



Etapa 1: Conformar el grupo de investigación

Información General del Establecimiento Educativo				
Departamento	Municipio	Vereda o Corregimiento	Tipo (público o privado)	Sector (rural o urbano)
Sucre	San Onofre	Rincón del mar	publico	Rural
NIT	Código DANE	Teléfono	Dirección	E-mail
823001659-3	270713000547	3205611532	Calle principal de Rincón del mar	egor2269@hotmail.com
Nombre del Establecimiento Educativo:		Institución Educativa Rincón del Mar		
Nombre del rector		Enrique Guelmy Ochoa Ríos		

Información de los integrantes del grupo de investigación				
Maestro(s) Acompañante(s): Incluyan las filas que requieran para el registro.				
Nombres	Apellidos	Teléfonos	Cédula	E-mail
Oniris	Díaz Contreras	3135379879	64564190	onirisd@yahoo.es
Maribel	Alcázar Meléndez	3117905000	64522319	mafesitapa@gmail.com
Correo Electrónico del grupo	onirisd@yahoo.es			

Información de los integrantes del grupo de investigación

Nombres	Apellidos	Grupo étnico	Sexo	Tipo de identificación	Número de identificación	Edad	Grado	Correo electrónico (Opcional)	Rol dentro del grupo
Luis Gabriel	Agrosoth Berrio	afro	M	Tarjeta de identidad	1101444069	13	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Katy Sofía	Alvarado Bretel	afro	F	Tarjeta de identidad	1101450966	9	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Karen Yulieth	Ayos Julio	afro	F	Tarjeta de identidad	1101450966	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Matías	Barrios Tous	afro	M	Tarjeta de identidad	1101879247	9	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Antony	Berrio Lares	afro	M	Tarjeta de identidad	1101880123	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Gina Luz	Berrio Nisperuza	afro	F	Tarjeta de identidad	1101447900	11	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Yenedis Alejandra	Berrio Torres	afro	F	Tarjeta de identidad	1101449185	9	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Evanyelin	Extremor Balseiro	afro	F	Tarjeta de identidad	1101451694	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Patricia	Chico Ramos	afro	F	Tarjeta de identidad	1101449922	9	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Paulina	Gómez Lares	afro	F	Tarjeta de identidad	1032014719	9	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Yainer David	Guerrero Torres	afro	M	Tarjeta de identidad	1101449043	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Sebastián	Humanez Humanez	afro	M	Tarjeta de identidad	1101879269	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Grey Paola	Julio Ricardo	afro	F	Tarjeta de identidad	1101449012	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Juan David	Bello Pasado	afro	M	Tarjeta de identidad	1101450068	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador

Lenin Andrés	Lares Julio	afro	M	Tarjeta de identidad	1101449949	9	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Alejandra	Molina Díaz	afro	F	Tarjeta de identidad	1101442892	12	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Farid Leonardo	Ortiz Julio	afro	M	Tarjeta de identidad	1047408138	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Juan Miguel	Osorio Torres	afro	M	Tarjeta de identidad	1101878641	9	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Juan Andrés	Paternina Altamar	afro	M	Tarjeta de identidad	1101452442	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Natalia	Ricardo Gómez	afro	F	Tarjeta de identidad	1101449138	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Jesús David	Teherán Berrio	afro	M	Tarjeta de identidad	1101880238	12	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Marimar	Berrio Berrio	afro	F	Tarjeta de identidad	1101449029	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Laura valentina	Torres Moreno	afro	F	Tarjeta de identidad	1101870011	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Carolina	Alvarado Berrio	afro	F	Tarjeta de identidad	1101450558	9	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Sorelis	Arévalo Gómez	afro	F	Tarjeta de identidad	1101448474	9	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Rogelio	Aparicio Rincón	afro	M	Tarjeta de identidad	1123623132	12	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Daminson José	Alvarado Aparicio	afro	M	Tarjeta de identidad	1101448501	11	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Yiseth Eliana	Banques Pérez	afro	F	Tarjeta de identidad	1101898551	9	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Laudis Melissa	Flores Pérez	afro	F	Tarjeta de identidad	1101447820	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador
María José	Gómez Paternina	afro	F	Tarjeta de identidad	1102812224	12	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Conny Andrea	Hoyos Vecino	afro	F	Tarjeta de identidad	1101450206	9	5	onirisd@yahoo.es	investigador

María Ángel	Meza Julio	afro	F	Tarjeta de identidad	1148439898	8	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Juan David	Santos Vergara	afro	M	Tarjeta de identidad	1101450225	9	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Andrea	Suarez Gómez	afro	F	Tarjeta de identidad	1101449859	9	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Yaritza	Palomino Sarmiento	afro	F	Tarjeta de identidad	1101878580	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Danelis	Altamar Meza	afro	f	Tarjeta de identidad	11018755757	12	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Daniel Oscar	Sierra Navas	venezolano	M	Tarjeta de identidad	32703440	12	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Camila Alejandra	Balseiro Murillo	afro	F	Tarjeta de identidad		12	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Luis Ángel	Guerrero Blanco	afro	M	Tarjeta de identidad	1101876487	11	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Henry Enrique	Marimon Deyanor	afro	M	Tarjeta de identidad	1101879612	12	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Tulia Alejandra	Palomino	afro	F	Tarjeta de identidad	1101876529	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Jesús David	Tuiran Pérez	afro	M	Tarjeta de identidad	1101875874	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Andrés Felipe	Rojas Lozano	afro	M	Tarjeta de identidad		11	5	onirisd@yahoo.es	investigador
María Paula	Vitola Berrio	afro	F	Tarjeta de identidad	1148439901	11	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Junior José	Vivanco Ortiz	afro	M	Tarjeta de identidad		10	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Javier Andrés	Del castillo Montes	afro	M	Tarjeta de identidad	1051887879	12	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Analia	Guerrero Alvarado	afro	F	Tarjeta de identidad	1148434867	11	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Juan José	Salgado Arrieta	afro	M	Tarjeta de identidad	1102846869	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador

Vivian Sofía	De la Rosa Ocón	afro	F	Tarjeta de identidad	1101879252	10	5	onirisd@yahoo.es	investigador
Luis Carlos	Pérez Aparicio	afro	M	Tarjeta de identidad	1101450824	11	5	onirisd@yahoo.es	investigador

Incluir las casillas que considere necesarias. Si cuentan con un archivo Excel con esta información se puede anexar a la bit



Nombre del grupo de investigación	ESPÍAS DEL CONOCIMIENTO		
Nombre de la investigación	Hábitos alimenticios en estudiantes de primaria de la I.E Rincón del Mar.		
Línea de investigación	Alimentación		
Tipo de proyecto	Abierto	<input checked="" type="checkbox"/>	Preestructurado
Tipo de proyecto preestructurado	Ondas Bio, Jóvenes en acción ante el cambio climático o Nacho Derecho		

Etapa 2: De las preguntas al problema

1. Problema de investigación
<p>Describan la problemática que identificaron y esperan solucionar con la investigación. Incluyan, de manera breve, el contexto en que se da el problema. Cómo se manifiesta la problemática, de qué forma, a quiénes afecta, cada cuánto se presenta.</p> <p>La ingesta de una dieta de baja calidad trae como consecuencias el aumento de grasas y colesterol en el cuerpo humano, se le suma un bajo nivel de consumo de verduras y frutas uno de los factores que incrementa esta situación (Cervera, Serrano Vico, Milla & García, 2013). Rincón del Mar es una zona turística que se encuentra ubicada en el municipio de San Onofre del departamento de Sucre, lo que implica que se ha comercializado todo tipo de alimentos desde los cultivados hasta los productos procesados. Estos alimentos procesados, son ingeridos no sólo por turistas, sino por los habitantes de la zona en cualquier rango de edad, lo que produce que este tipo de hábitos alimenticios predominen con el transcurso del tiempo en esta población.</p> <p>Teniendo en cuenta esta problemática, es preciso recordar que los</p>



patrones alimenticios se mantienen a lo largo de la vida del ser humano, de esta forma, es importante conocer la influencia de los malos hábitos alimenticios en la salud de la población estudiantil de la I.E Rincón del Mar.

2. Pregunta de investigación

La pregunta planteada debe poder responderse con el tiempo y los recursos con los que cuenta el grupo de investigación

¿Cuáles son los hábitos alimenticios en los estudiantes de primaria de la Institución Educativa Rincón del Mar?

3. Justificación

Argumentar ¿Por qué es importante abordar este problema y aportar a su solución?

La comida es uno de los mayores placeres de la vida, pero si no se lleva una dieta adecuada puede convertirse en un gran problema, debido a que los malos hábitos alimenticios pueden originar desequilibrios en la salud. Según informes de la Secretaría de Salud (2010), la obesidad y la desnutrición están relacionados con la mala alimentación, ya sea que se coma en exceso o que se pasen por alto las comidas. Lo que hay que entender es que una nutrición inadecuada es ocasionada por una insuficiencia o exceso de uno o más nutrientes en la dieta, y el riesgo de malnutrición se corre si la cantidad de energía y/o nutrientes de la dieta no satisface sus necesidades nutricionales por tener malos hábitos alimenticios.

Actualmente se desconoce muchas veces el valor nutricional de los alimentos saludables (frutas y verduras), pero, sobre todo, se puede evidenciar que los estudiantes presentan un consumo excesivo de azúcares o carbohidratos que se transforman en grasa.

De esta manera se hace necesario e importante ejecutar este proyecto de investigación con la finalidad de desarrollar estrategias que permitan concientizar a los educandos de primaria y padres de familia sobre la



importancia de mejorar los hábitos alimenticios, ya que una dieta balanceada aporta esencialmente a la salud y desarrollo óptimo de sus habilidades.

4. Objetivos

En este espacio planteen los objetivos de la investigación. Tengan en cuenta que son de dos tipos: general y específicos.

Objetivo general

Es solo uno, presenta lo que el grupo espera lograr con la investigación, está directamente relacionado con el problema planteado, debe ser corto y claro. Su redacción inicia con un verbo en infinitivo.

Determinar los hábitos alimenticios en estudiantes de primaria de la I.E Rincón del Mar.

Objetivos específicos

Pueden ser varios, deben ser cortos y claros. Su redacción inicia con un verbo en infinitivo y su nivel de complejidad debe ser menor que el del objetivo general. Para formularlos tengan en cuenta que:

- No sean tareas, acciones o actividades puntuales propias de la investigación por ejemplo diseñar una encuesta.
- Se enfocan en la solución del problema.
- Se pueden medir.
- Se pueden alcanzar con el desarrollo de la investigación.

1. Caracterizar los hábitos alimenticios que presentan los estudiantes de primaria de la I.E Rincón del Mar.
2. Identificar las falencias presentes en la dieta de los estudiantes.
3. Diseñar estrategias enfocadas en la importancia de una alimentación saludable en los estudiantes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Cervera, F., Serrano, R., Vico, C., Milla, M., & García, M. (2013). Hábitos alimentarios y evaluación nutricional en una población universitaria. *Nutrición Hospitalaria*, 28(2), 438-446.



Etapa 3: Establecer el camino

Ya han avanzado con los puntos clave para iniciar su investigación, han definido una pregunta, un problema y los objetivos de la investigación. En este registro describan el camino que van a seguir para el desarrollo de su proyecto, es decir las actividades que van a realizar.

¿Cómo se desarrollará la investigación?

Describan el enfoque, tipo de estudio y la metodología (los pasos, etapas, actividades principales que les permitirán cumplir con los objetivos). Esta descripción será el punto de partida para elaborar su plan de trabajo, presupuesto y plan de comunicaciones.

El objeto de esta investigación va orientado hacia un enfoque mixto, debido a que mide cierta cualidad o fenómeno, pero también intenta explicar su comportamiento. Recolecta y vincula datos cuantitativos y cualitativos en el mismo estudio, generando un proceso que determinará resultados congruentes, claros, objetivos y significativos.

Esta investigación es de tipo descriptivo, y se llevará a cabo en 3 fases metodológicas:

- 1. Fase:** Para identificar los hábitos alimenticios que presentan los estudiantes de primaria de la I.E Rincón del Mar, se llevará a cabo la aplicación de una encuesta a estudiantes, como apoyo a los datos de la investigación y por conveniencia se aplicaran 30 encuestas a padres de familia de forma aleatoria.

La población de estudiantes de primaria, jornada matinal de la I.E Rincón del Mar corresponde a 275 estudiantes, de esta manera con un índice de confianza del 95% la muestra representativa de estudiantes que desarrollaran la encuesta será de 161.

- 2. Fase:** En esta fase se realizarán los respectivos análisis de los datos suministrados a través de las encuestas, y con la ayuda de



referencias bibliográficas actualizadas (tablas nutricionales según rangos de edad) se lograrán establecer las falencias presentes en la dieta de los estudiantes. Además, a través de talleres educativos se podrá explicar a la comunidad educativa las causas y consecuencias que genera una dieta desbalanceada en los infantes.

3. Fase: Finalmente, se creará un plan estratégico que desarrollará la importancia de los valores nutricionales para la salud de los estudiantes. De esta manera se implementarán talleres didácticos para conocer temas como:

- Los alimentos saludables y nocivos.
- La cantidad adecuada de nutrientes que necesita el cuerpo.
- Tablas nutricionales en los productos de mayor consumo.
- Ventajas de la alimentación balanceada
- Estado nutricional, actividad física y factores sociales

Adicional se realizará una campaña de buenos hábitos alimenticios, como incentivo a estudiantes y padres de familia, en esta actividad se estará entregando una cartilla: "Come sano, vive saludable" elaborada por el grupo de investigación.



¿Qué información se ha consultado?

Con la ayuda del maestro coinvestigador y asesor Ondas registren en este espacio las referencias (documentos, páginas web, videos, etc) que han consultado en el proceso de investigación. Realicen una ficha (alrededor de 1500 o 2000 caracteres para cada una) indicando su aporte para la investigación en metodología, consulta de conceptos clave, experiencias previas de investigaciones relacionadas, etc.

Usen normas APA e incluyan las casillas adicionales que requieran para incluir todas las referencias consultadas.

Título: Percepción de alimentos saludables, hábitos alimenticios, estado Nutricional y prácticas de actividades físicas en población de 9-11 años del colegio CEDID. ciudad Bolívar Bogotá

Autor: Diana Milena Rojas Infantes.

Año de publicación: Junio del 2011

Aporte a la investigación: Los resultados obtenidos en la población estudio permitieron observar y analizar la percepción y las características existentes sobre alimentación saludable, conductas alimentarias y sus posibles asociaciones entre el estado nutricional con los hábitos alimentarios, actividad física y factores sociales.

Enlace web: <https://www.javeriana.edu.co/biblos/tesis/ciencias/tesis704.pdf>

Título: Hábitos alimentarios en escolares adolescentes.

Autor: Guillermo David Greppi

Año de publicación: 2012

Aporte a la investigación: se desarrolló un estudio descriptivo transversal, con el objetivo principal de identificar y describir los gustos, preferencias y frecuencia de consumo de alimentos de los adolescentes de séptimo grado que asisten a la Secundaria Básica "José María Heredia", en el curso 2009-2010. La población estuvo constituida por 192 adolescentes, a los cuales, con previo consentimiento de los padres, se les aplicó una encuesta alimentaria de gustos, preferencias y frecuencia semanal de consumo de alimentos.

Enlace web: <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC111865.pdf>

Título: Análisis de los hábitos alimenticios con estudiantes de décimo año de un Colegio Técnico en Pérez Zeledón basados en los temas



transversales del programa de tercer ciclo de educación general básica de Costa Rica.

Autor: José Miguel Pereira-Chaves

Año de publicación: 20 de agosto de 2017

Aporte a la investigación: Diagnosticar el conocimiento que tiene el estudiantado de décimo nivel sobre hábitos alimenticios y nutrición. Se hace un recuento de la relación entre buena alimentación y los ejes transversales del Programa de Estudio del Tercer Ciclo de Educación General Básica y se considera que la alimentación saludable no debe escapar del ámbito educativo, se deben inculcar los valores y costumbres alimenticias que permitirán al estudiantado desarrollarse de forma óptima en la vida. Se aplicó una encuesta de 13 ítems con alternativas de respuesta cerrada y abierta a 30 estudiantes de décimo año, y a 18 docentes de un Colegio Técnico Profesional de Pérez Zeledón, San José, Costa Rica. Los principales resultados mostraron la poca cultura nutricional que tiene el estudiantado de décimo año en este centro educativo, y el poco compromiso del personal docente para transversalizar en sus clases los hábitos saludables de alimentación.

Enlace web:

<https://www.redalyc.org/jatsRepo/1941/194154512011/html/index.html>

Plan de trabajo

En este espacio se propone un formato de plan de trabajo como ejemplo que puede ser ajustado, a partir de los acuerdos que establezcan con su maestro coinvestigador y asesor Ondas y teniendo en cuenta las particularidades de su proceso de investigación. Incluyan las filas y columnas adicionales que requieran.

Fases	Actividad de Investigación	Responsables	Mes 1	Mes 2	Mes 3	Mes 4	Mes 5	Mes 6	Mes 7	Mes 8
Caracterización de los hábitos alimenticios que presentan los estudiantes de primaria de la I.E Rincón del Mar.	Revisión Bibliográfica, búsqueda de antecedentes	Grupo de Investigación Docente Asesor								
	Elaboración y validación de encuestas	Grupo de Investigación Docente Asesor								
	Aplicación de encuesta a muestra representativa de estudiantes y padres de familia	Grupo de Investigación Docente Asesor								
Identificación de las falencias presentes en la dieta de los estudiantes.	Análisis de los datos arrojados por las encuestas	Grupo de Investigación Docente Asesor								
	Elaboración y aplicación de actividades educativas e informativas	Grupo de Investigación Docente Asesor								
Diseñar estrategias que desarrollen la importancia de los valores nutricionales para la salud de los estudiantes.	Elaboración de talleres didácticos	Grupo de Investigación Docente Asesor								
	Aplicación de Talleres didácticos	Grupo de Investigación Docente Asesor								
	Campaña de buenos hábitos alimenticios, utilizando cartilla "Come sano, vive saludable"	Grupo de Investigación Docente Asesor								
	Elaboración de informe final y socialización de resultados	Grupo de Investigación Docente Asesor								

Presupuesto

Para el desarrollo de su investigación, se asignará un apoyo económico que debe ser utilizado solamente para cubrir los gastos que se deriven de su proyecto. Para organizar las actividades o materiales que requieren financiarse, elaboren un presupuesto. A continuación, se propone un ejemplo de formato que pueden usar para ello, incluyan las filas y columnas adicionales que requieran. Tengan en cuenta que este apoyo no podrá ser destinados para la compra de equipos e insumos que no tengan relación directa con el proyecto de investigación¹.

Concepto	Cantidad	Total (valor \$)	Función que cumple dentro de la investigación (para qué se va a usar dentro de la investigación)
MATERIALES E INSUMOS (Impresión de encuestas – documentos para talleres- Pendón para ferias del Programa Ondas)	161 encuestas 1 Pendón 50 documentos Para talleres	300.000	Elaboración y aplicación de encuestas, pendón material manipulativo del grupo investigador. Socialización y promoción de la investigación con la población beneficiaria y aplicación de talleres
RECURSOS DE DIVULGACIÓN	50	200.000	Creación de cartillas “Come sano vive saludable” Editar los avances del proyecto en un video para su difusión, laminas autoadhesivas
COMPRA DE CÁMARA FOTOGRÁFICA	1	300.000	Cámara para realizar las fotos y el video clic.
REFRIGERIOS	55	150.000	Refrigerios para el grupo de investigación en la ejecución de actividades

Plan de comunicaciones

¹ Consulten en la página 37 de la guía *El Viaje de la Investigación* o en la página 79 de *La investigación en el Programa Ondas* en qué pueden invertir el apoyo económico o capital semilla.

Como parte del proceso de investigación, es necesario compartir con otros los avances y hallazgos encontrados. Para esto se propone un ejemplo para que elaboren su plan de comunicaciones. Recuerden que el informe de investigación que consolidan en la etapa 7 debe hacer parte del plan de comunicaciones.

Actividad y medio de comunicación	Responsables	Mes 1	Mes 2	Mes 3	Mes 4	Mes 5	Mes 6	Mes 7	Mes 8
Socialización del proyecto en la comunidad educativa	Grupo de Investigación Docentes Asesor								
Socialización del proyecto con padres de familia	Grupo de Investigación Docentes Asesor								
Difusión del desarrollo de las actividades por medio de página en la red social Facebook	Grupo de Investigación Docentes Asesor								
Asistencia a ferias municipales y departamentales	Grupo de Investigación Docentes Asesor								

Etapa 4: Diseñar instrumentos

Han definido el camino que van a seguir para abordar y aportar a la solución de la pregunta y problemática planteada. Continúen con el diseño de los instrumentos que utilizarán para llevar a cabo su investigación y regístenlos.

¿Sobre quiénes o qué se recogerán los datos?

Definan sobre qué se recogerán los datos: conjunto de personas o comunidad, animales, plantas, objetos, fenómenos, sucesos, procesos, etc.

Definan sus características e indiquen a cuántas personas, animales, plantas, objetos, fenómenos, sucesos o procesos se aplicarán los instrumentos se llevará a cabo la recolección de la información.

Los datos se recogerán sobre una muestra representativa de estudiantes de primaria, jornada matinal de la I.E Rincón del Mar. Con un índice de confianza del 95% y error estadístico del 5% se aplicarán encuestas a 161 estudiantes de forma aleatoria, partiendo de una población de 275 alumnos.

Como apoyo a los datos de la investigación y por conveniencia se aplicarán 30 encuestas a padres de familia de forma aleatoria.

¿Cuáles instrumentos necesitan para recoger información que aporte a la investigación?

Indiquen los instrumentos que han diseñado para recoger información en su investigación. Tengan en cuenta que estos se deben anexar a la bitácora. Incluyan las filas necesarias para describir los instrumentos.

Instrumento	¿Qué información se espera recoger con este instrumento?	Incluyan el instrumento como anexo e indiquen en este espacio su ubicación.
Encuesta para estudiantes	Información sobre los tipos de alimentos que consumen los estudiantes de primaria	Anexo 1: Página siguiente
Encuesta para padres de familia	Información sobre los alimentos que les brindan a los infantes en su núcleo	Anexo 2: Después del anexo 1



**GOBIERNO
DE COLOMBIA**



COLCIENCIAS



Ondas



CECAR
Corporación Universitaria del Caribe

	familiar	
--	----------	--



GOBIERNO DE COLOMBIA



COLCIENCIAS

Ondas



Encuesta para estudiantes



Espías del conocimiento.

Fuente: Adaptado del instrumento elaborado por la Fundación Mapfre, 2015.

Nombre y Apellidos _____ Edad ____ Curso _____

1. Tu desayuno generalmente es:

- Fritos y gaseosa. Pan, galletas y gaseosas.
 Frutas, y leche. Alimentos preparados por mamá.

2. ¿Qué cantidad de dulces consumes en el día?

- Menos de tres. Más de tres. Solo uno. Ninguno.

3. ¿Cuántas veces consumes verduras en la semana?

- Dos días. Un día. No comes verduras. A diario.

4. ¿Manejas una hora programada para alimentarte?

- Sí No A veces

5. ¿Qué alimentos prefieres consumir en el descanso escolar?

Frutas Mecatos Dulces Mecatos - dulces y gaseosa

Alimentos del comedor escolar

Encuesta para padres de familia



Espías del conocimiento.

Fuente: Adaptado del instrumento elaborado por la Fundación Mapfre, 2015.

Nombre y Apellidos _____ Edad _____

1. ¿Le prepara el alimento a su(s) hijo(s) para ir a la escuela?
Sí No
2. ¿Sabe qué alimentos necesita su(s) hijo(s) para crecer saludable?
Claro que sí No Casi no sé
3. ¿Cuántas veces consumen verduras a la semana en su familia?
Dos días Un día No comemos verduras A diario
4. ¿Maneja un horario para las comidas en su familia?
Sí No
5. ¿Se preocupa por los alimentos que consume su(s) hijo(s)?
Sí No A veces

¿Porqué?

Etapa 5: Recoger la Información

En este momento del proceso ya han diseñado los instrumentos que aplicarán en esta etapa para recoger información o datos. En este registro de la bitácora indiquen cómo realizaron la recolección de la información, a quiénes aplicaron los instrumentos, en qué momentos del proceso, etc.

¿De qué manera se realizó la recolección de la información?

En la siguiente tabla indiquen qué información recogieron en esta etapa. **Tengan en cuenta que deben anexar a esta bitácora y archivar los soportes de la información recogida como encuestas diligenciadas, grabaciones o transcripciones de las grabaciones de audio y voz, registro fotográfico, tablas con registros, etc.,** además de los protocolos elaborados para la aplicación de los instrumentos.

Instrumento (En esta tabla incluyan las filas adicionales que requieran)	¿Cuáles son las evidencias de la recolección de la información (grabaciones, consentimiento informado, tablas con registros, etc.)?	Indiquen la ubicación de la información: Carpeta en físico o en digital.
Encuesta para estudiantes	Tablas con registros	Carpeta en físico y digital
Encuestas para padres de familia	Tablas con registros	Carpeta en físico y digital
Campo Opcional: Observaciones adicionales de los investigadores durante la aplicación del instrumento		

Es importante que los soportes en físico de la recolección de información se digitalicen y archiven una carpeta virtual, en los casos en que los grupos de investigación y los establecimientos educativos cuenten con los recursos para ello.

Etapa 6: Organizar y sistematizar la Información

En esta etapa se propone la organización de la información recolectada para determinar si con el proceso desarrollado se da respuesta a la pregunta y problemática planteada.

¿De qué manera se organizaron los datos recogidos con cada instrumento aplicado?

Indiquen los criterios que utilizó el grupo para clasificar y agrupar la información o datos que recogieron. Para escribir el párrafo pueden tener en cuenta:

- Enlisten los criterios.
- Para cada criterio indiquen la información o datos que se registra.
- Incluyan como anexos los cuadros, estadísticas, gráficas, etc., elaborados para organizar la información.

En esta etapa el grupo de investigación realizó la tabulación de las encuestas. A continuación, se enlistan los criterios utilizados para clasificar y agrupar la información recogida y la que se espera recolectar en el transcurso de la etapa para alcanzar los objetivos de la investigación.

Tema de Investigación	Variables	Instrumento	Almacenaje de la información
Hábitos alimenticios en estudiantes de primaria	Hábitos alimenticios de los estudiantes	Encuesta	Tablas de registro y gráficas – Archivo de Word
	Hábitos y tablas nutricionales	Encuesta y tablas nutricionales de referencia	En la Bitácora
	Estrategias implementadas	Lista de actividades específicas	Carpetas de evidencias (falta)

Etapa 7: Interpretar la información y escribir el informe de investigación

Investigadores Ondas:

En esta etapa se realiza la interpretación de la información y la consolidación del informe de investigación. En este registro incluyan los resultados y conclusiones de su proceso de investigación.

¿Cuáles son los resultados obtenidos con el proyecto de investigación?		
Diligencien el siguiente cuadro para establecer relaciones entre los resultados (todos los hallazgos) de su proyecto y cómo estos aportan a la solución de la pregunta y problema de investigación que plantearon. Incluyan en la tabla los campos adicionales que requieran.		
Resultados (máximo 500 caracteres cada uno)	Aporte del resultado a la pregunta de investigación.	Indiquen con cuál objetivo específico se relaciona este resultado (Pueden enumerarlos)
Indiquen cuáles son las recomendaciones, preguntas o inquietudes que creen se pueden abordar en próximas investigaciones, esto es las proyecciones del proyecto.		

Con la información que han registrado en la bitácora para las etapas 1 a 7 pueden consolidar su informe de investigación Ondas (Archivo Formato informe de investigación.doc).