



## **“Chavos más Sanos en la Escuela”**

**Evaluación del impacto del proyecto sobre los escolares y sus padres**

**Evaluación de la aceptación y utilidad del material didáctico**

**-RESUMEN DEL REPORTE FINAL-**



## Presentación

El proyecto “Chavos más Sanos en la Escuela” se realizó durante el ciclo escolar 2014-2015 en 131 escuelas públicas de seis municipios del estado de Quintana Roo: Othón P. Blanco, Benito Juárez, Lázaro Cárdenas, José María Morelos, Felipe Carrillo Puerto y Bacalar.

Su objetivo principal fue favorecer la formación de hábitos saludables -principalmente de alimentación, higiene y actividad física- en niños de edad escolar, para contribuir así a la prevención del sobrepeso y la obesidad en este grupo de edad, así como sus consecuencias.

Para lograr este objetivo, se desarrolló material didáctico basado en actividades lúdicas -utilizando la imagen del Chavo Animado - diseñadas para favorecer la construcción de conocimientos sobre hábitos saludables (específicamente alimentación, actividad física e higiene) en los escolares y fomentar en ellos la conciencia de su propia capacidad de decidir y aplicar en su vida diaria estos hábitos, así como motivarlos a realizar actividades sencillas y concretas para integrar una alimentación correcta y un estilo de vida saludable.

Para llevar a cabo esta intervención, se capacitó a los maestros de las 131 escuelas en las que se implementó el proyecto. A cada niño de estas escuelas se le proporcionó un *Cuaderno de Actividades*, además, los maestros contaron con el *Manual del Profesorado*, que fue su guía principal durante este proceso. El programa se complementó con diversos materiales como carteles, una pizarra de activación física, la Guía de orientación alimentaria y actividad física, Apuntes para Padres, entre otros. Todos estos materiales se desarrollaron con el fin de reforzar la motivación para la adquisición de hábitos saludables. La intervención consistió principalmente en llevar a cabo una actividad de los *Cuadernos de actividades*, cada 15 días y durante un periodo aproximado de media hora, durante todo el ciclo escolar.

Como apoyo a la intervención se hicieron dos visitas a cada una de las escuelas del programa a lo largo del ciclo escolar. En estas visitas se entrevistó al director y/o algunos maestros de la escuela, y su objetivo principal fue acompañar a los responsables del programa en cada escuela y mantener un contacto cercano con ellos, con la finalidad de reforzar la motivación, resolver dudas sobre el programa o sobre los materiales y ofrecer un apoyo para resolver las dificultades que puedan surgir.

Cabe mencionar que en el contexto escolar, este proyecto fue uno de varios programas que las escuelas llevan a cabo, por lo que para las escuelas, la denominación del proyecto que se adoptó fue de programa “Chavos más sanos en la Escuela”.

La etapa final del proyecto es la evaluación, y su principal objetivo es valorar de forma general el programa “Chavos más Sanos en la Escuela”. A continuación se muestran los resultados de esta evaluación en las siguientes áreas:

- Impacto del programa sobre los destinatarios (beneficiarios) finales: los escolares, sus padres y la comunidad educativa en general.
- Aceptación y utilidad del material por parte de los maestros participantes.

## Evaluación del impacto del programa

Los comportamientos hacia la salud –como los hábitos de alimentación y de actividad física- inciden directamente en el estado de nutrición y salud de los individuos, por lo que las actividades del programa se encaminaron a mejorar estos hábitos, fortaleciendo las determinantes positivas de estos comportamientos y motivando a los escolares al autocuidado de su salud. Por ello, se han considerado algunas variables psicosociales que inciden directamente en el comportamiento hacia la salud, por lo que la evaluación de impacto considera medir el cambio logrado, en el transcurso del año escolar, en las siguientes variables:

En los escolares:

1. Conocimientos adquiridos por el o la escolar sobre: alimentación correcta, actividad física, hábitos de higiene, sobrepeso y obesidad.
2. Principales hábitos de alimentación y actividad física (en los escolares de 3º a 6º grado).
3. Cambio en la autoeficacia de las y los escolares hacia la alimentación y la actividad física. Entendiendo autoeficacia como la confianza que tienen los escolares en sus capacidades para lograr, en este caso, la mejora en los hábitos de alimentación y de actividad física.
4. Mejora de prácticas de alimentación y actividad física en la escuela: tipo de refrigerio que comen los niños en la escuela, consumo de agua simple y actividad física en el recreo.

En los padres de los escolares:

1. Expectativas positivas hacia la actividad física: juicio acerca de las probables consecuencias de que los hijos realicen actividad física.
2. Percepción de barreras: apreciación de las posibles dificultades para que los hijos realicen actividad física y se alimenten adecuadamente.
3. Creencias hacia la alimentación: conjunto de convicciones y valores sobre la alimentación adecuada para niños y niñas de edad escolar.

4. Actitud hacia la alimentación: disposición psicológica que impulsa a los padres a reaccionar en forma favorable o desfavorable hacia los cambios en la alimentación de sus hijos.

Para evaluar el impacto del programa sobre sus destinatarios finales, se llevó a cabo un estudio longitudinal en cinco escuelas pertenecientes al programa y en una escuela control, con una muestra total de 395 escolares participantes y sus respectivos padres.

Tipo de muestreo: por conglomerados, se incluyeron cinco escuelas del total del universo de planteles incluidos en el programa.

Unidad última de muestreo: Escolares que asistieron a las escuelas primarias incluidas.

Determinación de la muestra:

La determinación del tamaño de la muestra se basó en la prevalencia estimada para el sobrepeso y la obesidad en escolares de México. El marco muestral son las escuelas públicas de Quintana Roo. La fórmula utilizada fue la siguiente:

$$n = \frac{Z^2 pq}{d^2}$$

En donde:

$$Z^2 = 1.96$$

p = proporción a estimar

$$q = 1 - p$$

d = error para la estimación expresado como proporción

$$\frac{(1.96)^2 (.344)(.656)}{(0.05)^2} = \frac{0.8159}{0.0025} = 326.4 + 20\% (\text{posibles pérdidas}) = 392$$

Las escuelas seleccionadas para esta evaluación se muestran en la tabla 1.

<b>Tabla 1. Escuelas seleccionadas para la evaluación del proyecto Chavos más Sanos</b>					
<b>ESCUELA</b>	<b>CLAVE</b>	<b>ZONA</b>	<b>MUNICIPIO</b>	<b>TURNO</b>	<b>TIPO</b>
Eleuterio Balam Euan	23DPR0047B	14	FELIPE CARRILLO PUERTO	VESPERTINO	Rural
Lázaro Cárdenas del Río	23DPR0028M	21	OTHÓN P. BLANCO	COMPLETO	Rural
Gabino Barreda	23DPR0347Z	11	LÁZARO CÁRDENAS	MATUTINO	Urbana
Popol Vuh	23DPR0641B	36	BENITO JUÁREZ	MATUTINO	Urbana
Carmen Serdán	23DPR0549V	36	BENITO JUÁREZ	VESPERTINO	Urbana
Patria T.V. (escuela control)	23DPR0402B	1	OTHÓN P. BLANCO	VESPERTINO	Urbana

La escuela Patria T.V. no pertenece al programa, en incluyó en la evaluación como grupo control, para poder evaluar en qué medida los cambios obtenidos se deben al programa y no a lo visto comúnmente durante el curso escolar en materia de alimentación y actividad física.

En septiembre de 2014 se visitaron las seis escuelas seleccionadas para realizar la evaluación. Durante esta visita, se aplicaron dos cuestionarios a los escolares: de conocimientos y de autoeficacia, y dos cuestionarios a padres de familia: de creencias y actitudes hacia la alimentación, y de expectativas y percepción de barreras hacia la actividad física. Además, se llevó a cabo una observación directa de los niños durante el recreo.

Cada escuela se visitó durante dos días. En el primero, se aplicaron los cuestionarios a los niños y se enviaron los cuestionarios a los padres de familia. El segundo día de la visita, se recolectaron los cuestionarios de los padres de familia ya contestados. Durante las dos visitas se observó a los niños durante la hora del recreo.

Durante el mes de junio de 2015, se aplicaron nuevamente los cuestionarios de evaluación a los 395 niños pertenecientes a la muestra inicial y a sus padres; así mismo, se realizó nuevamente la observación directa de las prácticas de alimentación y actividad física de los escolares durante el recreo.

A través de un análisis estadístico basado en pruebas paramétricas para las variables

cuantitativas y no paramétricas para variables cualitativas, se evaluó el efecto del programa sobre los escolares de Quintana Roo y sus familiares.

## Resultados respecto a los escolares

En la tabla 2 se muestra el total de niños encuestados por escuela y por grado escolar.

Tabla 2. Escolares encuestados por escuela								
		Escuela						Total
		Popol Vuh	Carmen Serdán	Gabino Barreda	Lázaro Cárdenas	Eleuterio Balam Euan	Patria	
Grado	1	12	12	1	12	12	12	61
	2	12	12	3	12	12	12	63
	3	11	12	3	11	12	14	63
	4	13	12	6	13	12	10	66
	5	13	12	10	12	12	12	71
	6	11	12	12	12	12	12	71
Total		72	72	35	72	72	72	395

El total de la muestra se conformó por 179 niños (45.3%) y 216 niñas (54.7%). Se realizó una prueba Z para saber si había diferencia entre la proporción de niños y niñas por escuela y por grado escolar y se encontró que no hubo diferencia, lo que significa que, estadísticamente hablando, las escuelas y los grados escolares guardan la misma proporción de niños y niñas. En las tablas 3 y 4 se muestran estas proporciones.

## Efectos más significativos del programa sobre los escolares

El programa Chavos más Sanos en la Escuela incidió principalmente en los conocimientos que los niños y niñas beneficiarios del mismo tienen sobre la alimentación correcta y los beneficios de la actividad física y los hábitos de higiene. Esto es primordial porque uno de los principales pasos para lograr el cambio de hábitos es saber cómo hacerlo.

El promedio inicial obtenido respecto a los conocimientos denota la falta de cultura de la salud en los niños de las escuelas encuestadas al inicio del programa, y la necesidad de contar con un programa como el que se llevó a cabo. Esta falta de cultura se vio reflejada

al estudiar los hábitos de estos niños, por ejemplo, más del 20% reportaron no desayunar diariamente, siendo la “falta de tiempo” uno de los factores que influye principalmente en que no desayunen.

Por otro lado, no es solo importante saber cómo adquirir un hábito saludable, sino tener también la confianza de que puede lograrse y estar motivado para hacerlo. El programa logró aumentar en forma significativa la confianza que tienen los escolares de que poseen la capacidad de lograr hábitos saludables y que pueden buscar diferentes alternativas para hacerlo, lo que a su vez derivó en el aumento de la autoeficacia tanto para la actividad física como para la alimentación correcta.

Se encontró una clara diferencia entre la escuela control y las escuelas en las que se realizó la intervención educativa, sin embargo el programa no tuvo el mismo efecto en las diferentes escuelas. El mayor impacto se observó en la escuela Popol Vuh, lo que significa que el efecto sobre los alumnos dependió en gran medida de la manera en que se llevó a cabo el programa dentro del plantel escolar.

Respecto a los hábitos alimentarios, el efecto principal se observó en el aumento del consumo de agua, y aunque hubo una mejora en casi todos los aspectos evaluados, esta no fue significativa; a pesar de ello, la escuela control presentó menos cambios en estos hábitos.

Respecto a la actividad física, hubo un efecto positivo en el número de días y el tiempo que los escolares realizan actividad física en el recreo, siendo nuevamente la escuela Popol Vuh, la que tuvo un mayor efecto, seguida de la escuela Carmen Serdán y la Gabino Barreda, que fueron estadísticamente diferentes a la escuela control.

Aunque no hubo cambios significativos respecto a las actividades sedentarias que realizan los escolares, en este grupo de población estas actividades no son un importante factor de riesgo para el sobrepeso y la obesidad, ya que al menos 60% de los niños ven TV menos de dos horas y casi el 50% nunca usa la computadora, porque no la tienen en casa.

## Resultados respecto a los padres de familia

Los beneficiarios principales del programa son los escolares, aun así se aplicó un cuestionario para evaluar las expectativas que tienen los padres y/o madres de familia respecto a la actividad física que realizan sus hijos y las barreras que perciben para que la lleven a cabo, con el fin de conocer lo que piensan los padres de familia, si sus creencias influyeron en los resultados obtenidos en los escolares y para saber si de alguna forma, a través del programa, hubo algún cambio en su manera de pensar. Así mismo se les preguntó sobre las creencias y actitudes hacia la alimentación de sus hijos. El total de padres encuestados por escuela, en las mediciones inicial y final se muestran en la tabla 3.

Tabla 3. Total de Padres Encuestados por Escuela		
Escuela	Inicial	Final
Popol Vuh	49	23
Carmen Serdán	42	46
Gabino Barreda	24	21
Lázaro Cárdenas	59	39
Eleuterio Balam E.	45	39
Patria	17	36
<b>Total</b>	<b>236</b>	<b>204</b>

## Expectativas sobre la actividad física

Las expectativas de resultado de los padres hacia que sus hijos realicen la actividad física se define como el juicio que ellos tienen acerca de las probables consecuencias de que los hijos realicen actividad física, y pueden ser positivas o negativas. Diez ítems del cuestionario utilizado evaluaron la presencia de expectativas de resultado positivas, con un valor máximo de 50, considerando que las expectativas que tiene el padre y/o la madre son positivas si la sumatoria de la escala es igual o mayor a 36. Tres ítems evalúan la presencia de expectativas negativas, con un valor máximo de 15, encontrando que los padres tienen este tipo de expectativas con un valor sumatorio de 11 o más.

Media y desviación estándar de las escalas de las expectativas de los padres de familia hacia la actividad física de sus hijos por escuela								
Escuelas	Expectativas Positivas				Expectativas Negativas			
	Inicial		Final		Inicial		Final	
	Media	D.S.	Media	D.S.	Media	D.S.	Media	D.S.
Popol Vuh	44.45	3.6	44.71	4.3	7.81	1.89	7.35	2.4
Carmen Serdán	43.7	4.3	44.41	5.8	9.63	6.59	9.27	2.1
Gabino Barreda	43.62	2.7	42.25	4.3	8.35	2.77	9.13	2.4
Lázaro Cárdenas	41.64	5	40.82	4.9	9.19	2.29	9.16	1.7
Eleuterio Balam E.	42.16	5.1	43.53	4.9	11.5	12.3	9.45	1.9
Patria	43.77	3.5	44.00	6.2	9.00	2.54	8.97	2.7
Total	43.03	4.4	43.37	5.3	9.36	6.4	8.97	2.3



Por otro lado, también se analizó, utilizando la prueba de Mann Whitney, si hubo diferencia en la autoeficacia que presentan los niños hacia la actividad física cuando las expectativas de sus padres son positivas y cuando son negativas. Se observó que cuando los padres presentan expectativas positivas hacia la actividad física que realizan sus hijos, ellos presentan una mayor autoeficacia (sig .029). Al presentar expectativas negativas, la autoeficacia se reduce, pero esta reducción no fue estadísticamente significativa.

## Percepción de barreras hacia la actividad física

Respecto a las posibles barreras para que sus hijos realicen actividad física, se preguntó a los padres si perciben su vecindario como adecuado para caminar, sobre los obstáculos que presenta para que hagan esta actividad, sobre la seguridad del vecindario o comunidad y la percepción de peligros en el mismo; también se les preguntó si la falta de tiempo podría ser un obstáculo para apoyar a sus hijos para que realicen actividad física.

La escala de percepción de barreras está compuesta por cinco dimensiones:

*Percepción del vecindario como adecuado para caminar y Percepción de falta de tiempo como obstáculo para realizar actividad física*, con dos ítems cada dimensión, con valor máximo de 10. Si la sumatoria de los ítems es igual o mayor a 8, sí percibe su vecindario como un lugar adecuado para caminar.

*Percepción de obstáculos para realizar actividad física*, con cuatro ítems. Si la sumatoria de los ítems fue igual o mayor a 14, sí percibe obstáculos para realizar actividad física.

*Percepción del vecindario y/o instalaciones del mismo como lugares seguros para realizar actividad física*, compuesta por cinco ítems. Si la sumatoria fue igual o mayor a 18, sí percibe seguridad para realizar actividad física en su vecindario.

*Percepción de peligro en el vecindario*, con tres ítems. Si la suma de los ítems es igual o menor a 10, no percibe la presencia de peligros en el vecindario.

Percepción de barreras hacia la actividad física						
MEDICIÓN INICIAL	Sí percibe		No percibe		Total	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Obstáculos	114	50.4	112	49.6	226	100
Seguridad	40	42.1	55	57.9	95	100
De peligro	58	26.2	163	73.8	221	100
Falta de tiempo	49	20.9	185	79.1	234	100
MEDICIÓN FINAL	Sí percibe		No percibe		Total	
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%
Obstáculos	93	54.1	79	45.9	172	100
Seguridad	45	46.4	39	53.6	84	100
De peligro	58	31	129	69	187	100
Falta de tiempo	43	22.6	147	77.4	190	100

Media y desviación estándar de percepción de barreras de los padres de familia hacia la actividad física de sus hijos por escuela																				
Barreras	Vecindario Adecuado		Obstáculos		Seguridad		Peligro en el Vecindario		Falta de Tiempo											
	Inicial	Final	Inicial*	Final**	Inicial	Final	Inicial*	Final**	Inicial*	Final***										
Escuelas	Media DS	Media DS	Media DS	Media DS	Media DS	Media DS	Media DS	Media DS	Media DS	Media DS										
Popol Vuh	7.2	2.4	7.3	1.9	11.9	3.7	13.5	4.5	18.2	3.7	15	6.2	6.3	3.1	7.1	2.6	4.1	2.3	4.4	2.3
Carmen Serdán	6.7	2.6	6.9	2.5	14.8	3.5	14.5	4	14.8	3.5	15.2	5.4	8.5	3.9	8.8	3.7	5.3	2	6.2	2.5
Gabino Barreda	6.6	1.8	7.3	2.1	15.2	3.4	15.8	2.9	15.2	3.4	16.7	4.8	7.0	3.3	8.5	3.1	4.6	2.6	4.4	3.13
Lázaro Cárdenas	6.8	2.2	6.7	2	11.7	4	12.8	3.9	11.7	4	12	4.4	7.5	3.3	8.7	4.2	5.1	2.6	4.7	2.2
Eleuterio Balam E.	8.0	4.6	7	2	15	4	15.1	3.6	15	4	16.2	4.9	10	3.8	9.7	3.6	6.4	2	5	2
Patria	6.6	2.7	8	2.1	12	4	12	4.6	12	4	20.5	4.2	7.7	3.8	8.2	4.1	4.6	2.3	5.4	2.8
<b>Total</b>	<b>7.0</b>	<b>2.9</b>	<b>7.2</b>	<b>2.2</b>	<b>13.3</b>	<b>4.1</b>	<b>13.9</b>	<b>4.1</b>	<b>13.3</b>	<b>4.1</b>	<b>Dato?</b>	<b>7.9</b>	<b>3.7</b>	<b>8.6</b>	<b>3.7</b>	<b>5.0</b>	<b>2.5</b>	<b>5.2</b>	<b>2.5</b>	

## Creencias y actitudes hacia la alimentación

Se evaluaron las creencias y actitudes que tienen los padres de familia respecto a la alimentación de sus hijos, entendiendo como creencias al conjunto de convicciones y valores sobre la alimentación adecuada para niños y niñas de edad escolar, y actitudes como la disposición psicológica que impulsa a los padres a reaccionar en forma favorable o desfavorable hacia los cambios en la alimentación de sus hijos.

El cuestionario utilizado tuvo como objetivo valorar lo que los padres de familia piensan y creen sobre la alimentación de sus hijos, así como sus sentimientos a favor o en contra de algunas prácticas de alimentación. Este cuestionario evalúa cuatro dimensiones: tres dimensiones evaluadas a través de seis items cada una: creencias positivas, creencias negativas y actitudes negativas, con un valor máximo puntaje de 30 para cada escala; y cuatro items para valorar las actitudes positivas, con un valor máximo puntaje de 20.

Creencias y actitudes de padres de familia hacia la alimentación de sus hijos.										
	Sí percibe				No percibe				Total	
	Inicial		Final		Inicial		Final		Inicial	Final
	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	Frecuencia	%	(n)	(n)
<b>Creencias positivas</b>	208	99.5	175	100	1	0.5	-	-	209	175
<b>Creencias negativas</b>	93	44.7	11	2.6	115	55.3	171	94	208	182
<b>Actitudes positivas</b>	205	99	178	98.9	2	1	2	1.1	207	180
<b>Actitudes negativas</b>	45	22.1	11	2.6	159	77.9	171	94	204	182

Media y desviación estándar de las escalas de creencias y actitudes de los padres de familia sobre la alimentación de sus hijos por escuela.																
Escuelas	Creencias Positivas		Creencias Negativas		Actitudes Positivas		Actitudes Negativas									
	Inicial***	Final	Inicial*	Final**	Inicial	Final***	Inicial*	Final*								
	Media	DS	Media	DS	Media	DS	Media	DS	Media	DS						
<b>Popol Vuh</b>	26.6	3	26.6	3.3	14.2	7.8	8.8	2.5	16.9	2.2	15.6	2	10.9	3.2	10.1	3
<b>Carmen Serdán</b>	27	2	27	3.4	14.3	4.3	10.6	4	17	2	17.3	2.1	12.3	3.4	12.4	5.5
<b>Gabino Barreda</b>	25.3	2.8	24.9	3	17.3	3.3	10	3.2	16.5	2.3	16.4	2.1	12.8	5.1	12.9	2.7
<b>Lázaro Cárdenas</b>	26.5	3.7	25.5	3.3	16.4	4.6	10.3	2.5	16.2	2.6	16.2	2.4	13.6	5.1	14.5	4.8
<b>Eleuterio Balam E.</b>	25	3.4	26.2	3.3	18.4	4.7	12.1	3.2	16.2	2.5	16.9	2.6	16.2	5.6	16	5.3
<b>Patria</b>	26.5	2.8	25.5	3.5	13	2.5	10.4	3.3	16.7	2.3	17	2.4	11.0	2.8	13	4.1
<b>Total</b>	26.2	3.2	26	3.3	15.7	5.5	10.5	3.3	16.6	2.3	16.7	2.4	12.9	4.7	13.4	4.9

Probablemente, el que los niños trabajaran los conceptos de alimentación correcta y hábitos saludables y el material complementario del programa, como los apuntes para padres, influyeron en la drástica reducción de creencias negativas de los padres, lo cual se vio reflejado también en el aumento significativo de la autoeficacia de los niños y niñas hacia la alimentación correcta.

## Evaluación de la aceptación y utilidad del material

Para evaluar la aceptación del programa por parte de los profesores de primaria y qué tan útil lo consideran, se aplicó un cuestionario con escala tipo Likert a una muestra de 88 maestros de once escuelas pertenecientes al programa. También se evaluaron aspectos como su opinión sobre qué tan factible le pareció su implementación y qué tan atractivo resultó para los escolares.

Para calcular el tamaño de la muestra para esta etapa de la evaluación, se utilizó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z_{\alpha}^2 \cdot N \cdot p \cdot q}{i^2 (N - 1) + Z_{\alpha}^2 \cdot p \cdot q}$$

Donde n= Tamaño muestral

N= tamaño de la población

Z= 1.96

p =0.5 y q:=1 – p

i = 0.1 (máximo error esperado).

$$\frac{(1.96)^2 (1350)(0.5)(0.5)}{(0.1)^2 (1349) + (3.84)(0.5)(0.5)} = \frac{1,296}{31.3} = 88.68$$

A continuación se definen los indicadores utilizados para esta evaluación:

INDICADOR 1	Porcentaje de maestros que percibieron los <i>Cuadernos</i> de actividades como atractivos para sus alumno(a)s.
INDICADOR 2	Porcentaje de maestros que consideraron que sus alumno(a)s se identificaron con el material.
INDICADOR 3	Porcentaje de maestros que consideraron útil el material dentro del aula.

INDICADOR 4	Porcentaje de maestros que consideraron que fue factible llevar a cabo el Programa en su escuela.
INDICADOR 5	Total de actividades del <i>Cuaderno</i> realizadas durante el ciclo escolar.
INDICADOR 6	Total de maestros que consideraron eficaz el <i>Manual</i> del profesorado.

Para el análisis de estadístico se utilizó el programa SpSS19. En la tabla 4 se muestra el total de encuestas realizadas por escuela:

<b>Tabla 4 Maestros encuestados por escuela</b>		
<b>Escuela</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Popol Vuh	7	8
Carmen Serdán T.V.	5	5.7
Gabino Barreda	11	12.5
Lázaro Cárdenas	6	6.8
Eleuterio Balam E.	7	8
Carmen Serdán T.M.	8	9.1
Serapio Rendón Alcocer	12	13.6
Ford 109	7	8
Miguel Medina Avilés	10	11.4
Patria T.M.	6	6.7
Jesús Cetina Salazar	9	10.2
<b>Total</b>	<b>88</b>	<b>100</b>

## Resultados

A continuación se muestran los resultados de esta evaluación. Es de tomar en cuenta que casi el 100% de los maestros reportó haber concluido todas las actividades del cuaderno, solo tres maestros reportaron no haber podido concluir. En las tablas 42 a la 46 se observan las variables evaluadas y los aspectos considerados en cada una de ellas. Casi el

100% de los maestros consideran que las actividades son atractivas y divertidas, y poco más del 94% que los niños disfrutaron mucho en llevarlas a cabo.

### Conclusiones respecto al material

La aceptación del programa “Chavos más Sanos en la Escuela” fue muy buena en las escuelas en las que se implementó. Los maestros consideran que es un programa útil y que los materiales, además de ser divertidos, son un excelente apoyo en la enseñanza de hábitos adecuados de alimentación, higiene y actividad física, además de ser un buen auxiliar en el reforzamiento de algunos temas de la currícula de la SEP.

El punto más débil del programa fue que algunos maestros consideraron que la organización de las escuelas no propicia o facilita su implementación y que, a pesar de ser muy bueno, en ocasiones la falta de tiempo no permite que se lleve a cabo como está, aunque esto no influyó en que el programa se realizara conforme a lo planeado, excepto algunas actividades físicas, debido a la falta de infraestructura en la escuela.

Casi todos los comentarios recibidos fueron favorables, la mayoría de los maestros expresaron su agradecimiento y solo hubo dos comentarios en los que se reiteró que, a pesar de las bondades del programa, a veces la carga de trabajo no les permite realizarlo como quisieran.

Se recomienda hacer énfasis a los maestros y directores en que incluyan las actividades del *Cuaderno* desde que hacen la planificación didáctica, para de esta manera reducir las posibles dificultades por la carga de trabajo en el aula.

### Conclusiones y comentarios finales

Una vez finalizada la evaluación, se puede concluir que la intervención “Chavos más Sanos en la Escuela” cumple con su objetivo principal, que es el favorecer la formación de hábitos saludables -principalmente de alimentación, higiene y actividad física- en niños de edad escolar.

Los principales efectos observados en los escolares fueron:

- Aumento en los conocimientos sobre la alimentación correcta, la actividad física y los hábitos de higiene.
- Aumento en la autoeficacia para realizar actividad física, principalmente en la búsqueda de alternativas para poder llevarla a cabo y en sus expectativas de habilidad.

- Aumento en la autoeficacia para llevar a cabo una alimentación correcta, principalmente en la búsqueda de alternativas positivas
- Aumento en el consumo de agua.
- Aumento en el consumo de verduras y frutas.
- Aumento en días y tiempo que los escolares realizan actividad física en la escuela.

Los principales efectos observados en los padres de familia fueron:

- Disminución de las creencias negativas hacia la alimentación de sus hijos.
- Disminución de las actitudes negativas hacia la alimentación de sus hijos.

Además, se observó una concientización general en la comunidad escolar sobre la importancia de tener disponible a la hora del recreo alimentos saludables y agua simple potable.

Principales hallazgos:

La autoeficacia de los escolares se encuentra relacionada con las expectativas de resultado de que realicen actividad física de sus padres, a mayores expectativas positivas mayor autoeficacia y a mayores expectativas negativas, menor autoeficacia.

El programa Chavos más Sanos no influyó sobre la percepción de obstáculos de los padres para que sus hijos realicen actividad física, como percepción de peligro, inseguridad, etc. y estas percepciones a su vez, no influyen sobre la autoeficacia de los hijos. Estas percepciones cambiaron dependiendo de la escuela, esto puede deberse a las características del lugar en el que se encuentran ubicadas.

Las creencias y actitudes negativas de los padres hacia la alimentación influyeron en la autoeficacia de sus hijos hacia esta conducta. Al disminuir, aumentó esta autoeficacia.

Aunque no hubo efecto en el tiempo que los escolares ven TV, juegan videojuegos o pasan sentados frente a la computadora, éste no parece ser un factor de riesgo importante en este grupo de población, ya que al menos el 60% cumple con las recomendaciones.

La aceptación general del programa fue muy buena, se considera un programa útil en la formación de hábitos saludables y un apoyo en los temas de la currícula de la SEP.

Los efectos fueron diferentes, dependiendo de la escuela en que se aplicó. La escuela con mayores efectos fue la Popol Vuh, ubicada en Cancún. Probablemente entre los factores que marcaron la diferencia entre las escuelas se encontró el grado de compromiso de los maestros con el proyecto; sin embargo, se recomienda ahondar más en este punto, para mejorar el impacto de la intervención.

Las principales áreas de oportunidad detectadas fueron:

Reforzar en los escolares su confianza en que tienen la capacidad suficiente para superar las barreras que se les presentan cotidianamente para hacer actividad física y tener una alimentación adecuada.

Hacer énfasis en que los maestros incluyan las actividades del *Cuaderno* en su planeación didáctica.

Continuar haciendo hincapié en la importancia de que en la escuela haya siempre disponible agua simple potable y verduras y frutas.

La experiencia de haber implementado el proyecto “Chavos más Sanos en la Escuela” en comunidades tanto urbanas como rurales demostró que es posible, a través de una intervención educativa basada en el constructivismo<sup>1</sup>, incidir en las determinantes psicosociales de diferentes comportamientos hacia la salud en los niños, en este caso los hábitos de alimentación, actividad física e higiene. El enfoque pedagógico utilizado en el programa fue exitoso.

Un reto importante es convencer a los padres de familia y a la comunidad escolar en general que lograr una alimentación adecuada es alcanzable en todos los medios sociales y que la alimentación saludable no está peleada con la economía familiar. Los efectos positivos en las creencias y actitudes de los padres, a pesar de su limitada participación, demuestran que puede ser de gran provecho tratar de involucrarlos más en la intervención.

## Responsables de la evaluación

Ma. de los Angeles Aedo  
Teresita del Niño Jesús Gómez  
María Gabriela Vivas

## Contacto

Fundación Chespirito IAP  
Ricardo Palmerín 11, Col. Guadalupe Inn,  
Álvaro Obregón, CP 01020, México, D.F.  
Tel. 5550-1628  
[www.fundacionchespirito.org](http://www.fundacionchespirito.org)

---

<sup>1</sup> Corriente pedagógica que postula la necesidad de entregar al alumno herramientas que le permitan construir sus propios procedimientos para resolver una situación problemática, lo que implica que sus ideas se modifiquen y siga aprendiendo.