2% (n=1) el dueño de la soda y un 3% (n=2) empleados de la soda. A nivel nacional laborar en un servicio de alimentos en uno de los trabajos más buscados entre la población con niveles educativos inferiores a la secundaria completa, debido a que obtener el carnet de manipulación de alimentos, en muchas ocasiones es el único requisito para laborar en el ámbito, es un trámite muy sencillo de llevar a cabo (Ministerio de Salud, 2016). Es importante tomar en cuenta que por orden del Ministerio de Salud en Costa Rica los requisitos para trabajar en un servicio de alimentos se otorgan con mucha facilidad, uno de ellos es el curso de manipulación de alimentos que a nivel nacional tiene como requisito mínimo saber leer y escribir, lo que aumenta cada día la demanda con el fin de obtener el carnet de manipulador e incrementa las posibilidades de obtener un trabajo (Ministerio de Salud, 2016). Sin embargo esto ocasiona problemas a nivel laboral debido a que muchos dependientes de la soda escolar realizan su trabajo sin vocación y solo por un ingreso económico, sin tomar en consideración la gran responsabilidad que amerita trabajar en un centro educativo y ser parte de una comunidad educativa la cual debe trabajar de manera integral para fortalecer los hábitos alimentarios saludables en los escolares.

**FIGURA N° 4 Tiempo de laborar los participantes en la soda escolar según sexo. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016**



Fuente: elaboración propia

En la figura se puede observar que la mayoría de la población entrevistada tiene menos de 5 años de laborar en sodas escolares de la cual un 36% (n=20) son mujeres y un 15% (n=8) son varones y por otro lado solamente un 5% (n=3) de los participantes cuentan con más de 10 años de trayectoria en una soda escolar, un 4% (n=2) mujeres y un 1% (n=1) hombres. Estos datos evidencian que la mayoría de personas que laboran en la soda escolar ven el trabajo únicamente como un empleo temporal, lo que dificulta el compromiso y el empeño en realizar las funciones de manera correcta por falta de vocación y satisfacción personal. Fuentes menciona en su investigación que los empleados más satisfechos tienden a ser más eficaces y eso se ve reflejado en la antigüedad laboral. Por lo tanto, se interpreta que al ser tan pocas las personas con larga data laborando en una soda escolar, el ámbito carece de personal capacitado y motivado para cumplir de manera correcta con el

Reglamento de sodas escolares (Fuentes, 2012). En la siguiente tabla se puede observar que de las personas que han laborado menos de 5 años en una soda escolar, el 36% (n=20) ha alcanzado como un nivel máximo educativo de secundaria completa y un 6%(n=3) de los participantes ha laborado más de 10 años en la soda teniendo como nivel educativo máximo primaria incompleta un 2% (n=1), primaria completa 2% (n=1) y nivel superior un 2% (n=1). Tal como se observa en la tabla N°2, al ser la mayoría del personal, 56%(n=31), menor a 35 años, es probable que los que tienen menos de 5 años de laborar sean los más jóvenes y estos hayan tenido mayor acceso a educación secundaria, en comparación con aquellas personas que tienen más de 10 años de laborar y muestran un nivel educativo inferior.

**TABLA N° 4 Tiempo de laborar del personal en la soda escolar según nivel escolar. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016**

<b>Tiempo laboral</b>	<b>Primaria incompleta (n=1)</b>	<b>Primaria completa (n=1)</b>	<b>Secundaria Incompleta (n=27)</b>	<b>Secundaria completa (n=23)</b>	<b>Nivel superior (n=3)</b>	<b>Total (n=55)</b>
< 5 años (%)	-	-	13	36	2	51
6-10 años(%)	-	-	36	5	2	43
> 10 años (%)	2	2	-	-	2	6
<b>Total</b>	2%	2%	49%	41%	6%	100%

Fuentes: elaboración propia

## **4.2 Análisis de los principales problemas encontrados**

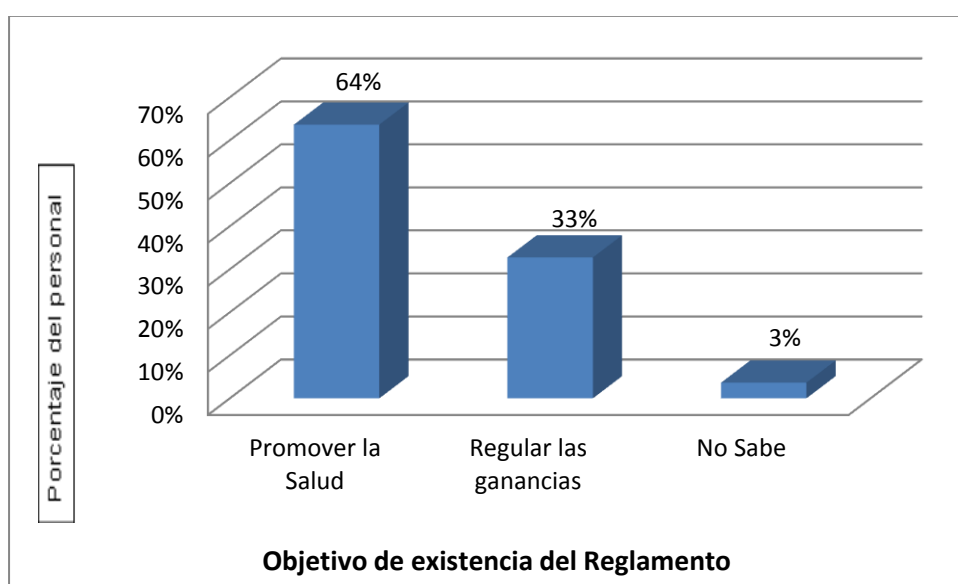
### **4.2.1 Conocimiento básico del personal de sodas escolares con respecto al Reglamento**

A continuación se presentan los principales resultados en cuanto a conocimiento básico del personal de sodas escolares con respecto al reglamento:

Un 98%(n=54) de los entrevistados indicó saber sobre la existencia del Reglamento y solo un 2% (n=1) manifestó no saber sobre su existencia. Inclusive un 93%(n=51) del personal, afirma conocer sobre el contenido de las guías alimentarias de Costa Rica lo cual es indispensable para que el personal aplique de forma correcta el reglamento, ya que este reglamento está basado y elaborado con las recomendaciones para un estilo de vida saludable expuestas en dicha guías (Ministerio de Educación Pública, 2013). Según Letona no hay disminución en la prevalencia de sobrepeso y obesidad en la población escolar costarricense debido a que a pesar que se sabe que existe el reglamento este no se aplica porque no existe una regulación de la aplicación del Reglamento por parte del Ministerio de Salud y el Ministerio de Educación, por ende las autoridades del centro educativo y los concesionarios de la soda escolar no ven la necesidad de cumplir con los acordado (Letona, 2013). A pesar que una guía no es lo mismo que un reglamento, hay similitud con esta investigación realizada en Nicaragua en 42 kioscos escolares en Nicaragua al cumplirse 6 años de promulgada una Guía de Nutrición e Higiene del PINE-MINED para los kioscos escolares, (Martínez, Lampin, & Castillo, 2015) determinan que a pesar de que el personal sabe la existencia de la guía la

implementación de la misma se ha dificultado en los últimos años por falta de seguimiento a aplicación de parte de las autoridades del país. A continuación se presenta la figura acerca de los objetivos que mencionados por el personal:

**FIGURA N° 5 Objetivo de existencia del Reglamento según el personal de sodas. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016**

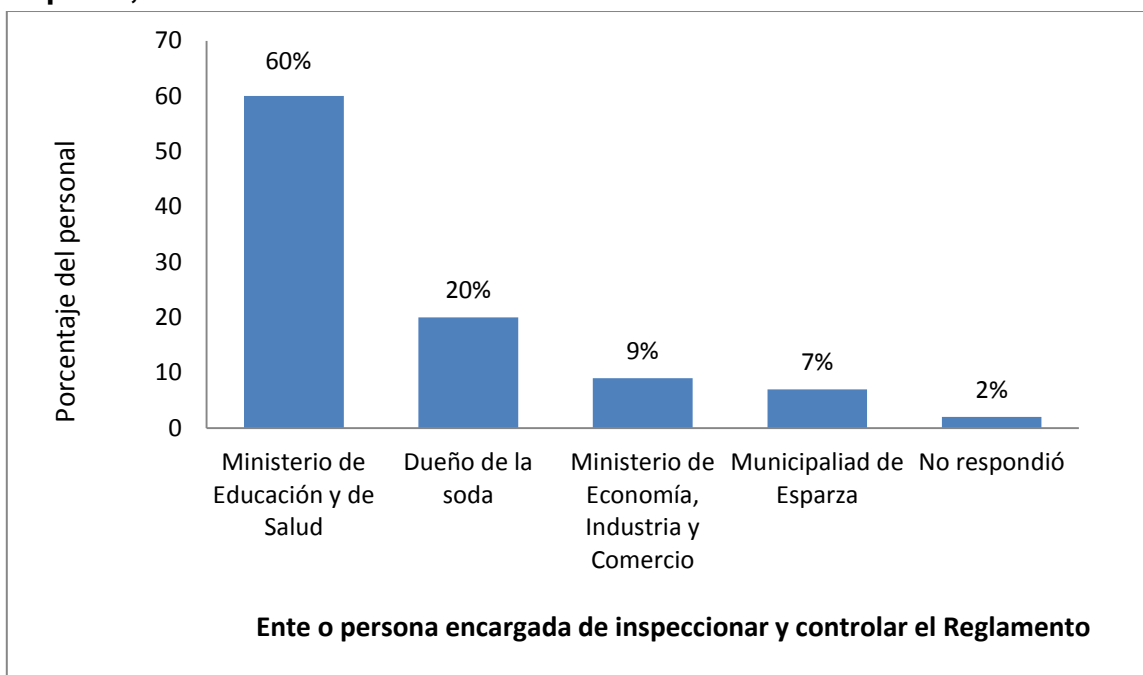


Fuente: Elaboración propia

Según lo expuesto en la figura anterior, el 64% (n= 35) de los participantes del estudio manifestó que el objetivo del Reglamento se basa en promover la salud de la comunidad educativa, lo cual pone en evidencia que la mayoría tiene un conocimiento acertado en cuanto al objetivo principal del reglamento y un 33% (n=18) manifiesta que objetivo principal del reglamento es regular las ganancias de las sodas escolares lo cual es incorrecto, según Chávez tras entrevistar a 50 concesionarios de sodas escolares, la negativa ante el reglamento por parte del personal se debe a que la mayoría de productos que genera mayor ganancia

económica según lo estipulado en el reglamento quedarían prohibidos ocasionando un desequilibrio en la rentabilidad del negocio y poniendo en peligro la estabilidad laboral del personal. Aludiendo que no es responsabilidad de ellos velar por lo que consumen los niños en el centro educativo (Chávez, 2011). Y solo un 4%(n=2) indica del todo no saber cuál es el objetivo del reglamento. Quien tiene la obligación de comunicar a los empleados sobre la existencia de los reglamentos de la empresa y su función dentro de la misma, es el jefe, por lo tanto en un centro educativo es el deber de la administración comunicar a su personal sobre el reglamento de sodas escolares y su objetivo de existencia, por lo que se alude que la persona que no sepa es por falta de comunicación en el ambiente laboral (Corral, Gil, Velasco, & Serrano, 2011). En relación con el ente o persona encargada de inspeccionar y controlar el Reglamento se presenta la siguiente figura

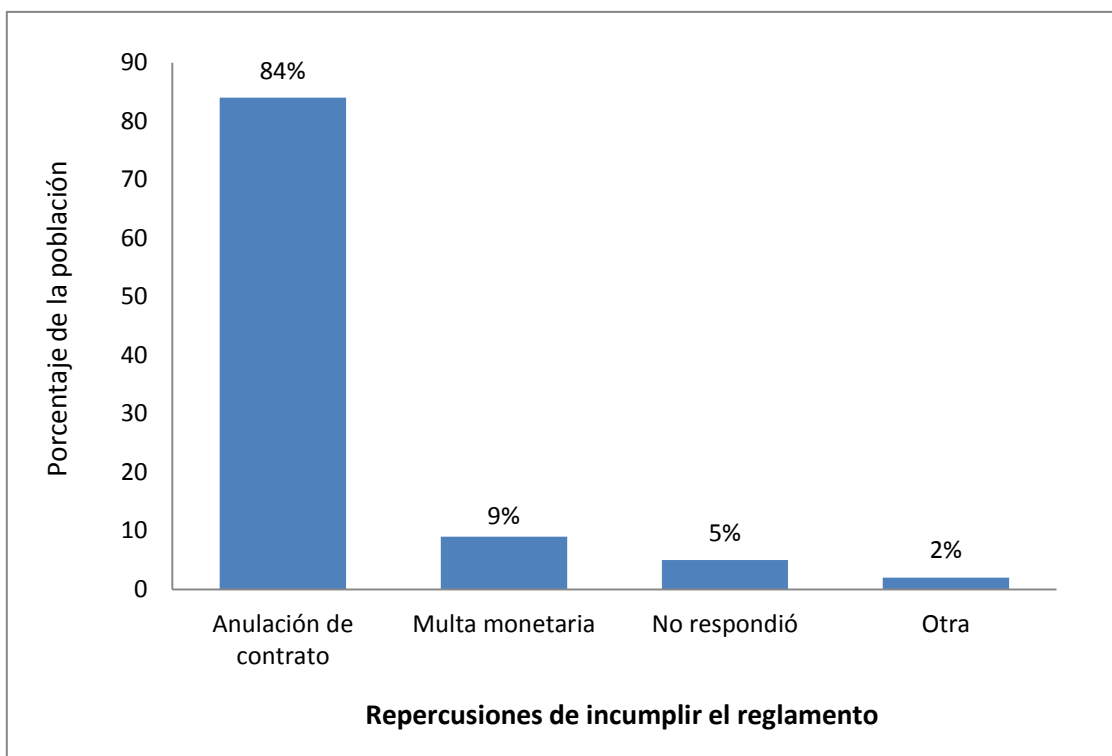
**FIGURA N°6 Ente o persona encargada de inspeccionar y controlar el Reglamento según personal. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016**



Fuente: elaboración propia

Un 60%(n=33) de los participantes contesta de manera correcta refiriendo al Ministerio de Salud y al de Educación como los entes encargados de supervisar la aplicación del reglamento y un 2% (n=1) no respondió lo que también pone en manifiesto el desconocimiento de lo estipulado en el reglamento por falta de lectura y estudio del mismo. Según (Fuentes, 2012) que el personal de una empresa sepa que una entidad o una persona fiscalizan el desempeño de sus funciones, aumenta el cumplimiento objetivos delegados dentro del ambiente laboral. Por lo tanto si entre las funciones principales de la soda escolar al ser parte del centro educativo, es participar de forma integral en el crecimiento y desarrollo de los estudiantes, debería ser fiscalizada frecuentemente por la administración del centro educativo y así asegurar el cumplimiento de lo expuesto en reglamento de sodas escolares.

**FIGURA N°7 Repercusiones de incumplir el Reglamento según el personal de sodas. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016**

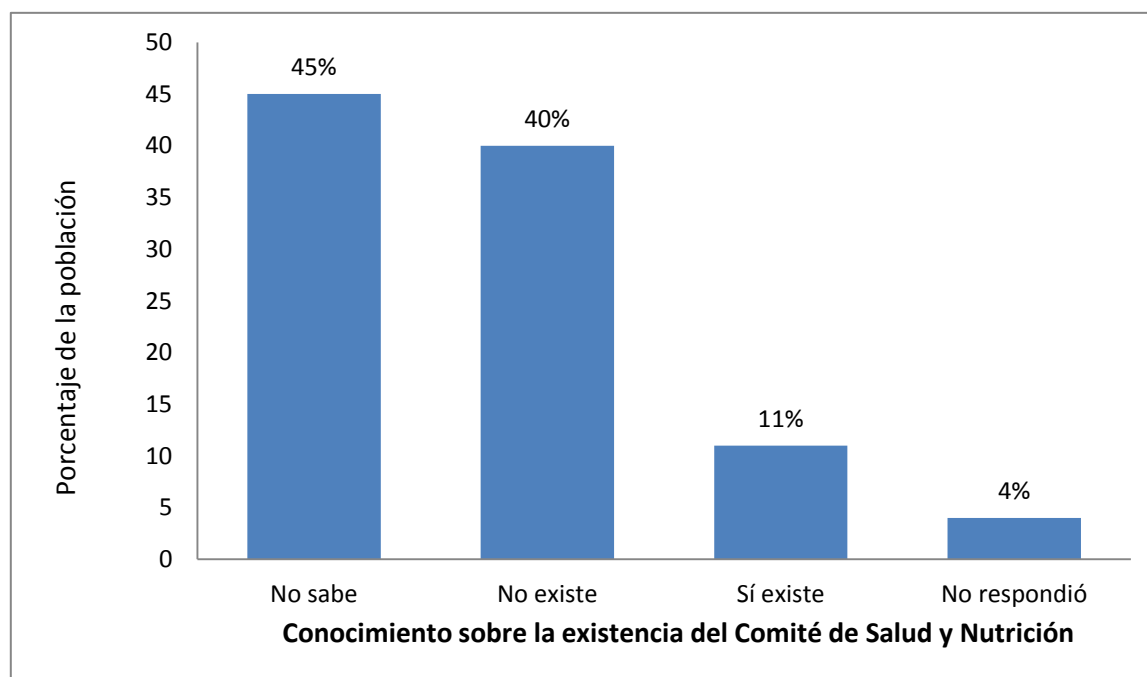


Fuente: elaboración propia

Como se muestra en la figura anterior la mayor parte de la muestra, un 84%(n=46), indica de manera correcta que la repercusión al incumplir el reglamento es la anulación de contrato por parte de la junta directiva de la escuela al concesionario de la soda escolar y un 2%(n=1) manifiesta que existe otra razón que no se menciona entre las opciones sugeridas. Este dato muestra cómo se contradicen los concesionarios en cuanto a la razón por la que no cumplen el reglamento. Según lo expresado por el personal de sodas escolares en investigaciones recientes, la razón principal por la que se da una actitud de rechazo ante lo concertado en el reglamento es por la posible disminución de ganancias económicas que pueden poner en peligro la estabilidad laboral pero no toman en consideración de que si de verdad se llevara a cabo una fiscalización por parte de los

encargados, perderían su negocio o su empleo respectivamente (Bustos et al, 2011). Pero ante la falta de supervisión de sodas escolares y libertad en cuanto los productos ofertados a los escolares, no existe temor por las sanciones estipuladas en el reglamento. Otra figura con respecto a los conocimientos básicos del Reglamento se expone a continuación:

**FIGURA N° 8 Conocimiento del personal sobre la existencia del Comité de Salud y Nutrición. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016**

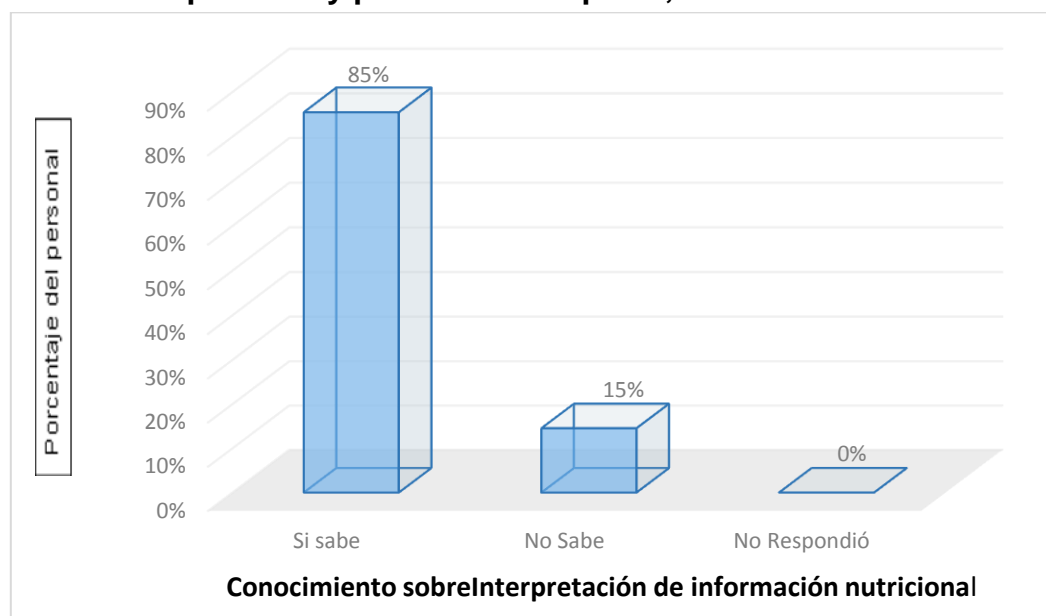


Fuente: elaboración propia

Como se observa en el gráfico, el 45%(n=25) de los participantes no sabe si existe en el centro educativo el Comité de Salud y Nutrición, un 40%(n=22) afirma que no existe ningún comité y solo un 11%(n=6) de la población manifiesta que si existe. Uno de los principales requisitos plasmado en el reglamento es la creación de este comité en cada centro educativo, cuya función es velar por cumplimiento del reglamento en la institución (Ministerio de Educación Pública, 2013). El hecho que la

mayoría de participantes no sepa si existe, evidencia carencia de compromiso por parte de las autoridades del centro educativo en velar por la correcta alimentación del estudiante dentro de la institución, promoviendo la realización de prácticas incorrectas con respecto a la nutrición escolar de quienes están bajo su supervisión por ser ejemplo las sodas escolares no implementa el reglamento, porque no reciben instrucciones deben hacerlo. A continuación se presenta el conocimiento sobre la interpretación de información nutricional:

**FIGURA N°9 Conocimiento del personal en cuanto a la interpretación de información nutricional de las etiquetas de los productos alimenticios. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016**



Fuente: elaboración propia

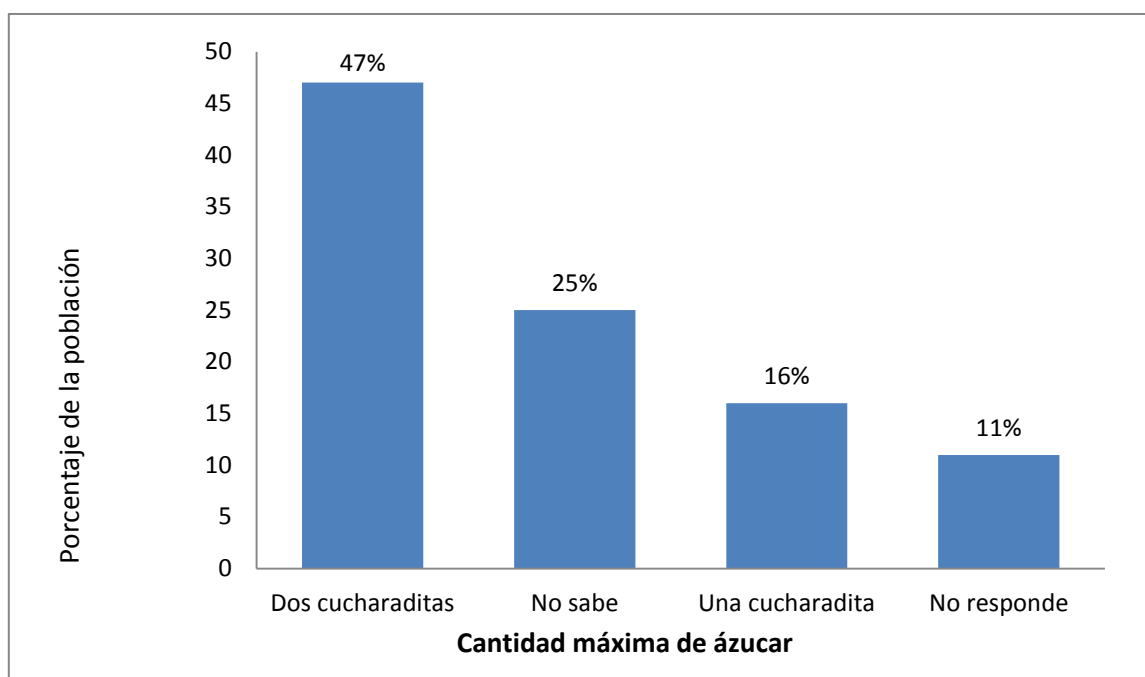
Tal como se muestra en la figura, el 85% (n=47) de la población menciona, comprender e interpretar de manera correcta la información nutricional adjunta al envase de los productos alimenticios que se venden en la soda escolar. Para poder comprender el reglamento de sodas escolares específicamente el capítulo tercero titulado “De la alimentación en el servicio de soda”, es un requisito obligatorio saber

leer etiquetas nutricionales y tener un conocimiento básico en matemáticas. Cada uno de los artículos de esta apartado instruye en cuanto a la cantidad de energía, grasa, azúcares y sal permitida en cada producto ya sea en gramos o mililitros para que este pueda ser ofertado y entregado a un niño para su consumo, por la tanto la aceptación de los productos vendidos en el kiosco deben de llevar anticipadamente un análisis del contenido nutricional (Ministerio de Educación Pública, 2013). Al ser mayor la población que indica si saber leer etiquetas nutricionales contra un 15 %(n=8) que manifiesta no entender sobre eso, no debería ser una limitante en la aplicación del reglamento.

#### **4.2.2 Conocimientos del personal de sodas escolares con respecto a lo estipulado en capítulo III del Reglamento titulado “De la alimentación en el servicio de soda”**

Esta investigación hace énfasis a este capítulo del reglamento, debido a que es el que expone lo referente a la alimentación en el ámbito escolar, lo cual es una competencia del nutricionista. A continuación se presentan los datos más relevantes con respecto a los conocimientos del personal de sodas escolares con respecto a lo estipulado en capítulo III del Reglamento titulado “De la alimentación en el servicio de soda”:

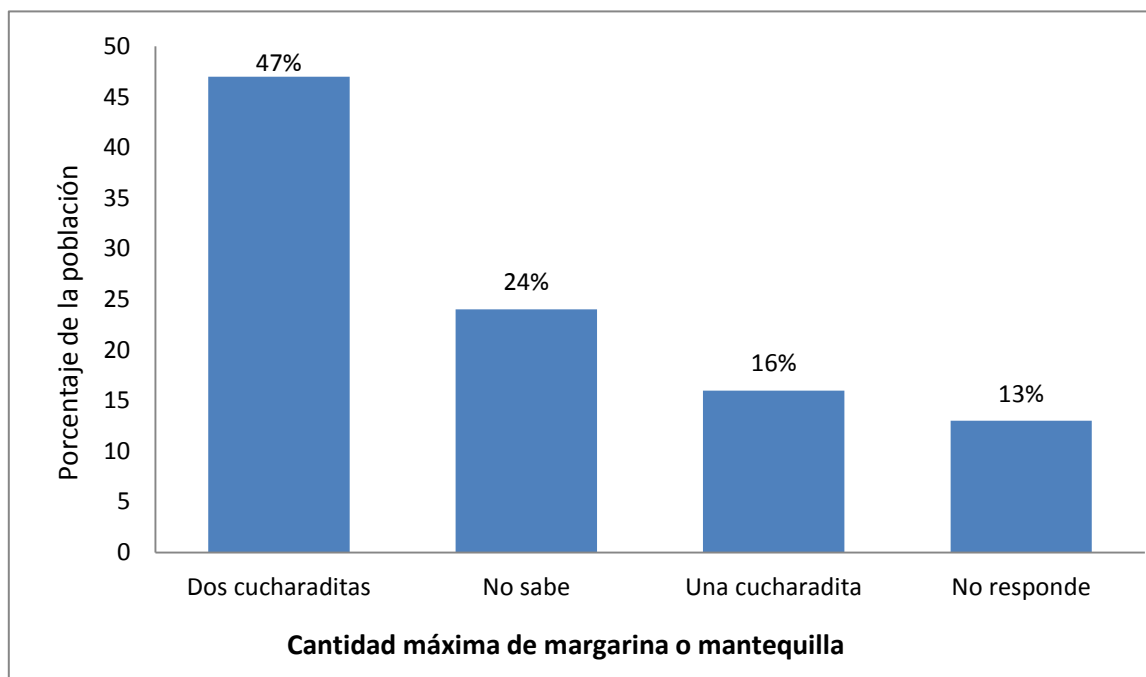
**FIGURA N°10 Cantidad máxima permitida de azúcar en refrescos o batidos según el personal de sodas. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016**



Fuente: elaboración propia

Se observa en la figura que la opción más elegida por el 47%(n=26) de los participantes fue dos cucharaditas de azúcar por cada 250 mililitros. Según lo estipulado por el reglamento de sodas escolares del (Ministerio de Educación Pública, 2013) esa es la indicación correcta, lo que significa que mayoría de la población entrevistada tiene un conocimiento incorrecto, no sabe o no quiso responder. En la figura se aprecia un 11%(n=6) no responde con respecto a la cantidad de azúcar permitida. A continuación se presenta otro conocimiento:

**FIGURA N° 11 Cantidad máxima permitida de mantequilla o margarina en la preparación de alimentos por porción servida según el personal de sodas. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016**

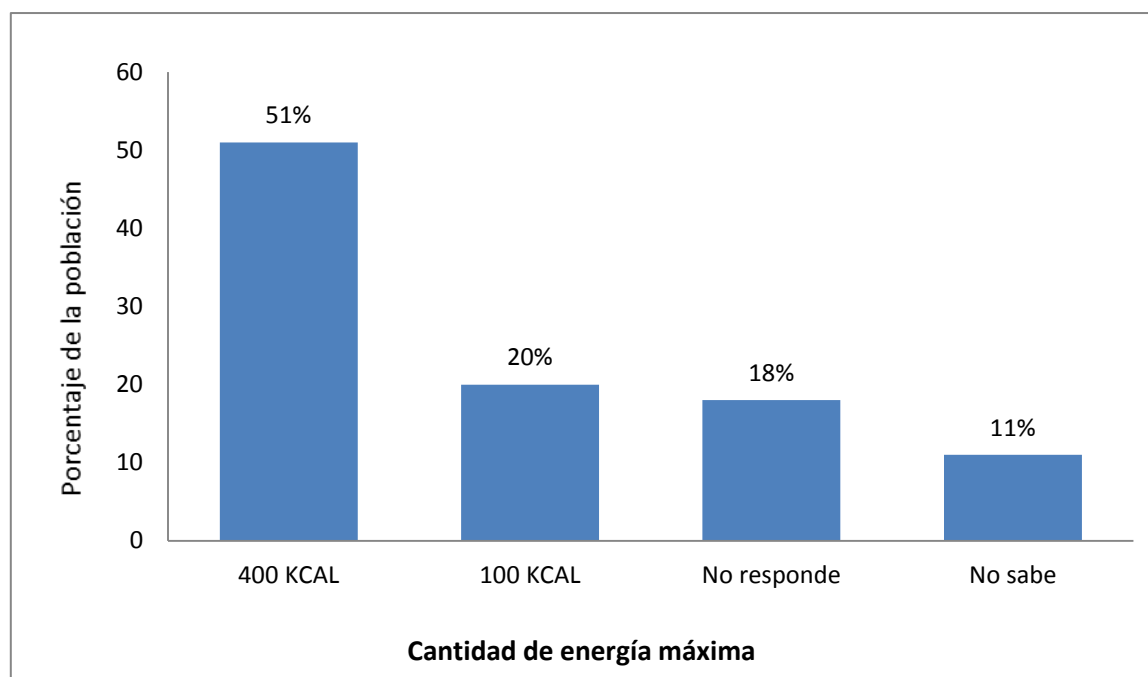


Fuente: elaboración Propia

Tal como se muestra en el gráfico anterior el 47%(n=26) manifiesta que dos cucharaditas de mantequilla o margarina es la porción correcta por cada porción servida, lo que pone en evidencia un desconocimiento por parte del personal con respecto al reglamento, ya que la respuesta correcta es una cucharadita de mantequilla o margarina por porción servida. Lo anterior significa un riesgo para los escolares ya que el consumo excesivo de grasas repercute de forma negativa en la salud., debido a que las comidas altas en grasa suelen ser muy densas de energía y la vida de los escolares en la actualidad es muy sedentaria lo que ocasiona un desequilibrio gasto-consumo almacenando todos los excesos en forma de grasa corporal, aumentando la posibilidad de desarrollar sobre peso u obesidad así como

alguna enfermedad crónica no transmisibe (Burgos, 2007). Otro conocimiento importante sobre el el capítulo III del Reglamento se presenta a continuación:

**FIGURA N°12 Cantidad máxima de energía permitida en 100 gramos de producto alimenticio pre-ensvasado (no bebida), según el personal de sodas. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016**

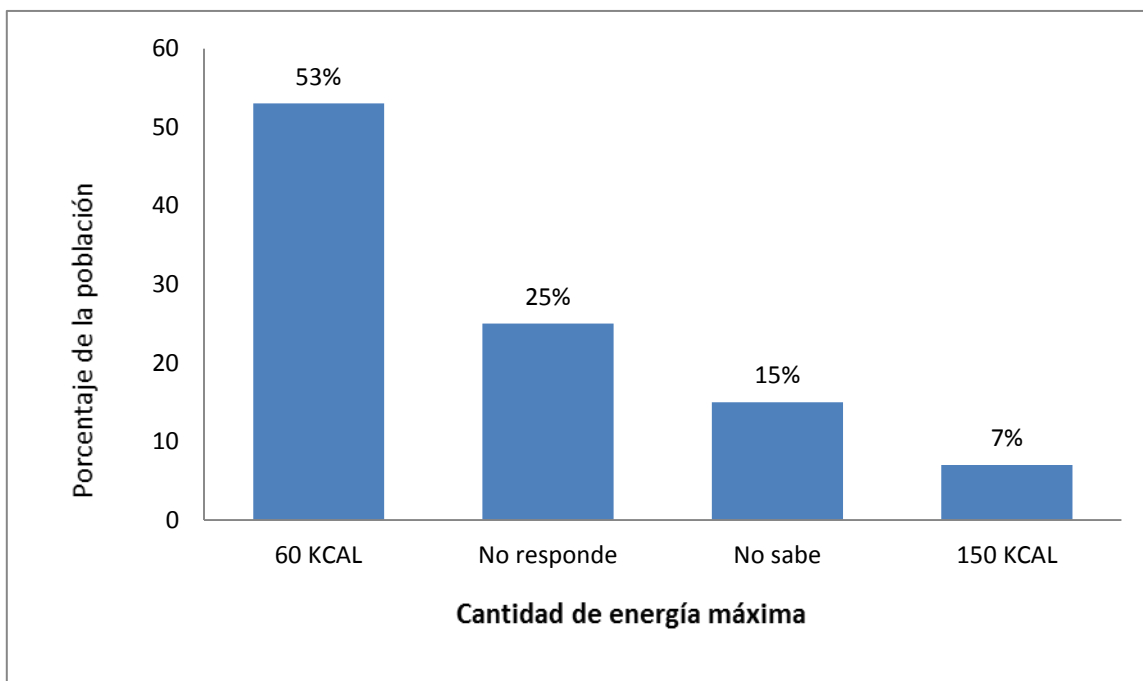


Fuente: elaboración propia

La opción más elegida por parte del personal en cuanto la cantidad máxima de energía total permitida en 100 gramos de producto alimenticio pre-ensvasado, es 400kcal, la que representa el 51%(n=28) de la población. La opción más elegida es la correcta según el reglamento de sodas escolares. Sin embargo también es preocupante que el 49%(n=27) de población restante no sabe, no responde o afirma de manera incorrecta sobre la cantidad máxima de energía en un producto preensvasado. Cabe mencionar que muchos estudios han mencionado como alimentos favoritos de los estudiantes, los productos pre envasados; bocadillos, galletas, queque, chocolates, confites entre otros, lo que demuestra la importancia de

regular su consumo durante la estancia de los escolares dentro del centro educativo, ya que estos tienden a ser muy altos en energía. Otro punto importante es lo que recomiendan(Mahan et al, 2013) con respecto al consumo de energía durante las meriendas las cuales deben cubrir entre 10 a 15% de las necesidades nutricionales: lo que significa entre 250-300 kcal lo que difiere un poco de lo estipulado en el reglamento de sodas escolares del (Ministerio de Educación Pública, 2013) el cual permite un consumo máximo de energía de 400kcal por porción de 100g equivalente a un paquete de bocadillos tradicional ofertado en la soda escolar, duplicando en consumo de energía recomendado por merienda y eso sin tomar en cuenta las calorías de la bebida.

**FIGURA N°13 Cantidad máxima de energía total permitida en 100 mililitros de bebida pre-ensvasado no láctea, según el personal de sodas. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016**



Fuente: elaboración propia

Del personal entrevistado, un 53 % ( n=29) afirma que la opción correcta en cuanto a la cantidad máxima de energía permitida en 100 mililitros de bebida pre- envasado no láctea es 60 kcal, lo cual es afirmativo según lo indicado por el reglamento de sodas escolares. Al ser el centro educativo también un ambiente de recreación, muchos estudios demuestran la preferencia del escolar por consumir bebidas pre envasadas que agua para saciar la sed durante los recreos. Por eso regular el consumo máximo de energía que puede aportar una bebida es una buena estrategia para combatir la prevalencia de sobrepeso y obesidad que incrementa día con día (Granda, 2015).

#### **4.2.3 Actitudes del personal de sodas escolares con respecto al Reglamento de sodas escolares**

A continuación se presentan los datos más relevantes con respecto a las actitudes del personal de sodas escolares en cuanto a lo estipulado en el Reglamento de sodas escolares:

**TABLA N°5 Puntos de vista del personal de la soda escolar con respecto al Reglamento. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016**

Opciones	Puntos de vista con respecto al Reglamento		
		<b>Criterios de Selección y preparación de alimentos que exige el Reglamento</b>	<b>Criterios de venta de alimentos pre envasados que exige el Reglamento</b>

Muy de acuerdo (%)	87	91	98
De acuerdo (%)	2	2	2
En desacuerdo (%)	-	-	-
Muy en desacuerdo (%)	-	-	-
No contesta(%)	11	7	-
<b>Total</b>	100%(n=55)	100%(n=55)	100%(n=55)

Fuente: elaboración propia

Un 98%(n=54) de la población, ósea la mayoría, expresa estar muy de acuerdo con respecto a recibir una capacitación que facilite la implementación del reglamento. Una investigación realizada en Chile demostró el efecto positivo de capacitar a los dependientes de sodas escolares en cuanto a estrategias de mercadotecnia para promocionar el consumo de alimentos saludables, lo que aumento de manera significativa la compra de alimentos saludables como por ejemplo frutas y yogurt durante el recreo escolar (Bustos et al, 2011). La necesidad que tiene el personal de sodas escolares de recibir capacitaciones sobre la lectura e interpretación de información nutricional contenida en lo envases de productos pre envasados es evidente, una las principales razones es como se destaca en la tabla N° 3, donde se demuestra que el nivel educativo máximo de la mayoría de personal es inferior a secundaria, lo que dificulta la realización de cálculos básicos de matemática que se deben realizar para clasificar los productos que pueden ser ofertados en el kiosco. El Ministerio de Educación con el fin de facilitar la aplicación de reglamento creo un logo para invitar a industria alimentaria a participar en el cumplimiento del reglamento con la frase “cumple el decreto de las sodas estudiantiles”, el cual se puede pegar en el empaque del producto para su distinción

siempre y cuando cumpla con lo estipulado, sin embargo han pasado seis años desde la promulgación de este decreto y son muy pocas empresas que lo utilizan (Ministerio de Educación Pública, 2013).

El 87%(n=48) de los participantes indica estar muy de acuerdo con respecto a lo que exige el Reglamento en cuanto a la selección y preparación de alimentos, en contra de un 11%(n=6) que prefirió no contestar a la pregunta. Según Chávez las instrucciones, en cuanto a la selección y preparación de alimentos explícitas en el reglamento, no amenazan la estabilidad laboral del personal, sino más bien lo ven como una guía a la hora preparar sus recetas, debido a que pueden seguir ofertando el mismo productos pero con las porciones recomendadas de azúcar, grasa y sal. En cuanto a los puntos de vista con respecto a lo que exige el Reglamento en cuanto a la venta de alimentos pre envasados el 91% (n=50) de la población manifestó estar muy de acuerdo en contra de un 7%(n=4) que prefirió evadir la cuestión. Estos resultados difieren de los encontrados por (Chávez, 2011y Núñez et al, 2014), en los que su población entrevistada mostraron negativa a lo estipulado en el reglamento por temor a reducir sus ganancias económicas, ya como se ha indicado en párrafos anteriores, la comida y bebida pre envasada es la de mayor demanda en el ambiente escolar, tomando en consideración varios factores por ejemplo la publicidad y la mercadotecnia dirigida a este tipo de productos así como la interacción constantes con iguales donde repetir conductas en muy frecuente especialmente las de alimentación (Gutierrez & Enciso, 2014).

#### 4.2.4 Prácticas del personal de sodas escolares con respecto al Reglamento de sodas escolares

A continuación se presentan los datos más relevantes con respecto a las rutinas del personal de sodas escolares en cuanto a lo estipulado en el Reglamento de sodas escolares:

El 58%(n=32) de la población menciona que tienen visible el Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares, en la mayoría de los casos protegido con un folder sobre la papelera o algún escritorio de la soda en negocio, y el 42%(n=23) manifestó que no es así.

**Tabla N°6 Rutina del personal con respecto a lo que exige el Reglamento. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016**

Hábitos del personal	Oferta diaria de frutas y vegetales en la soda escolar	Venta de alimentos pre envasados en la soda con el Registro sanitario del Ministerio de Salud.	No vender alimentos preparados con fritura profunda o por inmersión.
Cumple con el reglamento (%)	87	73	-
No cumple con el reglamento (%)	13	27	100
<b>Total</b>	100%(n=55)	100%(n=55)	100%(n=55)

Fuente: elaboración propia

El 100%(n=55) de la población entrevistada, afirmó que en su sitio de trabajo si elaboran frituras profundas o por inmersión. Es preocupante la cantidad de sodas escolares que preparan alimentos bajo esta técnica, aunque muchos estudios han demostrado que la fritura por inmersión es más saludable que otro tipo de frituras, debido a la temperatura tan alto y el corto tiempo de contacto entre la grasa y el alimento disminuyendo la absorción de grasa por parte del producto, sin embargo la

fritura profunda tiene otra desventaja, cuando la persona que maneja el freidor no tiene conocimiento sobre la coloración de aceite con su calidad se corre el riesgo consumir un alimento cocinado en aceite oxidado, lo cual provoca moléculas llamadas radicales libres que afectan la función de la células lo que significa que son factor de riesgo para el desarrollo de muchos tipos de cáncer (Cocio, 2006).

Con respecto lo investigado y tal como se muestra en la imagen anterior el 87%(n=48) de las personas entrevistadas indica que si existe una oferta diaria de frutas y vegetales en la soda escolar al contrario del 13% (n=7) del personal que negó la existencia de las mismas. Muchas investigaciones analizadas evidencian que las sodas escolares mantienen oferta diaria de frutas sin embargo son muy pocos los escolares que las demandan en los tiempos de recreo, lo que ocasiona un desperdicio diario de recurso económico (Follonier, Bonelli, Walz, Fortino, & Marti, 2013); esto a pesar que en Costa Rica muchas frutas se pueden conseguir a un precio bastante accesible, debido a su diversidad. El cantón de Esparza no se excluye de esa ventaja pero para evitar que la frutas terminen en un basurero prefieren mantener una pequeña oferta de las mismas. Según (Letona, 2013) tras una investigación que compara la oferta alimentaria en sodas escolares entre varios países, menciona que a pesar de que Costa Rica es el país con mayor oferta de frutas como alternativa en el recreo escolar, ninguna de las sodas escolares visitadas para ser parte del estudio cumplía el reglamento, lo cual según Letona radica en la falta de supervisión del mismo.

El 73%(n=40) de la población manifestó que absolutamente todos los productos pre envasados que se venden en la soda escolar cuentan con el Registro

sanitario del Ministerio de Salud y 27%(n=15) indico que no todos los productos cuentan con el Registro. La instrucción que obliga que el sello de Registro sanitario este en los productos pre envasados es asegurar que los productos ofertados sean de alta calidad y que cumplan con lo ofrecido en la etiqueta del empaque. Según investigación realizada por la FAO en Costa Rica, el peligro más grande de ofertar productos sin el sello de Registro sanitario es exponer a la población estudiantil a desarrollar enfermedades transmitidas por alimentos que pueden causar efectos negativos irreversibles en la salud del ser humano (Kopper, 2007).

#### **4.2.5 Relación de los conocimientos, actitudes y prácticas del personal de sodas escolares con respecto al reglamento de sodas escolares con la condición sociodemográfica.**

A continuación se presentan los resultados de cruce de variables obtenidos mediante la aplicación de la prueba estadística chi cuadrado utilizando la hoja de cálculo del programa Excel y tabla estadística de distribución de chi cuadrado (ver en Anexo 3):

En los cruces de variables realizados en esta investigación no se presenta ningún tipo de análisis con respecto al tipo de centro educativo (público o privado) debido a que en este estudio de las 15 instituciones visitadas solamente 2 son privadas para un total de solo 6 empleados de soda escolar, lo cual no es representativo, para realizar comparaciones y conclusiones en torno al tema en estudio.

Los cruces de variables que se utilizaron, se eligieron de acuerdo al estudio de antecedentes históricos de alimentación escolar tanto a nivel nacional como

mundial presente en el capítulo II, con el fin de tener resultados pertinentes con respecto al problemas planteados. La evidencia demuestra que un nivel educativo alto aumenta la probabilidad que las personas tengan conocimientos sobre alimentación saludable. Con respecto al estudio de actitudes y se toma en cuenta el sexo del persona, ya que el mayor número de personal son mujeres. Y con respecto a las prácticas se utiliza como variable para relacionar los antecedentes patológicos personales ya que hay una mayor posibilidad que si la persona padece una enfermedad se preocupe más por su alimentación y la de las personas a su alrededor.

Para todos los cruces se trabaja bajo los siguientes supuestos: chi cuadrado de la tabla estadística de 11,07, con 5 de grados de libertad y un nivel de significancia 5%. Las hipótesis a contrastar son la hipótesis nula que afirma que si hay relación entre la variables que se cruzan y la hipótesis alternativa que indica que no existe relación entre la variables que re relacionan.

**TABLA N°7 Relación de conocimientos, actitudes y prácticas con respecto al reglamento de sodas escolares y las características sociodemográficas del personal. Centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas 2016**

<b>Relación de variables</b>	<b>Chi cuadrado calculado</b>	<b>Análisis</b>
Conocimiento sobre el reglamento y el nivel educativo del personal	0,00	No existe relación entre las variables cruzadas
Actitud sobre el reglamento y el sexo del personal	0,01	No existe relación entre las variables cruzadas
Prácticas sobre el reglamento y antecedentes patológicos	0,00	No existe relación entre las variables cruzadas

personales		
------------	--	--

Fuente: Elaboración propia

Con respecto a los datos obtenidos se concluye que no existe relación entre los conocimientos, actitudes y prácticas sobre el Reglamento y las características sociodemográficas analizadas del personal de sodas escolares, debido a que el valor del chi cuadrado calculado de los tres cruces realizados es menor a 0,05, por lo tanto se rechaza la hipótesis nula con un 95% de seguridad en los resultados obtenidos.

Un punto que no se debe obviar en la influencia que tiene el nivel de escolaridad en el desarrollo de buenos hábitos alimentarios; en concordancia con (Burgos, 2007) la escuela y el colegio permiten obtener los conocimientos básicos sobre una buena alimentación y las consecuencias de no llevar un estilo de vida saludable, lo que aumenta la posibilidad en los casos de deserción escolar las manifestaciones de actitudes negativas sobre la alimentación saludable desencadenando prácticas inadecuadas inclusive en el ambiente laboral; también el personal de la soda escolar puede verse limitado en aplicación del Reglamento de funcionamiento debido a la falta de comprensión de contenido del mismo, ya que las indicaciones que se deben seguir están redactadas en un lenguaje muy técnico propio del profesional en nutrición y necesita un conocimiento básico en matemáticas para poder aplicarlo correctamente (Chávez, 2011). Durante conversatorios con el personal de sodas escolares se escucharon comentarios, en cuanto a la falta de comprensión de reglamento, al aludir que las instrucciones no se entendían.

El no encontrar relación entre el nivel educativo del personal y los conocimientos sobre el reglamento, pudo deberse a que la cantidad de personas (n=55) con las que se trabajó no es número significativo, con respecto a la cantidad total de trabajadores en sodas escolares a nivel nacional.

El padecer una enfermedad crónica debería ser razón de peso para tener actitudes y prácticas sobre la alimentación que permitan mejorar la calidad de vida y preocuparse también por la personas que se encuentran a su alrededor, de manera que la aplicación del reglamento con el objetivo de promocionar la salud en la comunidad educativa, a través de la regulación de los alimentos ofertados diariamente en la soda se aplicaría correctamente no solo por obligación sino por convicción personal.

A pesar de que algunos estudios utilizados como antecedentes con respecto a la alimentación escolar, relacionan los conocimientos, actitudes y prácticas con las características sociodemográficas de las personas, los cruces de variables arrojaron resultados contrarios. Los resultados pueden estar relacionados a que la investigación es realizada en Esparza, un cantón semi rural, que solo cuenta con 15 centros educativos con soda escolar, por lo tanto la cantidad del personal estudiado es muy limitada.

## **CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

## 5.1 CONCLUSIONES

Los conocimientos, las actitudes y las prácticas determinadas con respecto al Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares del personal a cargo en centros educativos públicos y privados de Esparza, Puntarenas durante el año 2016, no difieren de los planteado en la hipótesis. Ya que los conocimientos sobre el reglamento son muy vagos, las actitudes con respecto a lo que exige son positivas, sin embargo, las prácticas según lo estipulado son en contra, ya que no se cumple con los criterios establecidos.

De las personas entrevistadas la mayoría indica ser una persona completamente sana y las que presentan antecedentes patológicos personales es por colesterol alto e hipertensión. Por lo tanto hay poca probabilidad que haya el nivel de conciencia en el personal de sodas de que el no alimentarse bien puede tener como efecto secundario en el desarrollo de enfermedades.

Del personal que labora en las sodas escolares la mayoría tiene un puesto de empleado (no concesionario), pertenece al género femenino y son adultos jóvenes con un nivel con un nivel educativo máximo inferior a secundaria completa. Que el nivel educativo sea bajo aumenta la probabilidad que se complique la comprensión de lo exigido en reglamento, debido a que se necesita un conocimiento básico en matemáticas que permita clasificar los productos permitidos según el contenido de nutrientes.

En la investigación se concluyó que el mayor número de personas tiene un tiempo laboral de menos de 5 años de trabajar en ámbito de sodas escolares, lo que pone en evidencia que este suele ser un trabajo temporal, por lo tanto el nivel de compromiso y responsabilidad de los empleados en cuanto a cumplir lo estipulado por el reglamento se puede ver disminuido.

El personal de sodas escolares muestra conocimientos regulares con respecto a los aspectos estipulados en cuanto a la selección y preparación de alimentos así como a la venta de productos alimenticios pre envasados en el Reglamento, lo que disminuye la posibilidad que haya una buena actitud positiva con respecto al reglamento, desencadenando prácticas incorrectas según los criterios de Reglamento, como por ejemplo que el 100% de los centros educativos visitados venda productos elaborados bajo la técnica de fritura profunda o inmersión.

## **5.2 RECOMENDACIONES**

### **5.2.1 Para el estudio de la reglamentación de alimentación escolar**

Realizar más investigaciones sobre la reglamentación de alimentación escolar, como por ejemplo: sobre la fiscalización del reglamento de sodas escolares por parte de los entes encargados de su supervisión, con el fin de actualizar constantemente información con respecto al tema y tomar medidas pertinentes.

### **5.2.2 Para el sector de salud y educación**

Diseñar y poner en práctica un programa educativo, según las características sociodemográficas de la población establecidas en un previo diagnóstico con el objetivo de facilitar la correcta aplicación del Reglamento. Este programa debe ser elaborado por profesionales en nutrición en conjunto con el Ministerio de Educación y el Ministerio de Salud, en el cual se debe utilizar un lenguaje menos técnico para facilitar su comprensión.

Convertir el programa educativo en un curso obligatorio brindado por un profesional en nutrición en conjunto con el Ministerio de Salud y el Ministerio de Educación, para toda persona que desee laborar en una soda, así como se exige en la actualidad el carnet de manipulación de alimentos.

Velar por la fiscalización del reglamento en los centros educativos de manera constante, garantizando una correcta aplicación del mismo. Esta fiscalización debe

ser realizada por la administración del centro educativo o por un representante del Ministerio de Educación o Ministerio de salud.

#### **5.2.2 Para otros profesionales en nutrición:**

Utilizar los resultados de este estudio como insumo para la elaboración de estrategias educativas, como por ejemplo capacitar al personal de sodas por medio de talleres sobre leer etiquetas e interpretar información nutricional contenida en los envases de productos pre envasados, lo cual es una herramienta indispensable para comprensión del contenido del reglamento y poder cumplir con lo que exige, con fin de facilitar la aplicación del reglamento por parte del personal de la soda.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Alvear, Yamamoto, Morán, solís, Torres, Juarez, . . . Ferreira. (2013). Consumo alimentario dentro y fuera de la escuela. Obtenido de Medigraphic: <http://www.medigraphic.com/pdfs/imss/im-2013/im134r.pdf>
2. Arce, & Claramunt. (2009). Educación para la Salud como tema transversal en el sistema educativo costarricense. Guía para docentes y personal de salud. Recuperado el 2016, de Ministerio de Salud de Costa Rica: [https://www.ministeriodesalud.go.cr/gestores\\_en\\_salud/comision\\_nutricion\\_salud\\_escolar/DPEEAS\\_manual\\_educacion\\_salud.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/gestores_en_salud/comision_nutricion_salud_escolar/DPEEAS_manual_educacion_salud.pdf)
3. Berardi, & García. (2010). Características alimentarias de los escolares de 6 a 12 años con sobrepeso y obesidad en la escuela. Obtenido de Universidad nacional de Salta: [www.nutrinform.com/biblioteca/monografias/tesis\\_berardi-garcia\[1\].pdf](http://www.nutrinform.com/biblioteca/monografias/tesis_berardi-garcia[1].pdf)
4. Berradre, Royo, Bosqueda, Moya, & López. (2014). Menú escolar de los centros de enseñanza ~ secundaria de Madrid: conocimiento y cumplimiento de las recomendaciones del Sistema Nacional de Salud. Obtenido de Scielo: <http://www.scielosp.org/pdf/gsv29n5/original3.pdf>
5. Britos, Saraví, & Chichizola. (2014). Estudio inicial de CEPEA sobre alimentación escolar en 61 escuelas y 1100 escolares de seis jurisdicciones en 5 provincias. Argentina: Serie de Estudios Nutrición Escolar Saludable (NES).
6. Burgos. (2007). Alimentación y nutrición en edad escolar. Obtenido de Revista Digital: Universidad De Huelva, España: [www.revista.unam.mx/vol.8/num4/art23/abril\\_art23.pdf](http://www.revista.unam.mx/vol.8/num4/art23/abril_art23.pdf)
7. Bustos, Kain, Leyton, & Vio. (2011). Cambios en el patrón de consumo de alimentos en escolares chilenos con la implementación de un kiosco saludable. Obtenido de Scielo: <http://www.scielo.org.ve/pdf/alan/v61n3/art10.pdf>
8. Chacón, Molina, & Ruíz. (2012). Promoción positiva de vegetales en preescolares costarricenses empleando el Kamishibai. Obtenido de Revista Académicas UCR: <http://revistas.ucr.ac.cr/index.php/psm/article/view/19734/20085>
9. Chávez. (2011). ¿Conocen las sodas escolares, cuáles serán las implicaciones que traerá la aplicación del nuevo Reglamento de Funcionamiento de estas sodas en Costa Rica?. Recuperado el 2016, de Universidad Latinoamericana de Ciencia y Tecnología: <http://bb9.ulacit.ac.cr/tesinas/publicaciones/CDTEA770.pdf>
10. Cocio. (2006). Estudio de la distribución del aceite en rodajas de papa frita. Obtenido de Universidad de Chile: [http://repositorio.uchile.cl/tesis/uchile/2006/cocio\\_c/sources/cocio\\_c.pdf](http://repositorio.uchile.cl/tesis/uchile/2006/cocio_c/sources/cocio_c.pdf)
11. Corral, Gil, Velasco, & Serrano. (2011). La importancia del programa de inducción, en las empresas del sector de servicio. Obtenido de Revista El Buzón de Pacioli: [http://www.itson.mx/publicaciones/pacioli/Documents/no74/28.-\\_ponencia\\_9\\_\\_1\\_.pdf](http://www.itson.mx/publicaciones/pacioli/Documents/no74/28.-_ponencia_9__1_.pdf)
12. Dirección de Economía Agrícola y del Desarrollo. (2006). Obtenido de Análisis de Seguridad alimentaria: [ftp://ftp.fao.org/es/ESA/policybriefs/pb\\_02\\_es.pdf](ftp://ftp.fao.org/es/ESA/policybriefs/pb_02_es.pdf)
13. El estado de alimentación escolar a nivel mundial. (2013). Obtenido de Programa Mundial de Alimentos:

<http://documents.wfp.org/stellent/groups/public/documents/communications/wfp262185.pdf>

14. Fautsch, & Glasauer. (2014). Guidelines for assessing nutrition-related knowledge, attitudes and practices. Obtenido de Food and Agriculture Organization of the United Nations: <http://www.fao.org/docrep/019/i3545e/i3545e.pdf>
  
15. Follonier, Bonelli, Walz, Fortino, & Marti. (2013). Consumo de alimentos en los kioscos de escuelas primarias públicas de la ciudad de Santa Fe. Obtenido de Universidad Nacional del Litoral de Argentina: <http://bibliotecavirtual.unl.edu.ar/ojs/index.php/FABICIB/article/view/4312>
16. Fuentes. (2012). Satisfacción laboral y su influencia en la productividad. Obtenido de Universidad Rafael Landívar: <http://biblio3.url.edu.gt/Tesis/2012/05/43/Fuentes-Silvia.pdf>
17. Fundación Educacional, Argentina. (2011). Obtenido de Preferencias y calidad nutricional de los alimentos consumidos durante el recreo por escolares de 9 a 12 años de la zona norte del Gran Buenos Aires: <http://www.educacional.org.ar/files/investigaciones/10/Relevamiento%20de%20datos%20sobre%20el%20consumo%20de%20alimentos%20durante%20los%20recreos%20escolares.pdf>
  
18. Granda. (2015). Tendencias nutricionales durante el horario de recreo en alumnos de Eso y Bachillerato. Obtenido de Universidad Politécnica de Madrid: [http://oa.upm.es/39433/1/TFM-Jorge\\_Granda\\_Alvarez.pdf](http://oa.upm.es/39433/1/TFM-Jorge_Granda_Alvarez.pdf)
19. Greppi. (2012). Hábitos alimentarios en escolares adolescentes. Obtenido de Universidad Abierta Interamericana: <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC111865.pdf>
20. Gutierrez, & Enciso. (2014). Impacto de los anuncios televisivos de alimentos y bebidas en las preferencias de consumo de los alumnos de la Primaria Amado Nervo de Tepic, Nayarit. Obtenido de Revista EDUCATECONCIENCIA: <http://tecnocientifica.com.mx/volumenes/V4A12.pdf>
21. Ibarra, Llobet, & Fernández. (2012). Contribución de la merienda al patrón alimentario de escolares con exceso de peso y estado nutricional normal, en Cartago, Costa Rica. Obtenido de Scielo: <http://www.scielo.org.ve/pdf/alan/v62n4/art04.pdf>
22. Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2011). Obtenido de X Censo Nacional de Población y VI de Vivienda: [http://www.cipacdh.org/pdf/Resultados\\_Generales\\_Censo\\_2011.pdf](http://www.cipacdh.org/pdf/Resultados_Generales_Censo_2011.pdf)
  
23. Jomaa, McDonnell, & Probart. (2011). School feeding programs in developing countries: impacts on children's health and educational outcomes. Obtenido de International Life Sciences Institute: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21294742>
24. Kopper. (2007). Estudio de Caso – Enfermedades Transmitidas por Alimentos en Costa Rica. Obtenido de Enfermedades transmitidas por alimentos y su impacto socioeconómico: <http://www.fao.org/3/a-i0480s/i0480s01.pdf>

25. Letona, P. (2013). Estudio exploratorio sobre la promoción y publicidad de alimentos y bebidas no saludables dirigida a niños en América Latina y el Caribe. Recuperado el 2016, de UNICEF:  
[http://www.unicef.org/lac/Estudio\\_exploratorio\\_promocion\\_alimentos\\_no\\_saludables\\_a\\_ninos\\_en\\_LAC\\_-\\_Informe\\_Completo\\_\(2\).pdf](http://www.unicef.org/lac/Estudio_exploratorio_promocion_alimentos_no_saludables_a_ninos_en_LAC_-_Informe_Completo_(2).pdf)
26. Macías. (2012). Hábitos alimentarios de niños en edad escolar y el papel de la educación para la salud. *Rev Chil Nut*, 39(3).
27. Mahan, Escott-Stump, & Raymond. (2013). En Krause Dietoterapia. España: Elsevier España, S.L.
28. Martínez, Lampin, & Castillo. (2015). Conocimiento y prácticas sobre la guía de nutrición e higiene del pine-mined de los encargados y/o dueños de los kioscos escolares en escuelas públicas de managua, octubre-diciembre del 2014. Recuperado el 2016, de Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua:  
<http://repositorio.unan.edu.ni/1051/1/22146.pdf>
29. Ministerio de Salud de Costa Rica. (2009). Recuperado el 2016, de Encuesta Nacional de Nutrición:  
[http://www.paho.org/cor/index.php?option=com\\_docman&view=download&category\\_slug=alimentacion-y-nutricion&alias=67-encuesta-nacional-de-nutricion-costa-rica-2008-2009&Itemid=222](http://www.paho.org/cor/index.php?option=com_docman&view=download&category_slug=alimentacion-y-nutricion&alias=67-encuesta-nacional-de-nutricion-costa-rica-2008-2009&Itemid=222)
30. Ministerio de Salud de Costa Rica. (2011). Recuperado el 2016, de Política Nacional para la Seguridad Alimentaria y Nutricional:  
<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/biblioteca-de-archivos/sobre-el-ministerio/politcas-y-planes-en-salud/politicas-en-salud/1106-politica-nacional-de-seguridad-alimentaria-y-nutricional-2011-2021/file>
31. Ministerio de Salud. (2016). Obtenido de Información manipulación de alimentos:  
<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/informacion/manipulacion-de-alimentos>
32. Maurer. (2013). Guía de Implementación de kioscos, cafetines y loncheras saludables para instituciones educativas. Perú.
33. Ministerio de Educación Pública. (Julio de 2013). Recuperado el 2016, de Reglamento para el funcionamiento y administración del servicio de soda en los centros educativos públicos:  
<http://www.mep.go.cr/sites/default/files/page/adjuntos/reglamento-vigente-2013.pdf>
34. Monge, & Nuñez. (2003). Avances sobre la calidad de la dieta en la población escolar y adolescente . Recuperado el 2016, de Instituto Costarricense de Investigación y Enseñanza en Nutrición y Salud: <http://www.binasss.sa.cr/CALIDAD.pdf>
35. Moore, Tapper, & Murphy. (2009). Feeding strategies used by primary school meal staff and their impact on children's eating. Obtenido de *Journal of Human Nutrition and Dietetics*: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19843200>
36. Municipalidad de Esparza. (2014). Recuperado el 2016, de Información Territorial del Cantón de Esparza: <http://muniesparza.go.cr/index.php/informacion-territorial>

37. Nthabiseng, & Groenewald. (2014). Assessing the quality of food served under a South African school feeding scheme: A nutritional analysis. Obtenido de South African Journal of Science :  
[http://sajs.co.za/sites/default/files/publications/pdf/Nhlapo\\_Research%20Article.pdf](http://sajs.co.za/sites/default/files/publications/pdf/Nhlapo_Research%20Article.pdf)
38. Núñez, Campos, Schumacher, H., & Alfaro. (2014). De las creencias de la comunidad educativa escolar sobre la alimentación, a las políticas institucionales del centro educativo. *Rev. Gestión de la Educación*, 5(1).
39. Palencia. (sf). Alimentación y salud claves para una buena alimentación. Obtenido de [http://www.unizar.es/med\\_naturista/Alimentacion%20y%20Salud.pdf](http://www.unizar.es/med_naturista/Alimentacion%20y%20Salud.pdf)
40. Pérez. (2001). El programa de alimentación escolar y su influencia en el rendimiento académico en los alumnos de escuelas básicas. Obtenido de Universidad Nacional Abierta: <http://biblo.una.edu.ve/docu.7/bases/marc/texto/t35029.pdf>
41. Pérez. (2004). Los jóvenes y el trabajo. Un estudio sobre representaciones sociales. Obtenido de Organización de Estados Iberoamericanos (OEI):  
<http://www.oei.es/historico/valores2/monografias/monografia04/reflexion03.htm>
42. Piaggio, Concilio, Rolón, Macedra, & Dupraz. (2011). Alimentación infantil en el ámbito escolar: entre patios, aulas y comedores. Obtenido de Scielo:  
<http://www.scielo.org.ar/pdf/sc/v7n2/v7n2a12.pdf>
43. Polanco, I. (2005). Alimentación del niño en edad preescolar y escolar. *Asociación Española de Pediatría*, 3(S1).
44. Portabella. (2015). Reglamento interno de empresas: propuesta de legislación del instituto en forma autónoma dentro de la ley de contrato de trabajo. Obtenido de Facultad de Derecho de la Universidad Católica:  
<http://wp000068.ferozo.com/RIDT/EXTRACTO%20DE%20TESIS%20-%20REGLAMENTO%20INTERNO%20DE%20EMPRESAS.pdf>
45. Proaño. (2014). Estado nutricional en niños de 6 a 9 años de la Escuela Fiscal Mixta Vespertina Reino de Bélgica y su relación con los conocimientos, actitudes y prácticas de las madres durante Junio del 2011. Obtenido de Universidad Católica del Ecuador:  
<http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/7537/8.29.000805.pdf?sequence=4>
46. Quizán, Anaya, Esparza, Orozco, & López. (2013). Efectividad del programa Promoción de alimentación saludable en estudiantes de escuelas públicas del estado de Sonora. México: *Rev de Estudios Sociales* 42, Universidad de Sonora.
47. Restrepo. (2003). La alimentación y nutrición del escolar. Obtenido de Universidad de Antioquía:  
[https://www.researchgate.net/profile/Sandra\\_Restrepo\\_Mesa/publication/37368345\\_La\\_alimentacion\\_y\\_la\\_nutricion\\_del\\_escolar\\_una\\_mirada\\_a\\_la\\_vida\\_cotidiana\\_Escuela\\_a\\_Tomas\\_Carrasquilla\\_Medellin/links/02bfe5122639ae0edc000000.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Sandra_Restrepo_Mesa/publication/37368345_La_alimentacion_y_la_nutricion_del_escolar_una_mirada_a_la_vida_cotidiana_Escuela_a_Tomas_Carrasquilla_Medellin/links/02bfe5122639ae0edc000000.pdf)
48. Rodríguez, Quintanilla, & Palacios. (2012). Impacto de los Programas de Alimentación Escolar del Ministerio de Educación en el aprendizaje de los niños y

- niñas de educación básica del centro escolar "Concepción de María" del departamento de San Vicente en el período marzo-agosto 2012. Obtenido de Universidad de El Salvador: [http://ri.ues.edu.sv/1706/1/trabajo\\_de\\_graduacion.pdf](http://ri.ues.edu.sv/1706/1/trabajo_de_graduacion.pdf)
49. Serafin. (2012). Manual de la educación escolar saludable. Obtenido de Food and Agriculture Organization of the United Nations :  
<http://www.fao.org/docrep/field/009/as234s/as234s.pdf>
50. Sevillano, & Sotomayor. (2012). Publicidad y consumo de alimentos en estudiantes de Huánuco (Perú). Obtenido de Revista Comunicar:  
<http://www.revistacomunicar.com/index.php?contenido=detalles&numero=39&articulo=39-2012-20>
51. Suárez, Echegoyen, Cerdeña, Perrone, & Petronio. (2011). Alimentación de los trabajadores dependientes residentes en Montevideo y ciudades cercanas. Obtenido de Scielo: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75182011000100007](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182011000100007)
52. Torresani, Raspini, Acosta, Giusti, García, Español, . . . Rodríguez. (2007). Consumo en cadenas de comidas rápidas y kioscos: preferencias de escolares y adolescentes de nueve colegios privados de Capital Federal y Gran Buenos Aires. Obtenido de Scielo: <http://www.scielo.org.ar/pdf/aap/v105n2/v105n2a04.pdf>
53. Valdivia, Morán, Quintanilla, Valderrama, Cardini, & Hidalgo. (2012). Manual del kiosco y lonchera escolar saludable. Obtenido de Municipalidad de Miraflores Perú: [www.miraflores.gob.pe/Manual\\_del\\_kiosco\\_y\\_lonchera\\_saludable.pdf](http://www.miraflores.gob.pe/Manual_del_kiosco_y_lonchera_saludable.pdf)
54. Velandia, Cárdenas, & Agudelo. (2009). ¿Qué ofrecen las tiendas escolares y qué consumen los estudiantes durante el descanso? Recuperado el 2016, de SCIELO: <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v16n1/v16n1a07.pdf>
55. Ventura, Cunha, d., Stedefeldt, & Rosso, d. (2015). Family farming products on menus in school feeding: a partnership for promoting healthy eating. Obtenido de Scielo: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-84782015001202267](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84782015001202267)

## ANEXOS

### Anexo 1. Instrumento: Encuesta sobre Conocimiento, Actitudes y Prácticas (CAP)

Universidad Hispanoamericana

Escuela de Nutrición

#### Encuesta sobre Conocimientos, Actitudes y Prácticas (CAP) con respecto al Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares

<p>Nombre del centro educativo:</p> <p>_____</p> <p>Nombre de la comunidad donde se encuentra el centro educativo:</p> <p>_____</p> <p>Distrito:</p> <p>_____</p>
---

<p>Toda la información brindada</p>
-------------------------------------

será confidencial y su nombre no será usado en ningún reporte que se publique de esta encuesta. Agradecemos el tiempo prestado y su aporte para el mejoramiento en la aplicación del Reglamento para el funcionamiento y administración de soda escolar

#### I. DATOS GENERALES

- Puesto laboral en la empresa: Dueño de la soda \_\_\_\_\_ Empleado de la soda \_\_\_\_\_
- Sexo de la persona encuestada : Mujer  Hombre
- ¿Qué edad tiene? \_\_\_\_\_
- ¿Sabe leer y escribir? SI  NO
- Procedencia: Rural: \_\_\_\_\_ Urbana: \_\_\_\_\_ Semi rural \_\_\_\_\_
- ¿Cuál es el nivel escolar más alto que usted llegó?

Primaria incompleta: \_\_\_\_\_ Primaria completa: \_\_\_\_\_

Secundaria incompleta: \_\_\_\_\_ Secundaria completa: \_\_\_\_\_ Nivel Superior: \_\_\_\_\_

- Tiempo de estar laborando en esta área (sodas escolares):  
 <5 años \_\_\_\_\_ 6-10 años \_\_\_\_\_ >10 años \_\_\_\_\_
- Antecedentes patológicos familiares:

¿Alguno de los miembros de su familia (abuelos, padres, hermanos y hermanas) ha sido diagnosticado con una o varias de las siguientes enfermedades?

Diabetes \_\_\_\_\_ Hipertensión \_\_\_\_\_ Cáncer o tumor maligno \_\_\_\_\_

Colesterol alto \_\_\_\_\_ Triglicéridos alto \_\_\_\_\_ Otra \_\_\_\_\_.

- Antecedentes patológicos personales:

¿Usted padece una o varias de las siguientes enfermedades?

Diabetes \_\_\_\_\_ Hipertensión \_\_\_\_\_ Cáncer o tumor maligno \_\_\_\_\_

Colesterol alto \_\_\_\_\_ Triglicéridos alto \_\_\_\_\_ Otra \_\_\_\_\_.

## II. CONOCIMIENTO DEL REGLAMENTO

1. ¿Conoce el Reglamento para el funcionamiento y administración de soda escolar?

Sí  No

2. ¿Por qué cree que existe el Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares?

- Para promover la salud de la comunidad educativa mediante el desarrollo y mantenimiento de hábitos alimentarios saludables
- Para regular las ganancias económicas del centro educativo
- No sabe

3. ¿Sabe cuál es el ente o persona encargada de inspeccionar y controlar el cumplimiento de Reglamento?

Sí sabe  No sabe  (Pasar a la pregunta número 4)

¿Podría indicar cuál de las siguientes opciones es la correcta?

Ministerio de Economía, Industria y Comercio \_\_\_\_\_

Ministerio de Educación y Ministerio de Salud \_\_\_\_\_

Municipalidad de Esparza\_\_\_\_\_ Dueño de la soda escolar\_\_\_\_\_

Otros\_\_\_\_\_

4. ¿Conoce cuáles serían las repercusiones al incumplir con el Reglamento?  
Sí las conoce  No las conoce  (Pasar a la pregunta número 5)

¿Podría indicar cuál de las siguientes opciones es la correcta?

Multa monetaria al administrador de la soda escolar\_\_\_\_\_

Anulación del contrato de concesión del servicio de soda escolar\_\_\_\_\_

Otras\_\_\_\_\_

5. ¿Existe en el centro educativo Comité de Salud y Nutrición, conformado, al menos, por las siguientes personas: a) Un representante del personal docente de cada ciclo, designado por el Director del Centro Educativo. b) Un representante del Patronato Escolar o de la Asociación de Padres de Familia. c) Un representante del Gobierno Estudiantil. d) Un miembro de la comunidad seleccionado por los otros miembros del Comité de Salud y Nutrición?

Sí existe  No existe  No sabe  No responde

6. ¿Sabe usted leer e interpretar de manera correcta la información nutricional adjunta en la etiqueta de los productos alimenticios que se venden en la soda escolar?

Sí sabe  No sabe

7. ¿Para las bebidas preparadas en la soda cual es el máximo de azúcar o edulcorante permitido por cada 250 mL de refresco o batido?

Dos cucharaditas (10 gramos) de azúcar o su equivalente en edulcorante

Una cucharadita (5 gramos) de azúcar o su equivalente en edulcorante

No sabe

No responde

8. ¿Si se desea agregar aceite, mayonesa, queso crema, natilla o salsas como aderezos, cuanto debe utilizarse como máximo en la preparación de alimentos por cada porción servida?

Dos cucharaditas (10 gramos) por porción servida

Tres cucharaditas (15 gramos) por porción servida

- No sabe  
 No responde
9. ¿Si se desea agregar margarina o mantequilla, cuanto debe utilizarse como máximo en la preparación de alimentos por cada porción servida?
- Una cucharadita (5 gramos) por porción servida  
 Dos cucharaditas (10 gramos) por porción servida  
 No sabe  
 No responde
10. ¿Si se desea utilizar panes para la preparación de emparedados o bocadillos, cual es la cantidad máxima de energía total permitida por cada 100 gramos de pan?
- 400 kilocalorías  100 kilocalorías  No sabe  No responde
11. ¿Cuál es la cantidad máxima de energía total permitida en 100 gramos de producto alimenticio pre-envasado (no bebida) para que sea permitida su venta en la soda escolar?
- 400 kilocalorías  250 kilocalorías  No sabe  No responde
12. ¿Cuál es la cantidad máxima de energía total permitida en 100 mililitros de bebida pre-envasada no láctea, para que sea permitida su venta en la soda escolar?
- 60 kilocalorías  150 kilocalorías  No sabe  No responde
13. ¿Cuál es la cantidad máxima de energía total permitida en 100 mililitros de bebida pre-envasada láctea (incluyendo leche, leche con sabores y yogurt), para que sea permitida su venta en la soda escolar?
- 70 kilocalorías  100 kilocalorías  No sabe  No responde
14. ¿Conoce las Guías Alimentarias de Costa Rica?
- Sí  No  No responde

### III. ACTITUD CON RESPECTO AL REGLAMENTO

15. ¿Cuál es su punto de vista con respecto a lo que exige el Reglamento, en cuanto a la selección y preparación de alimentos, en los servicios de soda de las instituciones educativas públicas y privadas?

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- En desacuerdo
- Muy en desacuerdo
- No contesta

16. ¿Cuál es su punto de vista con respecto a lo que exige el Reglamento, en cuanto a la venta de alimentos pre envasados, en los servicios de soda de las instituciones educativas públicas y privadas?

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- En desacuerdo
- Muy en desacuerdo
- No contesta

17. ¿Cuál es su punto de vista con respecto a recibir una capacitación con respecto a la correcta aplicación del Reglamento?

- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- En desacuerdo
- Muy en desacuerdo
- No contesta

18. Con respecto a sus funciones laborales en la soda escolar, ¿Cómo se siente realizando su trabajo?

- Muy satisfecho (a)
- Satisfecho (a)
- Insatisfecho (a)
- Muy insatisfecho (a)

No contesta

#### IV. PRÁCTICAS CON RESPECTO AL REGLAMENTO

Puesto que desempeña en la soda escolar: \_\_\_\_\_

A continuación se presenta una lista acciones con respecto al Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares a través de entrevista y observación al personal de la soda escolar.

**\*\*Acciones presentes= Sí Acciones ausentes= No**

19. ¿Tienen el Reglamento visible en la soda escolar? Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>
20. ¿Existe oferta diaria de frutas y vegetales frescos en la soda escolar? Sí existe <input type="checkbox"/> No existe <input type="checkbox"/>
21. ¿Los alimentos pre-empacados que se utilizan como materia prima en la preparación de alimentos que se venden en la soda, cuentan con el Registro Sanitario del Ministerio de Salud? Sí tienen registro <input type="checkbox"/> No tienen registro <input type="checkbox"/>
22. ¿Los alimentos pre-empacados que se venden a los escolares en la soda, cuentan con el Registro Sanitario del Ministerio de Salud? Sí tienen registro <input type="checkbox"/> No tienen registro <input type="checkbox"/>
23. Todo producto alimenticio pre empacado, que se vende en la soda, cuenta con etiqueta que indique el contenido nutricional. Sí cuentan <input type="checkbox"/> No cuentan <input type="checkbox"/>
24. ¿Se venden alimentos preparados con fritura profunda o por inmersión (“deep fried”)? Sí venden <input type="checkbox"/> No venden <input type="checkbox"/>
25. ¿Para cocinar los alimentos utilizan aceites libres de grasas trans? Sí utilizan <input type="checkbox"/> No utilizan <input type="checkbox"/>
26. ¿Los aderezos utilizados en los productos que se venden en la soda son libres grasas trans? Sí contienen grasas trans <input type="checkbox"/> No contienen grasas trans <input type="checkbox"/>
27. ¿Los embutidos utilizados en las preparaciones que se venden en la soda, son light? Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>
28. ¿Se venden bebidas gaseosas, incluso las “light” o “dietéticas” en la soda? Sí venden <input type="checkbox"/> No venden <input type="checkbox"/>
29. ¿Se venden bebidas pre-empacadas y bocadillos en cuya lista de ingredientes del etiquetado nutricional se indica como primer ingrediente: azúcar o azúcares (sirope, tapa de dulce, jarabe de maíz, etc.) o grasa (aceite, manteca vegetal o de cerdo)? Sí <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>

**¡GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!**

**Anexo 2. Consentimiento informado**

**UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA**

**ESCUELA DE NUTRICION**

**CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LOS(AS) PARTICIPANTES**

**Título:** Conocimientos, actitudes y prácticas, con respecto al reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares, del personal a cargo en escuelas públicas y privadas de Esparza, Puntarenas, 2016.

**Investigadora:** Marisol Quirós Fallas

**Correo electrónico:** maritotoqf @hotmail.com **Teléfono:** 8318-3711

- El propósito de este documento es explicar el motivo de esta investigación. Se le recomienda leer con detalle todo el documento y aclarar cualquier duda que surja. Si se encuentra de acuerdo a participar no dude preguntar cualquier situación antes o durante la investigación con la persona encargada.
- El objetivo principal de investigación es determinar conocimientos, actitudes y prácticas con respecto al Reglamento para el funcionamiento y administración de sodas escolares, del personal a cargo en escuelas públicas y privadas de Esparza, Puntarenas, como insumo para la elaboración de un programa educativo que permita la correcta aplicación del Reglamento.
- Los participantes de este estudio deben trabajar en centros educativos públicos y privados del cantón de Esparza que cuenten con el servicio de sodas escolar, que son 15.
- El participante debe contestar un cuestionario que consiste para determinar los conocimientos, las actitudes y las prácticas del personal de sodas escolares con respecto al Reglamento. El cuestionario consta de 4 partes. La primera parte llamada datos generales La segunda parte es para evaluar conocimientos en cuanto a aspectos básicos del Reglamento. En la tercera parte de cuestionario medir actitudes. Y para finalizar, como cuarta parte del instrumento evaluar las prácticas del personal con respecto al Reglamento.
- En todos los procedimientos descritos con anterioridad no existe ningún riesgo para la salud física y mental de las personas participantes.
- El mayor beneficio de esta investigación, es que la información recolectada permitirá obtener conclusiones pertinentes que serán insumo para la elaboración de un programa educativo que facilite la correcta aplicación de Reglamento.
- Toda la información recolectada en el estudio se manejará de manera científica, discreta y confidencial. Los resultados de este estudio se mantendrán de manera privada y solo se darán a conocer a los participantes si así lo desean, personalmente.

*Yo he leído (o alguien ha leído para mí) la información que se detalló anteriormente. Se me ha dado la oportunidad de preguntar. Todas mis inquietudes fueron respondidas satisfactoriamente. Dejo*

*constancia que mi participación es voluntaria y que puedo dejar de participar en el momento que yo lo decida.*

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_:\_\_ a.m. / p.m.

*Nombre del participante Cédula Firma Fecha Hora*

*Yo he explicado personalmente el estudio de investigación al participante y he respondido a todas sus preguntas. Creo que él (ella) entiende la información descrita en este documento de consentimiento informado y consiente libremente en participar en esta investigación.*

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_:\_\_ a.m. / p.m.

*Nombre del investigador/Cédula Firma Fecha Hora*

### **Anexo 3. Tabla estadística de distribución de chi cuadrado**

P = Probabilidad de encontrar un valor mayor o igual que el chi cuadrado tabulado, v = Grados de Libertad

v/p	0,001	0,0025	0,005	0,01	0,025	0,05	0,1	0,15	0,2	0,25	0,3	0,35	0,4	0,45	0,5
1	10,8274	9,1404	7,8794	6,6349	5,0239	3,8415	2,7055	2,0722	1,6424	1,3233	1,0742	0,8735	0,7083	0,5707	0,4549
2	13,8150	11,9827	10,5965	9,2104	7,3778	5,9915	4,6052	3,7942	3,2189	2,7726	2,4079	2,0996	1,8326	1,5970	1,3863
3	16,2660	14,3202	12,8381	11,3449	9,3484	7,8147	6,2514	5,3170	4,6416	4,1083	3,6649	3,2831	2,9462	2,6430	2,3660
4	18,4662	16,4238	14,8602	13,2767	11,1433	9,4877	7,7794	6,7449	5,9886	5,3853	4,8784	4,4377	4,0446	3,6871	3,3567
5	20,5147	18,3854	16,7496	15,0863	12,8325	11,0705	9,2363	8,1152	7,2893	6,6257	6,0644	5,5731	5,1319	4,7278	4,3515
6	22,4575	20,2491	18,5475	16,8119	14,4494	12,5916	10,6446	9,4461	8,5581	7,8408	7,2311	6,6948	6,2108	5,7652	5,3481
7	24,3213	22,0402	20,2777	18,4753	16,0128	14,0671	12,0170	10,7479	9,8032	9,0371	8,3834	7,8061	7,2832	6,8000	6,3458
8	26,1239	23,7742	21,9549	20,0902	17,5345	15,5073	13,3616	12,0271	11,0301	10,2189	9,5245	8,9094	8,3505	7,8325	7,3441
9	27,8767	25,4625	23,5893	21,6660	19,0228	16,9190	14,6837	13,2880	12,2421	11,3887	10,6564	10,0060	9,4136	8,8632	8,3428
10	29,5879	27,1119	25,1881	23,2093	20,4832	18,3070	15,9872	14,5339	13,4420	12,5489	11,7807	11,0971	10,4732	9,8922	9,3418
11	31,2635	28,7291	26,7569	24,7250	21,9200	19,6752	17,2750	15,7671	14,6314	13,7007	12,8987	12,1836	11,5298	10,9199	10,3410
12	32,9092	30,3182	28,2997	26,2170	23,3367	21,0261	18,5493	16,9893	15,8120	14,8454	14,0111	13,2661	12,5838	11,9463	11,3403
13	34,5274	31,8830	29,8193	27,6882	24,7356	22,3620	19,8119	18,2020	16,9848	15,9839	15,1187	14,3451	13,6356	12,9717	12,3398
14	36,1239	33,4262	31,3194	29,1412	26,1189	23,6848	21,0641	19,4062	18,1508	17,1169	16,2221	15,4209	14,6853	13,9961	13,3393
15	37,6978	34,9494	32,8015	30,5780	27,4884	24,9958	22,3071	20,6030	19,3107	18,2451	17,3217	16,4940	15,7332	15,0197	14,3389
16	39,2518	36,4555	34,2671	31,9999	28,8453	26,2962	23,5418	21,7931	20,4651	19,3689	18,4179	17,5646	16,7795	16,0425	15,3385
17	40,7911	37,9462	35,7184	33,4087	30,1910	27,5871	24,7690	22,9770	21,6146	20,4887	19,5110	18,6330	17,8244	17,0646	16,3382
18	42,3119	39,4220	37,1564	34,8052	31,5264	28,8693	25,9894	24,1555	22,7595	21,6049	20,6014	19,6993	18,8679	18,0860	17,3379
19	43,8194	40,8847	38,5821	36,1908	32,8523	30,1435	27,2036	25,3289	23,9004	22,7178	21,6891	20,7638	19,9102	19,1069	18,3376
20	45,3142	42,3358	39,9969	37,5663	34,1696	31,4104	28,4120	26,4976	25,0375	23,8277	22,7745	21,8265	20,9514	20,1272	19,3374