

APRENDIZAJE SOBRE HáBITOS SALUDABLES EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN PRIMARIA EN LIMA NORTE

LEARNING ABOUT HEALTHY HABITS AMONG PRIMARY SCHOOL STUDENTS IN NORTH OF LIMA

Elizabeth Yovera^{1,a}, Norka Espíritu^{1,a}, Wilfredo Carcausto^{1,b}, David Tarazona^{1,c}, Juan Morales^{1,d}

¹ Universidad de Ciencias y Humanidades. Lima, Perú.

^a Estudiante de educación.

^b Licenciado en Filosofía, doctor en educación.

^c Biólogo genetista.

^d Médico especialista en Medicina Familiar y Comunitaria, doctor en medicina.

INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Historia del artículo

Recibido: 08/08/2020

Aprobado: 06/09/20

Autor corresponsal

Elizabeth María Yovera Sandoval
elizabethyovera@gmail.com
Av. Universitaria 5175, Los Olivos.
Lima, Perú

Financiamiento

Autofinanciado

Conflictos de interés

Los autores declaran no tener conflictos de interés.

Citar como

Yovera E, Espíritu N, Carcausto W, Tarazona D, Morales J. Aprendizaje sobre hábitos saludables en estudiantes de educación primaria en Lima Norte. *Ágora Rev. Cient.* 2020; 07(01):34-7. Doi: 10.21679/arc.v7i1.138

RESUMEN

Objetivos: Evaluar y comparar el nivel de aprendizaje sobre los hábitos saludables a través de medios audiovisuales y texto en estudiantes de educación primaria. **Materiales y métodos:** Estudio cuasi-experimental realizado en dos Instituciones Educativas de Primaria ubicados en Lima Norte, durante 2019. Participaron voluntariamente estudiantes de ambos sexos entre 10 a 12 años de edad que cursaban el cuarto, quinto y sexto grado. La variable de estudio fue el nivel de aprendizaje sobre hábitos saludables (alimentos saludables y actividad física) después de una sesión educativa por personal capacitado, aplicado en dos grupos de intervención, en el primer grupo se empleó un texto y en el segundo grupo un medio audiovisual. La medición se realizó con un cuestionario de evaluación a criterio de los investigadores aplicado a ambos grupos. **Resultados:** En el pos test, el grupo de niños que participaron con lectura de texto obtuvieron una puntuación media de 64,68 (95%IC: 61,03 a 68,32), mientras que en el grupo evaluado posterior a la visualización de video la puntuación media fue de 64,73 (95%IC: 61,70 a 67,77). No hubo diferencias en la mediana de las puntuaciones en el pos-test entre el grupo de texto y video ($p=0,949$). **Conclusión:** Los textos acompañados con imágenes y materiales audiovisuales tuvieron similar efecto en el nivel de aprendizaje sobre hábitos saludables.

Palabras claves: Aprendizaje; Tecnología de la Información; Educación Primaria; Estudiantes; Perú (Fuente: DeCS BIREME).

ABSTRACT

Objectives: To evaluate and compare the level of learning about healthy habits through audiovisual media and text in primary school students. **Materials and methods:** Quasi-experimental study carried out in two Primary Educational Institutions located in North of Lima. Students of both sexes between 10 and 12 years of age who were in the fourth, fifth and sixth grade voluntarily participated. The study variable was the level of learning about healthy habits (healthy food and physical activity) after an educational session by trained personnel, applied in two intervention groups, in the first group a text was used and in the second group a medium audiovisual. The measurement was made with an evaluation questionnaire applied to both groups. **Results:** In the post-test, the group of children who participated with text reading obtained a mean score of 64.68 (95% CI: 61.03 to 68.32), while in the group evaluated after the video display the mean score was of 64.73 (95% CI: 61.70 to 67.77). There were no differences in the median post-test scores between the text and video group ($p = 0.949$). **Conclusion:** Texts and audiovisual materials had a similar effect on the level of learning about healthy habits.

Keywords: Learning; Information Technology; Primary School; Students; Peru (Source: MeSH, NLM).

INTRODUCCIÓN

A nivel mundial, la prevalencia del sobrepeso y la obesidad en niños y adolescentes ha aumentado del 4% en 1975 a 18% en 2016, teniendo como causa los hábitos alimentarios no saludables y un descenso de la actividad física ⁽¹⁾. En América Latina, la tasa de sobrepeso u

obesidad en la población escolar de 6 a 11 años varía de 15% a 34%, mientras que en los adolescentes de 12 a 19 años oscila de 17% a 35%⁽²⁾. En el Perú, el exceso de peso que incluye el sobrepeso y la obesidad afecta al 60% de la población de 15 a más años de edad, llegando a 65,9% en Lima Metropolitana⁽³⁾.

La obesidad en la niñez, en el corto plazo está asociada a diversas condiciones médicas, socioemocionales y académicas⁽⁴⁾⁽⁵⁾, mientras que a largo plazo aumenta la probabilidad de morbilidad y mortalidad en la adultez⁽⁶⁾. El patrón dietético no saludable contribuye se asocian con el desarrollo de adiposidad en los niños en edad escolar y adolescentes⁽⁷⁾⁽⁸⁾, asimismo, el aumento en el conocimiento de los hábitos saludables en los niños puede ayudar a promover comportamientos saludables⁽⁹⁾.

Las tecnologías tienen un fuerte impacto en la vida social y académica⁽¹⁰⁾, pueden ser herramientas de aprendizaje en los niños y resultar tan efectivos como la instrucción individual, al menos bajo ciertas condiciones⁽¹¹⁾. Los docentes y especialmente los estudiantes reconocen los beneficios de las tecnologías de información y comunicación (TIC) en los niños de primaria⁽¹²⁾, y estrategias como los videojuegos educativos pueden mejorar su conocimiento científico⁽¹³⁾. Las TIC tienen la capacidad de modificar comportamiento humano y puede promover el aprendizaje⁽¹⁴⁾.

En el Perú, los éxitos en cuanto a la expansión del acceso a la educación en todos los niveles⁽¹⁵⁾, la implementación de las nuevas TIC no ha tenido la misma evolución; sin embargo, las iniciativas de las instituciones educativas permiten llenar ese vacío y pueden ofrecer alternativas en el aprendizaje de los niños. Por lo expuesto, el objetivo del estudio fue evaluar y comparar el nivel de aprendizaje sobre los hábitos saludables a través de medios audiovisuales y textos en estudiantes de dos Instituciones Educativas de Primaria ubicados en Lima Norte.

MATERIALES Y MÉTODOS

Diseño

Estudio cuasi-experimental realizado en dos Instituciones Educativas (IE) de nivel Primaria ubicados en los distritos de Lima Norte, durante el periodo 2019.

Población y muestra

Participaron estudiantes de ambos sexos, con edades entre 10 a 12 años, que cursaban el cuarto, quinto y sexto grado de educación primaria. Los estudiantes participantes procedieron de dos I.E (Una IE particular ubicado en el distrito de Puente Piedra y una IE estatal del distrito de Carabayllo).

Para la obtención de la muestra se siguió los siguientes procedimientos. En una primera etapa fueron seleccionadas por muestreo no probabilístico dos I.E., según la accesibilidad geográfica y administrativa otorgada por las IE. En la segunda etapa fueron seleccionados los alumnos que cursaban el cuarto, quinto y sexto grado, la muestra fue censal constituida

por 136 estudiantes. Dentro de cada sección los estudiantes fueron agrupados aleatoriamente en dos grupos. El primer grupo estuvo constituido por estudiantes que recibieron información en medio físico conteniendo texto e imágenes referidos al tema y el segundo grupo recibió información por medio audiovisual (video).

Variables de estudio

Aprendizaje: Retención de información en los niños sobre hábitos saludables. Para evaluar el aprendizaje se consideró los resultados obtenidos en la evaluación final (pos-test).

Hábitos saludables: Se consideró la incorporación de información básica en los niños sobre alimentos saludables y actividad física.

Medio físico (Grupo I): Documento escrito sobre alimentos saludables y actividad física que resulta de la transcripción del medio audiovisual. Se incluyó imágenes de acuerdo al contenido del texto.

Medio audiovisual (Grupo II): Material audiovisual con presencia de animaciones, con un lenguaje acorde a la edad cronológica y dentro de un contexto de consumo de alimentos saludables y actividad física.

Procedimientos

El grupo I estuvo conformado por niños que recibieron un texto en físico enriquecido con imágenes. Considerando los procedimientos pedagógicos para el grupo de edad, se inició con la aplicación del pre-test, desarrollo de la lectura programado para cinco minutos y concluyéndose con la aplicación del pos-test.

El grupo II estuvo conformado por niños que obtuvieron material audiovisual. Al inicio se aplicó un pre-test, presentación del material audiovisual y concluyéndose con la aplicación del pos-test.

Tanto el grupo I y II tuvieron el mismo tiempo para el desarrollo de la evaluación, el pre-test y el pos-test fueron iguales para ambos grupos tomando cinco minutos como máximo para cada test.

Todo el procedimiento estuvo bajo la vigilancia del docente del aula y un colaborador.

Instrumento de medición

Para evaluar el nivel de aprendizaje se empleó un cuestionario preparado por estudiantes de los últimos ciclos de la especialidad de educación primaria. El pre-test estuvo conformado por tres preguntas de elección múltiple aplicado tanto al grupo I y al grupo II, el propósito de la aplicación del pre-test fue para conocer los saberes previos que es parte del proceso de sesión de clase. El pos-test estuvo conformado por seis preguntas también de elección múltiple, el cual sirvió para evaluar el nivel de aprendizaje. La calificación del cuestionario se realizó en una escala de cero a 100 puntos. La aplicación se realizó inmediatamente después de concluir la lectura o la presentación del video.

Análisis estadístico

La información obtenida fue ingresada a una matriz de datos, luego depurados según los criterios del estudio. Se determinó los estadísticos descriptivos de la edad y para las puntuaciones del post-test se realizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov ($p=0,949$). Dado que la puntuación del pos-test no tuvo distribución normal, la comparación entre el grupo de lectura y video se realizó mediante la Prueba de U de Mann-Whitney, considerando valores de $p<0,05$ como significativos. El procesamiento de datos se realizó con la versión 23 del IBM SPSS Statistics.

Consideraciones éticas

En el estudio se tomaron en cuenta los principios fundamentales de la ética. Se contó con el consentimiento verbal y supervisión de los docentes de aula.

RESULTADOS

Participaron un total de 139 alumnos, se excluyeron tres por tener datos incompletos. El análisis se realizó con 136 estudiantes de ambos sexos, con una edad media de 10,53 años ($SD=1,17$; Rango: 9 a 15), el 59,6% ($n=81$) correspondiente al sexo masculino, la mayoría de los participantes cursaban el cuarto grado de primaria. Respecto al material didáctico, en el 49,3% ($n=67$) de los estudiantes se utilizó texto con imágenes y en la fracción restante un video con el mismo contenido (Tabla 1).

En relación con la evaluación, en el pos-test el grupo de niños que participaron con lectura de texto obtuvieron una puntuación media de 64,68 (95%IC: 61,03 a 68,32); mientras que en el grupo audiovisual la puntuación media fue de 64,73 (95% IC: 61,70 a 67,77), no hubo diferencias en la mediana de las puntuaciones en el pos-test entre ambos grupos ($p=0,949$) (Tabla 2). Tampoco se encontró diferencias significativas en las calificaciones del pos-test según el tipo de institución educativa ($p=0,294$).

Tabla 1. Características de los estudiantes de primaria de Lima Norte.

Características de los participantes	n	%
Total	136	100
Sexo		
Femenino	55	40,4
Masculino	81	59,6
Grado		
Cuarto	67	49,3
Quinto	27	19,9
Sexto	42	30,9
Institución Educativa		
Estatal	83	61,0
Privado	53	39,0
Material didáctico		
Texto	67	49,3
Video	69	50,7

Tabla 2. Puntuación de evaluación en el postest sobre hábitos saludables a través de texto y medio audiovisual en estudiantes de primaria de Lima Norte.

Evaluación	Texto	Video	p-valor (*)
Media	64,68	64,73	
95%IC	61,03 a 68,32	61,70 a 67,77	
Mediana	66,67	66,67	0,949
Mínimo	16,67	16,67	
Máximo	100,00	83,33	

(*) U de Mann-Whitney

DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo como objetivo la evaluación del aprendizaje a través de medios audiovisuales y textos en estudiantes de educación primaria. El nivel de aprendizaje logrado mediante textos acompañados con imágenes y materiales audiovisuales generó similar puntuación en el pos-test.

Los materiales tradicionales enriquecidos con imágenes pueden favorecer el aprendizaje, en este sentido se ha reportado que los folletos de instrucción educativa han mostrado ser herramientas efectivas apropiadas para mejorar la salud oral en los niños sirios en comparación con el programa de aprendizaje electrónico⁽¹⁶⁾. Por otro lado, en Parma, Italia, un estudio con niños de educación primaria, tras participar en clases de nutrición, con juegos y actividades específicamente diseñados para cada grupo escolar, el conocimiento nutricional de los niños aumentó significativamente ($p<0,001$) en todos los grados⁽¹⁷⁾. El aprendizaje tampoco puede depender únicamente de las TIC; el apoyo familiar en la vida escolar es importante en el rendimiento académico⁽¹⁸⁾.

En el Perú, existen limitaciones de infraestructura educativa y mayor aun al tratarse de las nuevas TIC y ello puede traducirse en desventaja de oportunidad de aprendizaje en los estudiantes. La disponibilidad de bibliotecas, salas para talleres y laboratorios es mayor para las escuelas públicas urbanas y las escuelas privadas, y menor para las escuelas rurales, mientras que los estudiantes más pobres participan en aulas con procesos pedagógicos de menor calidad⁽¹⁹⁾. Un estudio, donde participaron 40 escuelas de gestión pública y privada de nueve distritos de Lima, señala que los docentes tanto de educación primaria y secundaria, consideran que la tecnología digital es beneficiosa para alcanzar los objetivos de aprendizaje, la selección de los contenidos curriculares, la organización del tiempo y el espacio para el aprendizaje, y la mejora de la calidad del aprendizaje⁽²⁰⁾.

Los resultados del presente estudio indican que no contar con tecnologías de información y comunicación, no significa mayor desventaja, ya que las formas tradicionales de enseñanza enriquecida con imágenes o gráficos puede tener un efecto positivo y ello depende más de las habilidades y motivación de

los docentes. Por otra parte, algunas tecnologías poco costosas son más accesibles y pueden servir para complementar la enseñanza tradicional. Asimismo, en el sistema educativo peruano, es una práctica regular emplear textos en diversos cursos y por tanto tienen mayor adiestramiento con el manejo de dichas herramientas, mientras que los materiales audiovisuales son usados de manera esporádica. El interés y motivación de los estudiantes al emplear material audiovisual también pudo haber facilitado el aprendizaje.

El presente estudio consideramos como limitación la muestra, que no fue representativa de Lima Norte, sin embargo, las características socioeconómicas de la zona norte tienen similitud. Por otro lado, el aprendizaje es un proceso más complejo y no se limita únicamente a una sola prueba o la

evaluación del aprendizaje de un tema específico. Al tratarse de un tema puntual, sencillo y breve, la evaluación inmediata y un menor grado de dificultad pueden influir en los resultados favorables de la evaluación. También tener presente que, tanto en el aula como en la vida cotidiana, los hábitos saludables son temas que se discuten con bastante frecuencia lo que pudo influir en los resultados favorables de la evaluación.

CONCLUSIÓN

Los textos acompañados con imágenes y materiales audiovisuales tuvieron similar efecto en el nivel de aprendizaje sobre hábitos saludables.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Organización Mundial de la Salud. Obesidad y sobrepeso [Internet]. 3 de marzo 2020. [cited 2020 Mar 16]. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud. Plan de acción para la prevención de la obesidad en la niñez y la adolescencia [Internet]. Washington, D.C. USA; 2014. Available from: <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2015/Obesity-Plan-Of-Action-Child-Spa-2015.pdf>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. Perú: Enfermedades No Transmisibles y Transmisibles, 2018 [Internet]. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Lima, Perú; 2019. Available from: https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1357/index.html
- Bhadoria AS, Sahoo K, Sahoo B, Choudhury A, Sofi NY, Kumar R. Childhood obesity: Causes and consequences. *J Fam Med Prim Care*. 2015;4(2):187–92.
- Raj M, Kumar RK. Obesity in children & adolescents. *Indian J Med Res*. 2010;132(5):598–607.
- Dietz WH. Childhood Weight Affects Adult Morbidity and Mortality. *J Nutr*. 1998;128(2):411S–414S.
- Shroff MR, Perng W, Baylin A, Mora-Plazas M, Marin C, Villamor E. Adherence to a Snacking Dietary Pattern and Soda Intake Are Related to the Development of Adiposity: A Prospective Study in School-Age Children. *Public Heal Nutr*. 2014;17(7):1507–13.
- Keller A, Bucher Della Torre S. Sugar-sweetened beverages and obesity among children and adolescents: A review of systematic literature reviews. *Child Obes*. 2015;11(4):338–46.
- Fisher MC, Villegas E, Sutter C, MUSAAD SM, Koester B, Fiese BH. Sprouts growing healthy habits: Curriculum development and pilot study. *Front Public Heal*. 2019;7(65):1–8.
- Di Giacomo D, Ranieri J, Lacasa P. Digital learning as enhanced learning processing? Cognitive evidence for new insight of smart learning. *Front Psychol*. 2017;8(AUG).
- Kwok K, Ghrear S, Li V, Haddock T, Coleman P, Birch SAJ. Children can learn new facts equally well from interactive media versus face to face instruction. *Front Psychol*. 2016;7(OCT):1–10.
- Parra S, Gómez M, Pintor M. Factores que inciden en la implementación de las TIC en los procesos de enseñanza-aprendizaje en 5º de Primaria en Colombia. *Rev Complut Educ*. 2015;26:197–213.
- Sun H, Gao Y. Impact of an active educational video game on children's motivation, science knowledge, and physical activity. *J Sport Heal Sci* [Internet]. 2016;5(2):239–45. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jshs.2014.12.004>
- Bavelier D, Green CS, Dye MWG. Children, wired – for better and for worse. *Neuron*. 2010;67(5):692–701.
- Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico. Avanzando hacia una mejor educación para Perú. OECD Dev Cent [Internet]. 2016;3:36. Available from: <https://www.oecd.org/dev/Avanzando-hacia-una-mejor-educacion-en-Peru.pdf>
- Al Bardaweel S, Dashash M. E-learning or educational leaflet: Does it make a difference in oral health promotion? A clustered randomized trial. *BMC Oral Health*. 2018;18(1):1–8.
- Rosi A, Brighenti F, Finistrella V, Ingrosso L, Monti G, Vanelli M, et al. Giocampus School: A “Learning Through Playing” Approach to Deliver Nutritional Education to Children. *Int J Food Sci Nutr*. 2016;67(2):207–15.
- Lastre Meza K, López Salazar LD, Alcazar Berrio C. Relación entre apoyo familiar y el rendimiento académico en estudiantes colombianos de educación primaria. *Psicogente*. 2018;21(39):102–15.
- Cueto S, León J, Miranda A. Características socioeconómicas y rendimiento de los estudiantes en el Perú. *Análisis y propuestas*. 2015;28.
- Badia A, Chumpitaz L, Vargas d'Uniam J, Suárez G. La percepción de la utilidad de la tecnología conforma su uso para enseñar y aprender. *Rev Electron Investig Educ*. 2016;18(3):92–104.