



Programa de Consumo de Frutas y Hortalizas en las Escuelas de Castilla y León

Informe estadístico
2019

*Elaborado por el Servicio de Estudios, Documentación y Estadística
para el Servicio de Promoción de la Salud
Consejería de Sanidad- Junta de Castilla y León*

Índice

1.- Descripción de la muestra.....	3
2.- Cuestionario de evaluación del alumnado.....	4
3.- Cuestionario de evaluación de las familias	19
4.- Puntos de acuerdo y desacuerdo entre el alumnado y madres/padres	36
5.- Cuestionario de evaluación del profesorado	41
6.- Preguntas abiertas.....	48
7.- Anexo 1.....	52
8.- Anexo 2.....	62
8.1. Índice de tablas.....	62
8.2. Índice de gráficos.....	63

1.- Descripción de la muestra

Con el fin de evaluar el *Programa de Consumo de Frutas y Hortalizas en las Escuelas de Castilla y León* en el curso académico 2018-2019, se han realizado tres cuestionarios, cada uno dirigido a un colectivo diferente: **Alumnado**, **Familias** y **Profesorado**. En total se han recogido 645 cuestionarios en 5º de Primaria, de los que 430 corresponden al alumnado, 185 a las familias y 30 al profesorado.

El tamaño de muestra, calculado mediante muestreo aleatorio, fue de 569 alumnos, con un error global de $\pm 4\%$ ($p=q=0,5$; nivel de confianza del 95%) para el total de Castilla y León.

Tabla 1. 1 Tamaño de muestra y error estimado por provincia.

Categoría	Alumnos 5º Primaria	% sobre el total	Muestra	Error
Ávila	777	7,1%	40	15,1%
Burgos	1.855	16,9%	96	9,7%
León	2.497	22,7%	129	8,4%
Palencia	765	7,0%	40	15,2%
Salamanca	1.133	10,3%	59	12,5%
Segovia	972	8,8%	50	13,5%
Soria	432	3,9%	22	20,2%
Valladolid	1.965	17,9%	102	9,5%
Zamora	606	5,5%	31	17,1%
Total	11.002	100,0%	569	4,0%

Nota: En el censo solamente se han contabilizado los Centros públicos y privados que imparten las enseñanzas de 5º E. Primaria y llevan a cabo el Programa de Consumo de Frutas y Hortalizas.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León con datos de la Consejería de Educación.

Para obtener dicha muestra, se seleccionaron aleatoriamente 20 centros repartidos en cuotas provinciales hasta conseguir al menos el tamaño de muestra necesario.

En cada uno de los centros seleccionados se permitía el acceso a la encuesta a todos los alumnos de 5º de E. primaria, a sus profesores y a sus familias. La recogida de información se realizó durante los meses de mayo y junio de 2019.

Las encuestas fueron exclusivamente online para los alumnos, para los cuales se dispuso un aula donde podían acceder y realizar la encuesta. La participación del **alumnado** fue del 57,6%, lo que incrementó el error en las estimaciones globales al $\pm 4,6\%$. **Profesores** y **familias** podían responder al cuestionario de forma online o en papel. Finalmente, se recogieron 185 cuestionarios de familias (81 en papel y 104 online), con un participación del 50,1% y 30 cuestionarios de profesores (9 en papel y 21 online) con un participación del 96,8%.

Tabla 1. 2 Participación en la encuesta.

Encuesta	Cuestionarios enviados	Encuestas realizadas	% participación	Error estimado
Alumnos	746	430	57,6%	4,6%
Familias	369	185	50,1%	
Profesores	31	30	96,8%	

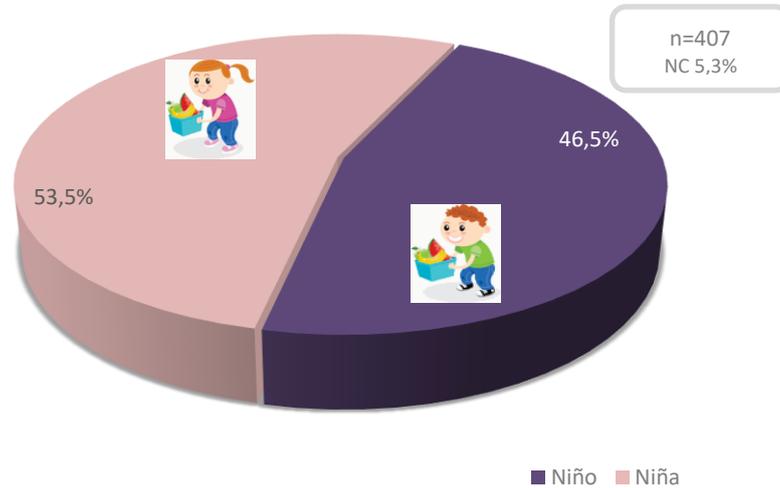
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León con datos de la Consejería de Educación.

2.- Cuestionario de evaluación del alumnado

P.1. ¿Eres niña o niño?

El 51,8% de los cuestionarios han sido contestados por niños, frente al 48,2% de niñas.

Gráfico 2. 1 Distribución porcentual de los cuestionarios según el sexo (P1).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.2. ¿Cuántos años tienes?

La edad media de los alumnos/as que han contestado al cuestionario es, como es lógico al ser todos los alumnos de 5º de Primaria, de 10,6 años ($\pm 0,61$ años), siendo similar dicha edad al desagregar por género.

Tabla 2. 1 Edad media de los alumnos/as según sexo (P2).

Sexo	Edad media	Desviación típica
Niño	10,6	0,60
Niña	10,6	0,62
Total	10,6	0,61

Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco o mal codificadas (n: 402 alumnos -191 niños y 211 niñas-).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.3. ¿Qué tomas más veces en el recreo? (respuesta múltiple, máximo 3)

Los alimentos que los alumnos/as toman más veces durante el recreo son: *bocadillos* (elegido por el 68,9%), *frutas* (el 59,0%) y *galletas* (el 35,3%).

Tabla 2. 2 Alimentos que toman en el recreo los alumnos/as más veces, por sexo (P3).

Alimento	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Zumos de bote	28	14,5%	50	23,9%	78	19,4%
Galletas	66	34,2%	76	36,4%	142	35,3%
Frutas	106	54,9%	131	62,7%	237	59,0%
Bollos	31	16,1%	18	8,6%	49	12,2%
Yogures	14	7,3%	18	8,6%	32	8,0%
Refrescos	9	4,7%	5	2,4%	14	3,5%
Chuches	10	5,2%	5	2,4%	15	3,7%
Frutos secos	21	10,9%	38	18,2%	59	14,7%
Batidos	24	12,4%	30	14,4%	54	13,4%
Chocolatinas, chocolate	16	8,3%	10	4,8%	26	6,5%
Bocadillos	125	64,8%	152	72,7%	277	68,9%
Patatas, gusanitos, etc.	7	3,6%	9	4,3%	16	4,0%

 Opciones más frecuentes.

Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 402 alumnos -193 niños y 209 niñas-).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.4. ¿Qué comes de postre más veces? (respuesta múltiple, máximo 3)

Los alimentos que los alumnos/as toman más veces de postre son: *fruta* (elegido el 72,3%), *yogur* (el 54,4%) y *helado* (el 32,4%).

Tabla 2. 3. Alimentos que toman de postre los alumnos/as más veces, por sexo (P4).

Alimento	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Fruta	126	65,3%	164	78,8%	290	72,3%
Fruta de lata	6	3,1%	16	7,7%	22	5,5%
Zumo de casa	31	16,1%	34	16,3%	65	16,2%
Flan	14	7,3%	19	9,1%	33	8,2%
Natillas	33	17,1%	19	9,1%	52	13,0%
Bollo o galletas	19	9,8%	16	7,7%	35	8,7%
Yogur	99	51,3%	119	57,2%	218	54,4%
Arroz con leche	12	6,2%	7	3,4%	19	4,7%
Pasteles o tarta	7	3,6%	14	6,7%	21	5,2%
Leche	26	13,5%	17	8,2%	43	10,7%
Zumo de bote	4	2,1%	3	1,4%	7	1,7%
Helado	62	32,1%	68	32,7%	130	32,4%

Opciones más frecuentes.

Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 408 alumnos -193 niños y 208 niñas-).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.5. ¿Cuánta fruta comes?

En cuanto a la cantidad de fruta que los alumnos/as comen: *Toman fruta casi todos los días* (24,1%), *Toman 2 o 3 frutas a la semana* (23,9%), *Toman 2 frutas casi todos los días* (21,6%) y *Toman más de 2 frutas casi todos los días* (22,1%).

Considerando como *ingesta recomendada* tomar 2 o más frutas al día, lo estarían consumiendo el 43,7% de los alumnos/as de la muestra.

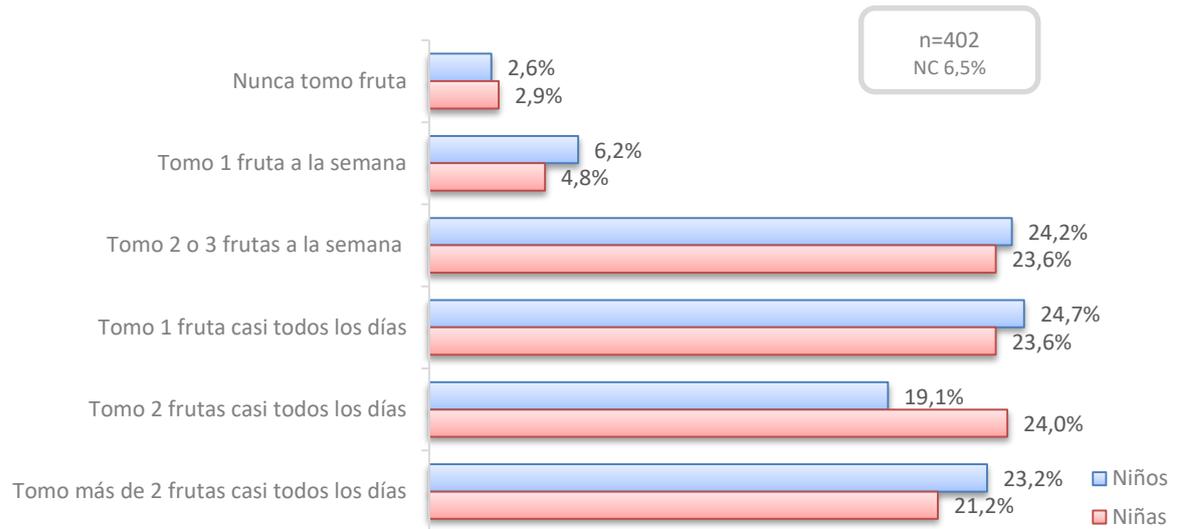
Tabla 2. 4 Distribución porcentual del consumo de frutas, por sexo (P5).

Frecuencia	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Nunca tomo fruta	5	2,6%	6	2,9%	11	2,7%
Tomo 1 fruta a la semana	12	6,2%	10	4,8%	22	5,5%
Tomo 2 o 3 frutas a la semana	47	24,2%	49	23,6%	96	23,9%
Tomo 1 fruta casi todos los días	48	24,7%	49	23,6%	97	24,1%
Tomo 2 frutas casi todos los días	37	19,1%	50	24,0%	87	21,6%
Tomo más de 2 frutas casi todos los días	45	23,2%	44	21,2%	89	22,1%
Total	194	100,0%	208	100,0%	402	100,0%

Opciones más frecuentes.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Gráfico 2. 2 Distribución porcentual del consumo de frutas, por sexo (P5).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.6a. ¿Con qué frecuencia sueles beber zumo de fruta NATURAL?

Con respecto a la frecuencia del consumo de zumo de fruta natural, la mitad del alumnado ha respondido que *1 vez al día*.

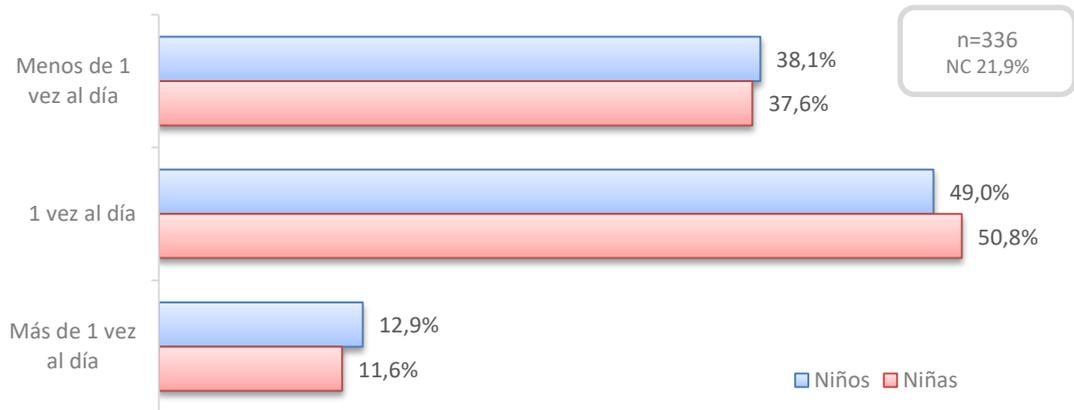
Tabla 2. 5 Distribución porcentual del consumo de zumo de fruta, por sexo (P6).

Frecuencia	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Menos de 1 vez al día	59	38,1%	68	37,6%	127	37,8%
1 vez al día	76	49,0%	92	50,8%	168	50,0%
Más de 1 vez al día	20	12,9%	21	11,6%	41	12,2%
Total	155	100%	181	100%	336	100%

Opciones más frecuentes.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Gráfico 2. 3 Distribución porcentual del consumo de zumo de frutas natural, por sexo (P6).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.6b. ¿Con qué frecuencia sueles beber zumo de fruta ENVASADO?

Con respecto a la frecuencia del consumo de zumo de fruta envasado, el 56% del alumnado ha respondido que *Menos de 1 vez al día*.

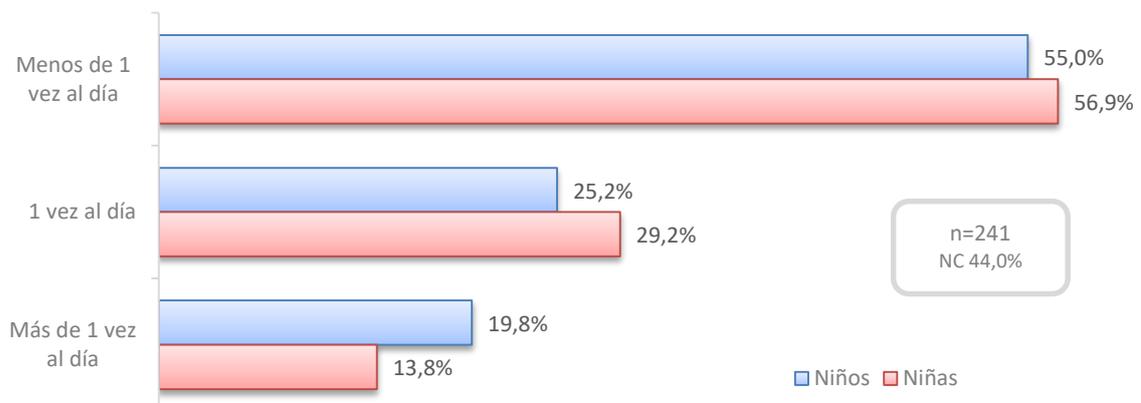
Tabla 2. 6 Distribución porcentual del consumo de zumo de fruta, por sexo (P6).

Frecuencia	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Menos de 1 vez al día	61	55,0%	74	56,9%	135	56,0%
1 vez al día	28	25,2%	38	29,2%	66	27,4%
Más de 1 vez al día	22	19,8%	18	13,8%	40	16,6%
Total	111	100%	130	100%	241	100%

Opciones más frecuentes.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Gráfico 2. 4 Distribución porcentual del consumo de zumo de frutas envasado, por sexo (P6).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.7. ¿Cuánto comes de ensalada, hortalizas o verduras?

La frecuencia del consumo de ensaladas, hortalizas o verduras por parte del alumnado, según los resultados de las encuestas, suele ser de 2 o 3 veces a la semana (el 36,8%) y de 1 vez al día casi siempre (el 19,3%).

El porcentaje de los que dicen *no tomarlas nunca* es del 7,8%, y los que las *consumen 2 o más veces al día casi siempre* es del 18,3%.

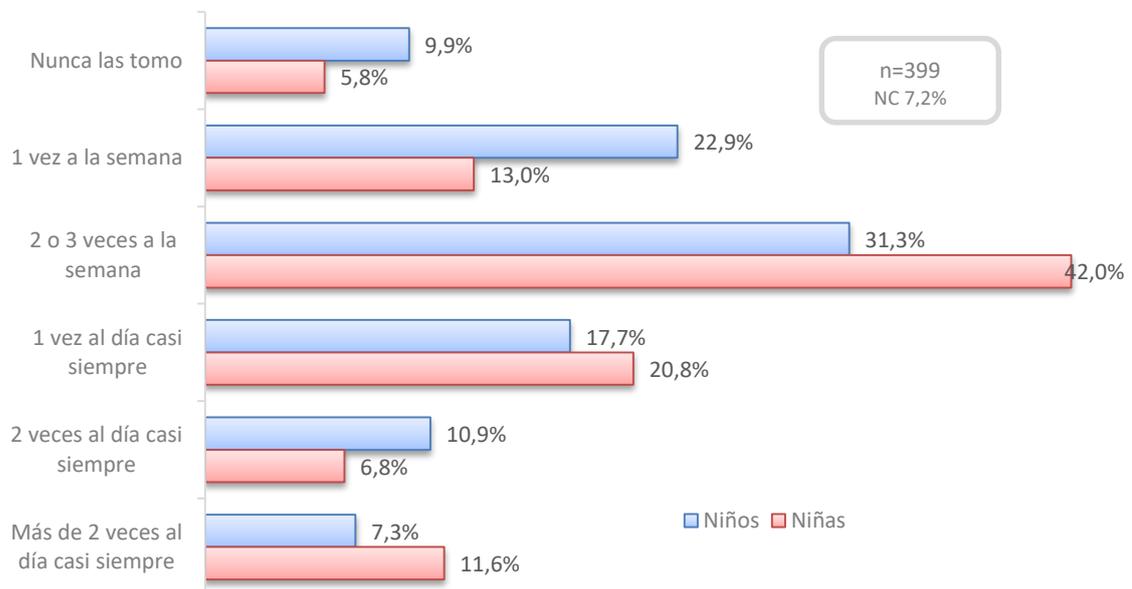
Tabla 2. 7 Distribución porcentual del consumo de ensaladas, hortalizas o verduras, por sexo (P7).

Frecuencia	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Nunca las tomo	19	9,9%	12	5,8%	31	7,8%
1 vez a la semana	44	22,9%	27	13,0%	71	17,8%
2 o 3 veces a la semana	60	31,3%	87	42,0%	147	36,8%
1 vez al día casi siempre	34	17,7%	43	20,8%	77	19,3%
2 veces al día casi siempre	21	10,9%	14	6,8%	35	8,8%
Más de 2 veces al día casi siempre	14	7,3%	24	11,6%	38	9,5%
Total	192	100%	207	100%	399	100%

■ Opciones más frecuentes.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Gráfico 2. 5 Distribución porcentual del consumo de ensaladas, hortalizas o verduras, por sexo (P7).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

De entre aquellos alumnos/as que no tienen una ingesta diaria¹ de fruta, el 73,8% tampoco tienen una ingesta diaria de ensaladas, hortalizas o verduras.

Por otro lado, para aquellos alumnos/as que tienen una ingesta diaria de fruta (incluso de 2 o más piezas al día), la opción más frecuente en cuanto al consumo de ensaladas, hortalizas o verduras es la ingesta no diaria.

Tabla 2. 8 Consumo de frutas vs. Consumo de ensalada, hortalizas o verduras por parte del alumnado (cruce P5 y P7 recodificadas).

Consumo de frutas	Consumo ensalada, hortalizas o verduras			Total
	Ingesta no diaria	1-2 al día	Más de 2 al día	
Ingesta no diaria	73,8%	17,7%	8,5%	100%
1-2 al día	61,7%	32,8%	5,5%	100%
Más de 2 al día	48,4%	33,3%	18,3%	100%
Total	62,6%	28,1%	9,4%	100%

Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 406).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

¹ Se considera "Ingesta no diaria" consumir menos de 3 frutas a la semana o consumir menos de 3 veces a la semana ensaladas, hortalizas o verduras.

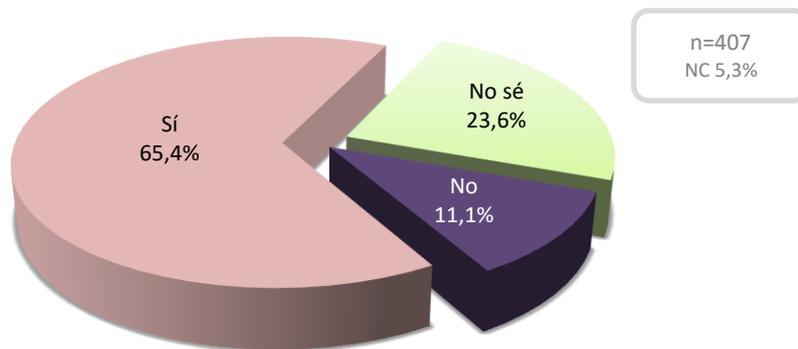
Se considera "1-2 al día" consumir 1 o 2 frutas casi todos los días o consumir 1 o 2 veces al día casi siempre ensaladas, hortalizas o verduras.

Se considera "Más de 2 al día" consumir más de 2 frutas casi todos los días o consumir más de 2 veces al día casi siempre ensaladas, hortalizas o verduras.

P.8 ¿Crees que consumes suficientes frutas y/u hortalizas?

El 65,4% del alumnado cree que consume suficientes frutas y/u hortalizas, frente al 11,1% que cree que no. Existe un elevado porcentaje del alumnado que dice no saber si su consumo es suficiente (el 23,5%).

Gráfico 2. 6 Distribución porcentual del alumnado según cree que consume suficientes frutas y/u hortalizas (P8).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Tabla 2. 9 Porcentaje del alumnado que cree que consume suficientes frutas y/u hortalizas, por sexo (P8).

	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
No	19	9,7%	26	12,3%	45	11,1%
Sí	121	61,7%	145	68,7%	266	65,4%
No sé	56	28,6%	40	19,0%	96	23,6%
Total	196	100%	211	100%	407	100%

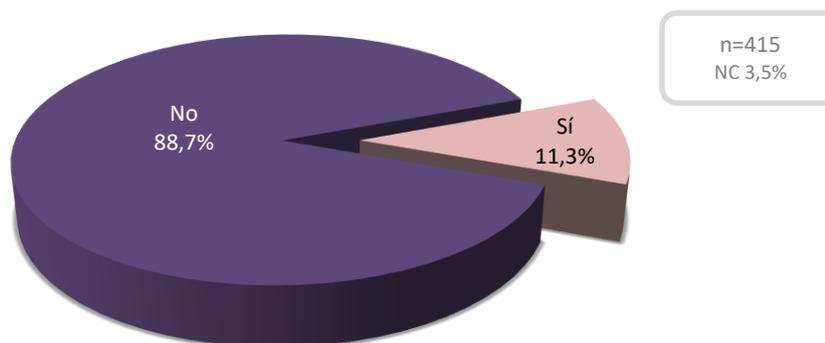
Opciones más frecuentes.

Nota: La suma por sexo puede no coincidir con el total por existir cuestionarios con el campo en blanco.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Solamente el 11,3% del alumnado de la muestra tiene una ingesta recomendada² de frutas y hortalizas, sin embargo más el 65% cree que su consumo es suficiente.

Gráfico 2. 7 Distribución porcentual del alumnado que tiene una ingesta recomendada de frutas y hortalizas (P5 y P7).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

² Se considera "ingesta recomendada" tomar 2 o más piezas de fruta al día y 2 o más hortalizas al día.

Tabla 2. 10 Distribución porcentual del alumnado que tiene una ingesta recomendada de frutas y hortalizas, por sexo (P5 y P7).

Ingesta recomendada de frutas y hortalizas	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
No	169	87,1%	185	89,4%	354	88,3%
Sí	25	12,9%	22	10,6%	47	11,7%
Total	194	100%	207	100,0%	401	100,0%

Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 269).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Entre el alumnado que tiene una ingesta recomendada³ de frutas y hortalizas, cree que es un consumo suficiente el 89,4%, existiendo un 8,5% de alumnos/as que manifiestan no saber si es suficiente.

Entre el alumnado que no tiene una ingesta recomendada de frutas y hortalizas, creen que dicho consumo es suficiente el 62,8%, existiendo por otra parte un 25,3% de alumnos/as que manifiestan no saber si es suficiente.

Tabla 2. 11 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas vs. Creencia que el consumo de frutas y hortalizas es suficiente, por parte del alumnado (cruce Ingesta recomendada y P8).

Ingesta recomendada de frutas y hortalizas	¿Consumo suficiente de frutas y/u hortalizas?			Total
	No	Sí	No sé	
No	12,0%	62,8%	25,3%	100%
Sí	2,1%	89,4%	8,5%	100%
Total	10,8%	65,8%	23,4%	100%

Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 415).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.9. ¿Crees que comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien?

La gran mayoría del alumnado encuestado cree que comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien (el 91,1%).

Tabla 2. 12 Porcentaje del alumnado que cree que comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien, por sexo (P9).

	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
No	6	3,2%	5	2,5%	11	2,8%
Sí	168	88,4%	190	93,6%	358	91,1%
No sé	16	8,4%	8	3,9%	24	6,1%
Total	190	100%	203	100%	393	100%

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

³ Se considera "ingesta recomendada" tomar 2 o más frutas al día y 2 o más hortalizas al día.

Independientemente de si el alumno/a tiene una ingesta de frutas y hortalizas recomendada (toma de 2 o más frutas y 2 o más hortalizas al día), el porcentaje de los que creen que comerlas es importante para sentirse bien en muy elevado, superior al 90%.

Tabla 2. 13 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas vs. Importancia del consumo de frutas y hortalizas para sentirse bien (cruce Ingesta recomendada y P9).

Ingesta recomendada de frutas y hortalizas	¿Comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien?			Total
	No	Sí	No sé	
No	3,7%	89,9%	6,5%	100%
Sí	0,0%	97,9%	2,1%	100%
Total	3,2%	90,8%	6,0%	100%

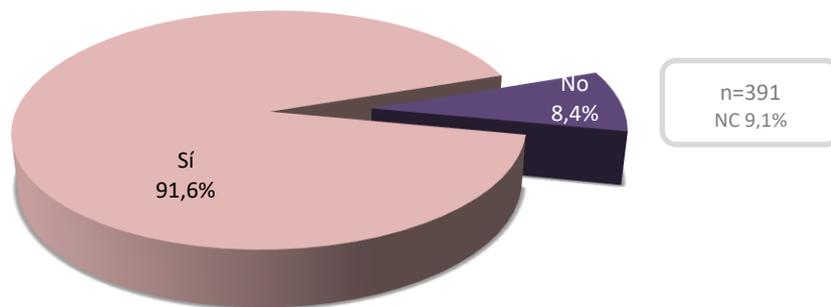
Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 402).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.10. ¿Practicas alguna actividad física o algún deporte durante la semana fuera del horario escolar?

El porcentaje del alumnado que practica alguna actividad física o algún deporte durante la semana, fuera del horario escolar es del 91,6%.

Gráfico 2. 8 Distribución porcentual del alumnado que practica alguna actividad física o algún deporte durante la semana fuera del horario escolar (P10).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Tabla 2. 14 Porcentaje del alumnado que practica alguna actividad física o algún deporte durante la semana fuera del horario escolar, por sexo (P10).

	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
No	10	5,2%	23	11,3%	33	8,4%
Sí	181	94,8%	181	88,7%	362	91,6%
Total	191	100%	204	100%	395	100%

Nota: La suma por sexo puede no coincidir con el total por existir cuestionarios con el campo en blanco.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

El 50% del alumnado que practica alguna actividad física o algún deporte, dedica 4,0 horas o más a la semana, fuera del horario escolar.

Tabla 2. 15 Horas a la semana que dedica el alumnado que practica alguna actividad física o algún deporte durante la semana fuera del horario escolar, por sexo (P10).

	Número de alumnos/as	Mediana de horas	Rango intercuartílico
Niños	181	5,0	7,0
Niñas	181	3,0	3,0
Total	362	4,0	4,0

Nota: Solamente se tienen en cuenta los cuestionarios que han respondido afirmativamente a la P.10, y además han rellenado el siguiente apartado del número de horas a la semana que dedican (n= 362)

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Los alumnos/as que tienen una ingesta recomendada de frutas y hortalizas, practican alguna actividad física fuera del horario escolar con un porcentaje ligeramente inferior (87,9%) a los que no cumplen con la ingesta recomendada (89,1%).

Tabla 2. 16 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas vs. Práctica de alguna actividad física durante la semana, fuera del horario escolar (cruce Ingesta recomendada y P10).

Ingesta recomendada de frutas y hortalizas	¿Practica alguna actividad física durante la semana, fuera del horario escolar?		Total
	No	Sí	
No	8,4%	91,6%	100%
Sí	8,9%	91,1%	100%
Total	8,4%	91,6%	100%

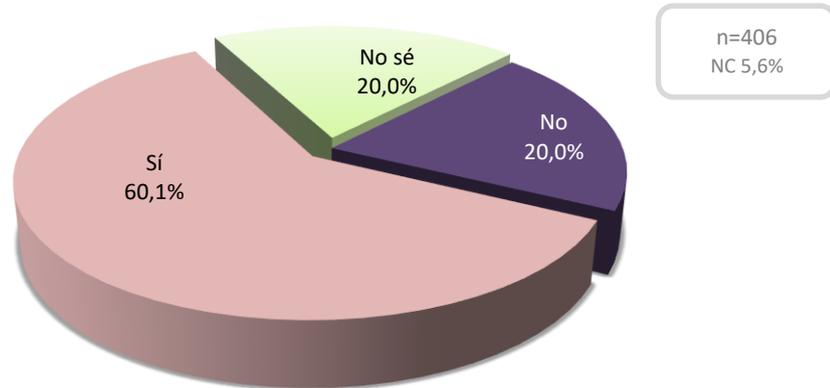
Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 404).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.11. ¿Gracias a este Programa han mejorado tus conocimientos en torno a los beneficios de las frutas y hortalizas de tu entorno?

Seis de cada 10 alumnos/as manifiestan que gracias a este Programa han mejorado sus conocimientos en torno a los beneficios de las frutas y hortalizas.

Gráfico 2. 9 Distribución porcentual del alumnado que gracias a este Programa ha mejorado sus conocimientos en torno a los beneficios de las frutas y hortalizas (P11).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Tabla 2. 17 Porcentaje del alumnado que gracias a este Programa ha mejorado sus conocimientos en torno a los beneficios de las frutas y hortalizas de su entorno, por sexo (P11).

	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
No	43	21,9%	38	18,1%	81	20,0%
Sí	113	57,7%	131	62,4%	244	60,1%
No sé	40	20,4%	41	19,5%	81	20,0%
Total	196	100,0%	210	100,0%	406	100,0%

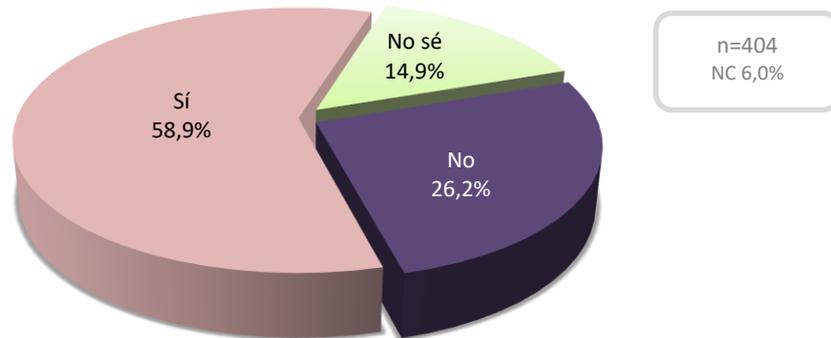
Nota: La suma por sexo puede no coincidir con el total por existir cuestionarios con el campo en blanco.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.12. ¿Gracias a este Programa estás más motivado/a para comer más frutas y hortalizas?

El 58,9% del alumnado manifiesta que gracias a este Programa está más motivado para comer más frutas y hortalizas.

Gráfico 2. 10 Distribución porcentual del alumnado según su motivación para comer más frutas y hortalizas (P12).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León

Tabla 2. 18. Porcentaje del alumnado según su motivación para comer más frutas y hortalizas, por sexo (P12).

	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
No	55	28,4%	51	24,3%	106	26,2%
Sí	103	53,1%	135	64,3%	238	58,9%
No sé	36	18,6%	24	11,4%	60	14,9%
Total	194	100%	210	100%	404	100%

Nota: La suma por sexo puede no coincidir con el total por existir cuestionarios con el campo en blanco.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

El alumnado que cree que consume suficientes frutas y/u hortalizas responde estar más motivado para comer más frutas y hortalizas (el 63,1%) que el que respondió que su consumo no era suficiente (el 48,9%).

Tabla 2. 19 El alumno/a cree que consume suficientes frutas y/u hortalizas vs. Motivación para comer más alimentos de este tipo, gracias a este Programa (cruce P8 y P12).

¿Crees que consumes suficientes frutas y/u hortalizas?	¿Gracias a este Programa estás más motivado para comer más frutas y hortalizas?			Total
	No	Sí	No sé	
No	37,8%	48,9%	13,3%	100%
Sí	23,4%	63,1%	13,5%	100%
No sé	28,3%	51,5%	20,2%	100%
Total	26,1%	58,9%	15,1%	100%

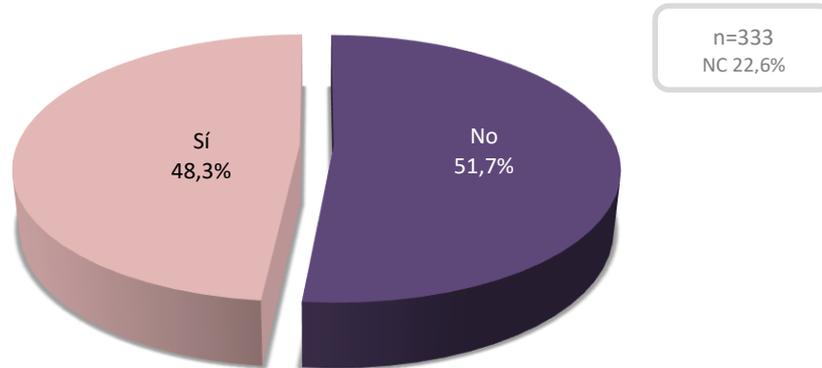
Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 279).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.13. ¿Has participado en alguna de las actividades en torno al consumo de frutas y hortalizas (visitas a explotaciones, taller de degustación de frutas y hortalizas,...)?

Casi la mitad de los alumnos ha participado en alguna de las actividades en torno al consumo de frutas y hortalizas (el 48,3%).

Gráfico 2. 11 Distribución porcentual del alumnado que ha participado en alguna de las actividades en torno al consumo de frutas y hortalizas (P13).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Tabla 2. 20 Porcentaje del alumnado que ha participado en alguna de las actividades en torno al consumo de frutas y hortalizas, por sexo (P13).

	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
No	92	57,9%	80	46,0%	172	51,7%
Sí	67	42,1%	94	54,0%	161	48,3%
Total	159	100%	174	100%	333	100%

Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 333).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Entre el alumnado que ha participado en alguna de las actividades en torno al consumo de frutas y hortalizas, manifiesta que gracias a este Programa ha mejorado sus conocimientos sobre sus beneficios un 75,3% de ellos, frente al 51,1% de los que dicen no haber participado.

Tabla 2. 21 Participación en alguna de las actividades promovidas vs. Mejoría en los conocimientos del alumnado en torno a los beneficios de las frutas y hortalizas (cruce P13 y P11).

¿Has participado en alguna de las actividades en torno al consumo de frutas y hortalizas?	¿Han mejorado tus conocimientos en torno a los beneficios de las frutas y hortalizas?			Total
	No	Sí	No sé	
No	26,9%	51,1%	22,0%	100%
Sí	13,3%	75,3%	11,4%	100%
Total	20,4%	62,6%	17,0%	100%

Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 348).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Entre el alumnado que ha participado en alguna de las actividades en torno al consumo de frutas y hortalizas, manifiesta estar más motivado para consumir frutas y hortalizas un 64,1% de ellos, frente al 58,7% de los que dicen no haber participado.

Tabla 2. 22 Participación en alguna de las actividades promovidas vs. Motivación para comer frutas y hortalizas (cruce P13 y P12).

¿Has participado en alguna de las actividades en torno al consumo de frutas y hortalizas?	¿Estás más motivado/a para comer frutas y hortalizas, gracias a este Programa?			Total
	No	Sí	No sé	
No	32,0%	52,5%	15,5%	100%
Sí	18,7%	68,1%	13,3%	100%
Total	25,6%	59,9%	14,4%	100%

Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 347).

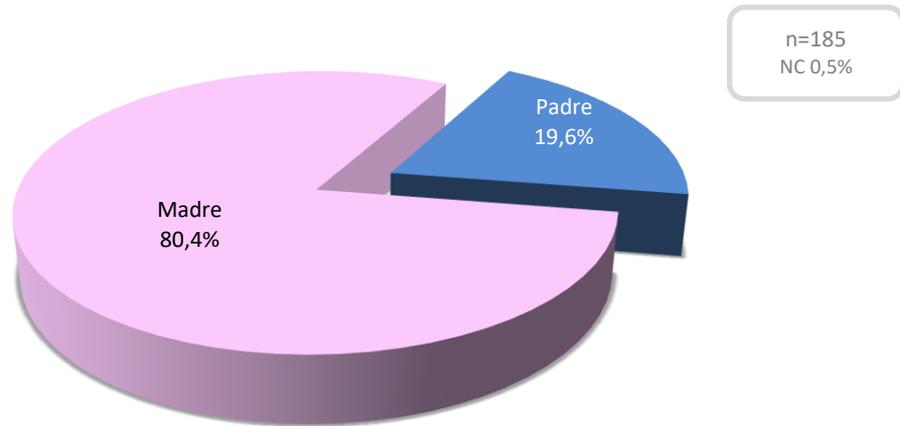
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

3.- Cuestionario de evaluación de las familias

P.1. Indica tu relación con tu hijo/a

La mayoría de los familiares que rellenan el cuestionario de evaluación de las familias son las madres (el 80,4%), frente al 19,6% de los padres.

Gráfico 3. 1 Distribución porcentual de la relación con el hijo/a (P1).

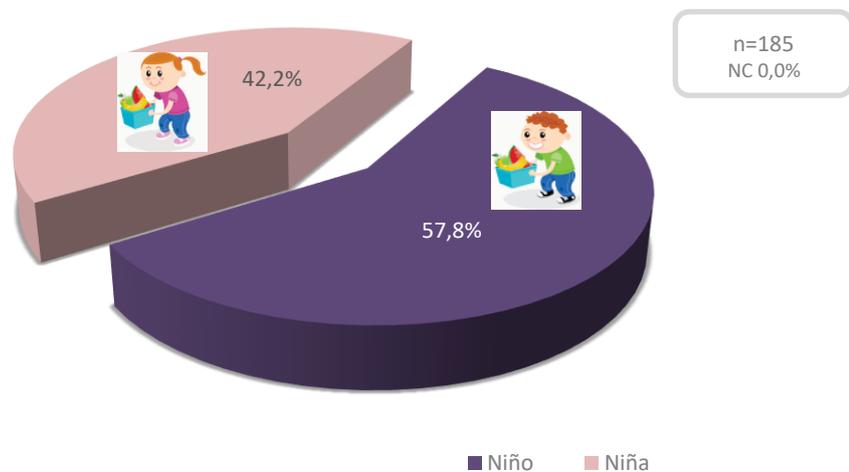


Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.2. Género de tu hijo/a

Con respecto al género del hijo, el porcentaje de niños es superior al de niñas (53,5% frente al 46,5% respectivamente).

Gráfico 3. 2 Distribución porcentual de los cuestionarios según el sexo del hijo/a (P2).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.3. Edad de tu hijo/a

La edad media de los alumnos/as es de 10,6 años ($\pm 2,3$ años). Hay que recordar que la población objeto de estudio es los alumnos de 5º de Primaria.

Tabla 3. 1 Edad media de los/las hijos/as, por sexo (P3).

Sexo	Número	Media	Desviación típica
Niño	86	10,8	3,3
Niña	99	10,5	0,6
Total	185	10,6	2,3

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.4. ¿Con qué frecuencia come tu hijo/a fruta?

Respecto al consumo de frutas de sus hijos, lo más frecuente es que tome *1 fruta todos los días*, con el 31,9%.

Con respecto a la ingesta recomendada de frutas, que es de 2 o más piezas al día, lo cumple el 29,7% de los hijos/as.

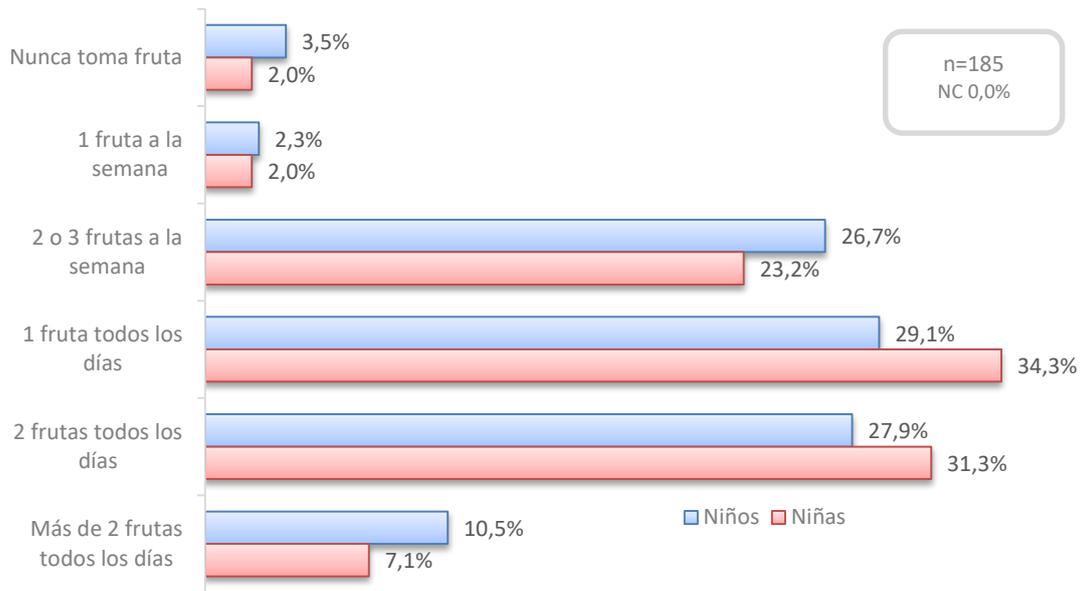
Tabla 3. 2 Distribución porcentual del consumo de frutas, por sexo (P4).

	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Nunca toma fruta	3	3,5%	2	2,0%	5	2,7%
1 fruta a la semana	2	2,3%	2	2,0%	4	2,2%
2 o 3 frutas a la semana	23	26,7%	23	23,2%	46	24,9%
1 fruta todos los días	25	29,1%	34	34,3%	59	31,9%
2 frutas todos los días	24	27,9%	31	31,3%	55	29,7%
Más de 2 frutas todos los días	9	10,5%	7	7,1%	16	8,6%
Total	86	100%	99	100%	185	100%

Opciones más frecuentes.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Gráfico 3. 3 Distribución porcentual del consumo de frutas, por sexo (P4).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.5. ¿Con qué frecuencia suele tu hijo/a beber zumo de fruta?

El 22,3% de los hijos/as bebe zumo de fruta natural 1 vez al día o más, y el 20,2% bebe zumo de fruta envasado con las misma frecuencia.

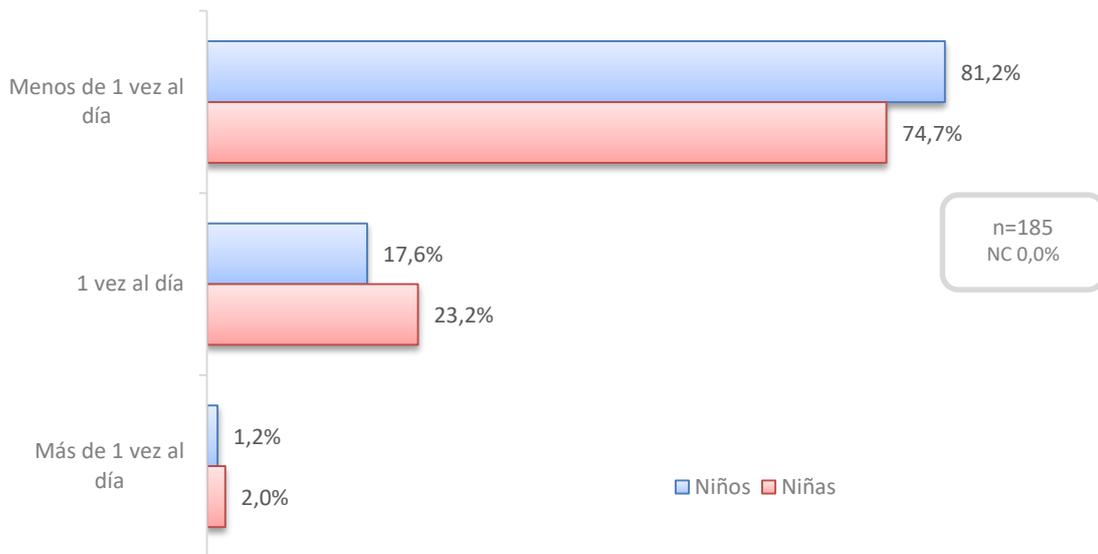
Tabla 3. 3 Distribución porcentual del consumo de zumo de fruta, por sexo (P5).

		Niños		Niñas		Total	
		Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Zumo natural	Menos de 1 vez al día	69	81,2%	74	74,7%	143	77,7%
	1 vez al día	15	17,6%	23	23,2%	38	20,7%
	Más de 1 vez al día	1	1,2%	2	2,0%	3	1,6%
	Total	85	100,0%	99	100,0%	184	100,0%
Zumo envasado	Menos de 1 vez al día	63	79,7%	68	80,0%	131	79,9%
	1 vez al día	14	17,7%	12	14,1%	26	15,9%
	Más de 1 vez al día	2	2,5%	5	5,9%	7	4,3%
	Total	79	100,0%	85	100,0%	164	100,0%

■ Opción más frecuente.

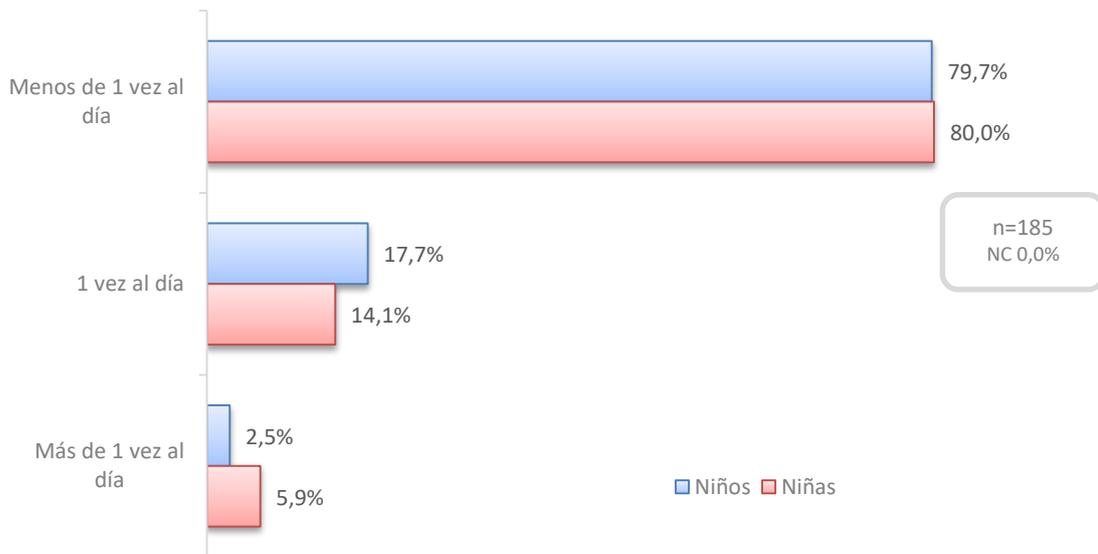
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Gráfico 3. 4 Distribución porcentual del consumo de zumo de fruta natural, por sexo (P5).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Gráfico 3. 5 Distribución porcentual del consumo de zumo de fruta envasado, por sexo (P5).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.6. ¿Qué le ofreces más veces a tu hijo/a de almuerzo? (respuesta múltiple, máximo 3)

Los alimentos que más veces le ofrecen al hijo/a sus padres como almuerzo son: *bocadillos* (69,2%), *fruta* (54,6%) y *galletas y cereales* (48,6%).

Tabla 3. 4 Alimentos que más veces le ofrecen al hijo/a sus padres como almuerzo, por sexo (P6).

Alimento	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Bocadillo	58	67,4%	70	70,7%	128	69,2%
Zumos	19	22,1%	17	17,2%	36	19,5%
Fruta	48	55,8%	53	53,5%	101	54,6%
Bollo, donuts, bollycao, otros	6	7,0%	8	8,1%	14	7,6%
Lácteos	29	33,7%	38	38,4%	67	36,2%
Chuches	0	0,0%	1	1,0%	1	0,5%
Refrescos	3	3,5%	1	1,0%	4	2,2%
Patatas, gusanitos, etc	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%
Frutos secos	12	14,0%	9	9,1%	21	11,4%
Chocolatinas, chocolate	5	5,8%	2	2,0%	7	3,8%
Galletas y cereales	45	52,3%	45	45,5%	90	48,6%

Opciones más frecuentes.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.7. ¿Con qué frecuencia lleva tu hijo/a fruta al colegio?

El porcentaje de niños que lleva fruta al colegio de forma habitual (entre 3 y 5 días a la semana) es del 10,4%.

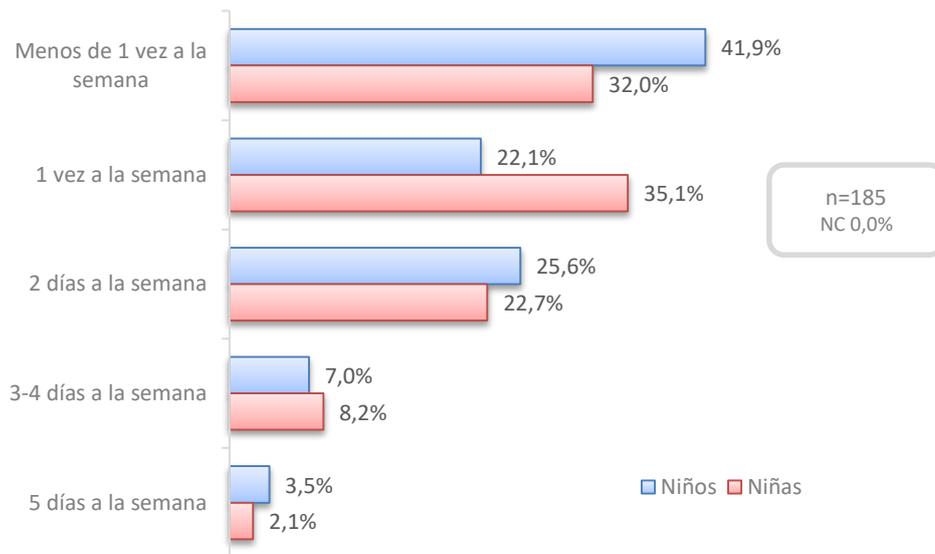
Tabla 3. 5 Distribución porcentual del consumo de fruta en el almuerzo, por sexo (P7).

	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Menos de 1 vez a la semana	36	41,9%	31	32,0%	67	36,6%
1 vez a la semana	19	22,1%	34	35,1%	53	29,0%
2 días a la semana	22	25,6%	22	22,7%	44	24,0%
3-4 días a la semana	6	7,0%	8	8,2%	14	7,7%
5 días a la semana	3	3,5%	2	2,1%	5	2,7%
Total	86	100,0%	97	100,0%	183	100,0%

Opciones más frecuentes.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Gráfico 3. 6 Distribución porcentual del consumo de fruta en el almuerzo, por sexo (P7).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.8. Cuando tu hijo/a no quiere comer la fruta que le ofreces un día, ¿cómo actúas?

La manera más frecuente de actuar de los padres cuando su hijo no quiere comer la fruta que le ofrecen, es insistirle en que se coma esa fruta (45,4%) u ofrecerle otro tipo de fruta (40,5%).

Tabla 3. 6 Distribución de la manera de actuar de los padres cuando su hijo/a no quiere comer la fruta que le ofrecen (P8).

	Número	Porcentaje
Le ofrezco otro tipo de fruta	75	40,5%
Le ofrezco otro postre	24	13,0%
No le ofrezco nada	2	1,1%
Insisto en que se coma esa fruta	84	45,4%
Total	185	100%

■ Opciones más frecuentes.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.9. ¿Con qué frecuencia suele tu hijo/a comer ensalada, hortalizas o verduras?

El 53% de los niños de la muestra comen ensalada, hortalizas o verduras con una frecuencia de 2 o 3 veces a la semana.

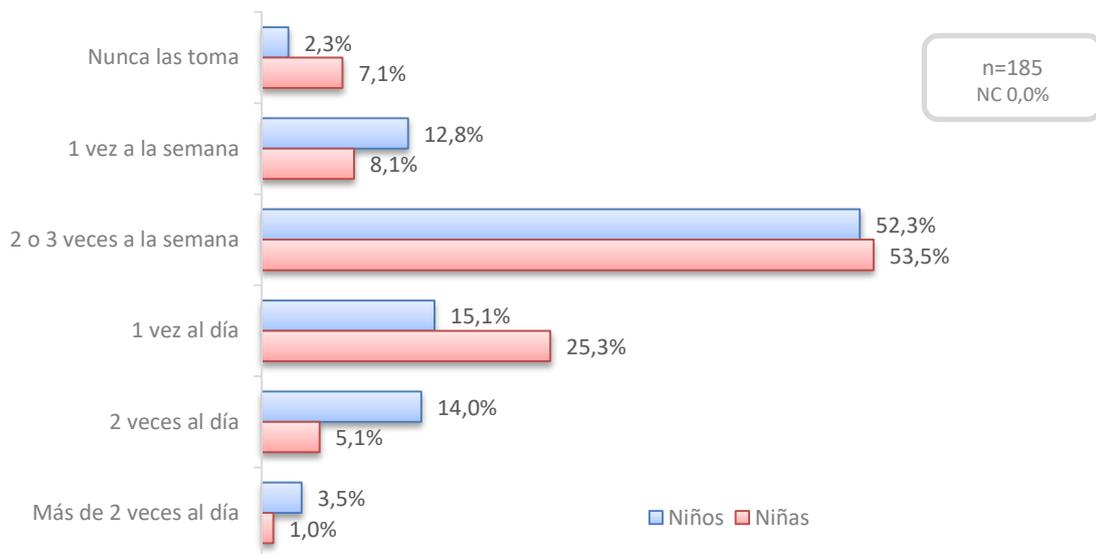
Tabla 3. 7 Distribución porcentual del consumo de ensalada, hortalizas o verduras, por sexo (P9).

	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Nunca las toma	2	2,3%	7	7,1%	9	4,9%
1 vez a la semana	11	12,8%	8	8,1%	19	10,3%
2 o 3 veces a la semana	45	52,3%	53	53,5%	98	53,0%
1 vez al día	13	15,1%	25	25,3%	38	20,5%
2 veces al día	12	14,0%	5	5,1%	17	9,2%
Más de 2 veces al día	3	3,5%	1	1,0%	4	2,2%
Total	86	100,0%	99	100,0%	185	100,0%

■ Opciones más frecuentes.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Gráfico 3. 7 Distribución porcentual del consumo de ensalada, hortalizas o verduras, por sexo (P9).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

De los alumnos/as que no tienen una ingesta diaria⁴ de frutas, la mayoría (8 de cada 10) tampoco la tienen de ensaladas, hortalizas o verduras.

⁴ Se considera "Ingesta no diaria" consumir como máximo 3 frutas a la semana o consumir como máximo 3 veces a la semana ensaladas, hortalizas o verduras.

Se considera "1-2 al día" consumir 1 o 2 frutas todos los días o consumir 1 o 2 veces al día ensaladas, hortalizas o verduras. Se considera "Más de 2 al día" consumir más de 2 frutas todos los días o consumir más de 2 veces al día ensaladas, hortalizas o verduras.

Por otra parte, atendiendo únicamente al alumnado que tiene una ingesta de más de 2 piezas de fruta al día, el 56,3% consume 1 o 2 raciones de verduras, y el 6,3% consume más de 2 raciones de verduras al día.

Tabla 3. 8 Consumo de frutas vs. Consumo de ensalada, hortalizas o verduras, por parte de los/as hijos/as (cruce P4 y P9 recodificadas).

Consumo de frutas	Consumo ensalada, hortalizas o verduras			Total
	Ingesta no diaria	1-2 al día	Más de 2 al día	
Ingesta no diaria	80,0%	18,2%	1,8%	100%
1-2 al día	66,7%	31,6%	1,8%	100%
Más de 2 al día	37,5%	56,3%	6,3%	100%
Total	68,1%	29,7%	2,2%	100%

Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 185).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.10. Cuando tu hijo/a no quiere comer algún tipo de verdura u hortaliza que le das, ¿cómo actúas?

La manera de actuar más frecuente por parte de los padres cuando un hijo no quiere comer la verdura u hortaliza que le ofrecen es *Insistir en que se la coma* (71,7%).

Tabla 3. 9 Distribución de la manera de actuar de los padres cuando su hijo/a no quiere comer la verdura u hortaliza que le ofrecen (P10).

	Número	Porcentaje
Le ofrezco otro tipo de verdura u hortaliza	25	13,6%
Le ofrezco otro plato distinto a la verdura u hortaliza	14	7,6%
No le ofrezco nada	13	7,1%
Insisto en que se coma esa verdura u hortaliza	132	71,7%
Total	184	100%

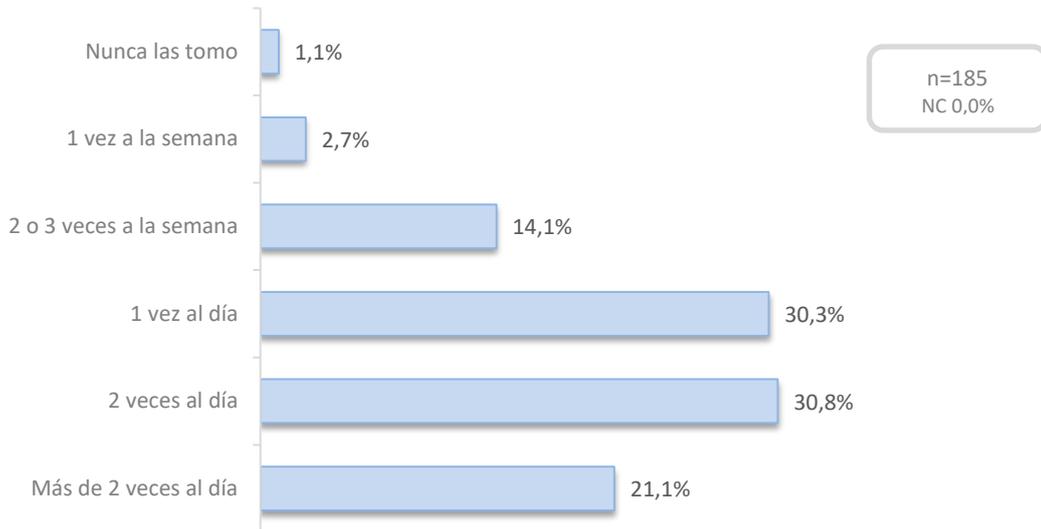
Opción más frecuente.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.11. ¿Con qué frecuencia sueles comer fruta?

Atendiendo a los hábitos de los padres de la muestra, 6 de cada 10 consumen frutas 1 o 2 veces al día. El porcentaje de padres que consumen la ingesta recomendada de 2 o más veces al día es del 51,9%.

Gráfico 3. 8 Distribución porcentual del consumo de frutas, por parte de los padres (P11).

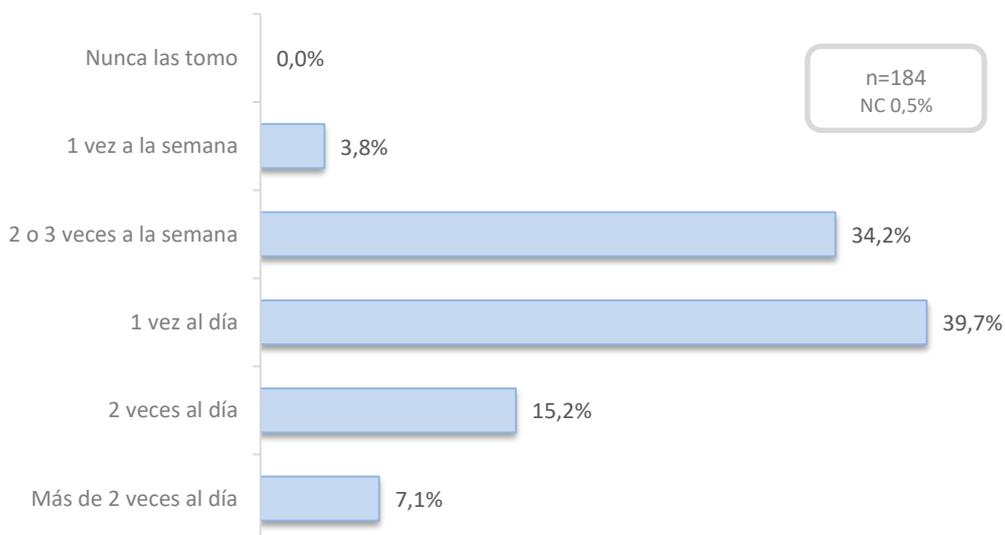


Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.12. ¿Con qué frecuencia sueles comer ensalada, hortalizas o verduras?

Atendiendo a los hábitos de los padres de la muestra, el 77,4% consumen ensaladas, hortalizas o verduras con una frecuencia de 1 vez al día o al menos varias veces a la semana. El porcentaje de padres que consumen la ingesta recomendada de 2 o más veces al día es del 22,3%.

Gráfico 3. 9 Distribución porcentual del consumo de ensalada, hortalizas o verduras, por parte de los padres (P12).

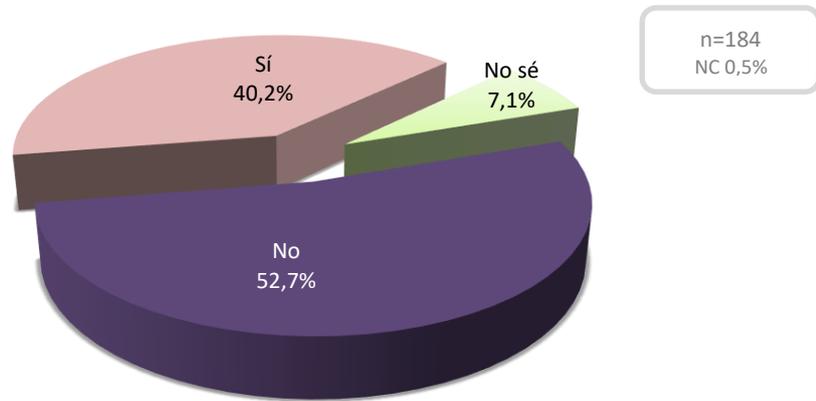


Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.13. ¿Crees que tu hijo/a consume suficientes frutas y hortalizas?

Más de la mitad de los padres creen que su hijo no consume suficientes frutas y hortalizas. El 7,1% de ellos manifiesta desconocer si dicha ingesta es o no suficiente.

Gráfico 3. 10 Distribución porcentual de los padres que creen que sus hijos consumen suficientes frutas y hortalizas (P13).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Entre los/as hijos/as que toman una ingesta recomendada de frutas y hortalizas, el 81,3% de sus padres responde que dicho consumo es suficiente.

Por otro lado, entre los/as hijos/as cuya ingesta de frutas y hortalizas no es el suficiente, el 36,3% de sus padres considera que dicho consumo es suficiente.

Tabla 3. 10 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas vs. Creencia del/la padre/madre que el consumo de frutas y hortalizas es suficiente para su hijo/a (cruce Ingesta recomendada y P13).

Ingesta recomendada de frutas y hortalizas	¿Consumo suficiente de frutas y/u hortalizas?			Total
	No	Sí	No sé	
No	56,5%	36,3%	7,1%	100%
Sí	12,5%	81,3%	6,3%	100%
Total	52,7%	40,2%	7,1%	100%

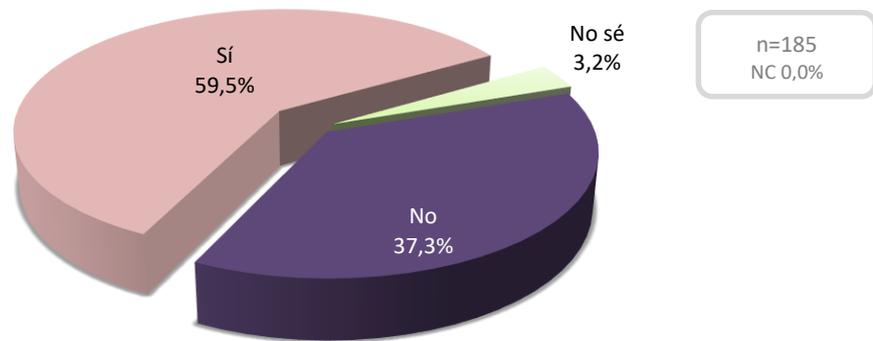
Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 266).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.14. ¿Crees que comes suficientes frutas y hortalizas?

Casi 6 de cada 10 padres creen que consumen suficientes frutas y hortalizas.

Gráfico 3. 11 Distribución porcentual de los padres que creen que consumen suficientes frutas y hortalizas (P14).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Entre los padres que consumen una ingesta recomendada de frutas y hortalizas, el 93,8% responde que dicho consumo es suficiente.

Por otro lado, entre los padres cuyo consumo de frutas y hortalizas no es el suficiente, el 56,2% considera que dicho consumo es suficiente.

Tabla 3. 11 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas vs. Creencia del/la padre/madre sobre si consume suficiente cantidad de frutas y hortalizas (cruce Ingesta recomendada y P14).

Ingesta recomendada de frutas y hortalizas	¿Consumo suficiente de frutas y/u hortalizas?			Total
	No	Sí	No sé	
No	40,2%	56,2%	3,6%	100%
Sí	6,3%	93,8%	0,0%	100%
Total	37,3%	59,5%	3,2%	100%

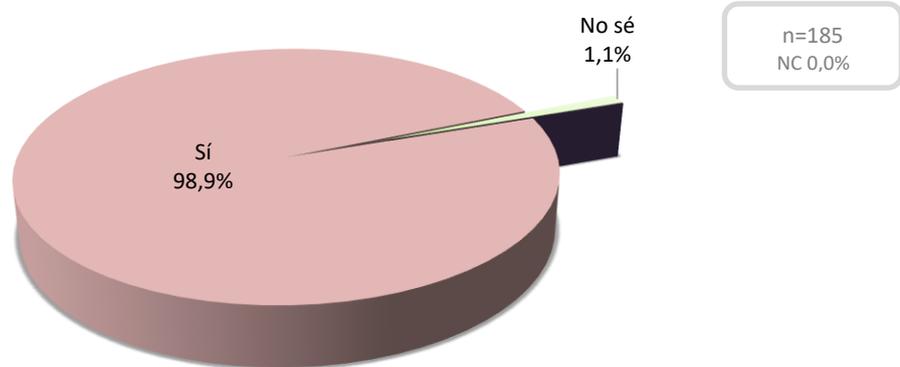
Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 185).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.15. ¿Crees que comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien?

Prácticamente la totalidad de los padres encuestados considera que comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien.

Gráfico 3. 12 Distribución porcentual de los padres que creen que comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien (P15).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Independientemente de si los hijos tienen una ingesta recomendada de frutas y hortalizas, sus padres responden mayoritariamente que su consumo es importante para sentirse bien.

Tabla 3. 12 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas por parte del/la hijo/a vs. Creencia del/la padre/madre sobre si comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien (cruce Ingesta recomendada y P15).

Ingesta recomendada de frutas y hortalizas	¿Crees que comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien?			Total
	No	Sí	No sé	
No	0,0%	98,8%	1,2%	100%
Sí	0,0%	100,0%	0,0%	100%
Total	0,0%	98,9%	1,1%	100%

Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 185).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

De la misma manera a lo que ocurre en el cruce anterior, independientemente de si los padres tienen una ingesta recomendada de frutas y hortalizas, mayoritariamente responden que su consumo es importante para sentirse bien.

Tabla 3. 13 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas por parte del/la padre/madre vs. Creencia sobre si comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien (cruce Ingesta recomendada y P15).

Ingesta recomendada de frutas y hortalizas	¿Crees que comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien?			Total
	No	Sí	No sé	
No	0,0%	98,7%	1,3%	100%
Sí	0,0%	100,0%	0,0%	100%
Total	0,0%	98,9%	1,1%	100%

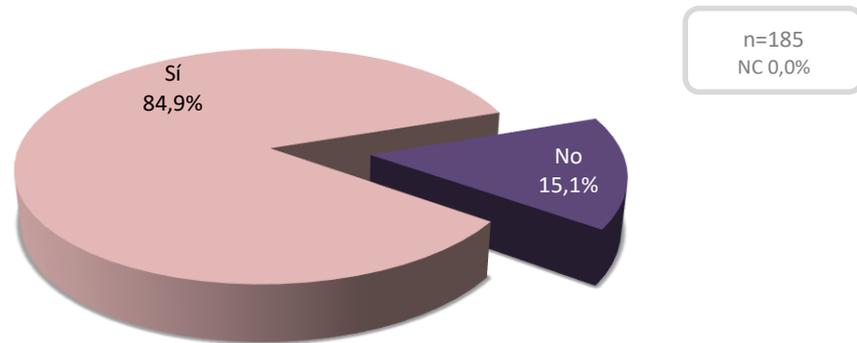
Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 185).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.16. ¿Practica tu hijo/a actividad física durante la semana fuera del horario escolar?

El 84,9% de los/as hijo/as de la muestra practican alguna actividad física durante la semana fuera del horario escolar.

Gráfico 3. 13. Distribución porcentual de los/as hijos/as que practican alguna actividad física durante la semana, fuera del horario escolar (P16).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

El 50% de los/as hijos/as dedican 4,0 horas a la semana o más a este tipo de actividades físicas.

Tabla 3. 14 Horas a la semana que los hijos/as practican actividad física fuera del horario escolar, por sexo (P16a).

	Mediana de horas	Rango intercuartílico
Niños	4,3	4,0
Niñas	3,0	2,0
Total	4,0	3,5

Notas: Solamente se tienen en cuenta los cuestionarios que han respondido a la pregunta P.16a.
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

En los resultados de la encuesta, El 93,8% de los hijos/as que tienen una ingesta recomendada de frutas y hortalizas, practica alguna actividad física fuera del horario escolar. Este porcentaje es inferior si no tienen dicha ingesta recomendada (84,0%).

Tabla 3. 15 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas por parte del/la hijo/a vs. Practica alguna actividad física durante la semana, fuera del horario escolar (cruce Ingesta recomendada y P16).

Ingesta recomendada de frutas y hortalizas	¿Practica el hijo alguna actividad física durante la semana, fuera del horario escolar?		Total
	No	Sí	
No	16,0%	84,0%	100%
Sí	6,3%	93,8%	100%
Total	15,1%	84,9%	100%

Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 157).
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

El porcentaje de hijos/as que realizan actividad física durante la semana, fuera del horario escolar, es similar cuando los padres tienen una ingesta recomendada de frutas y hortalizas (86,2%), que cuando no la tienen (84,6%).

Tabla 3. 16 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas por parte del/la padre/madre vs. Practica alguna actividad física durante la semana el/la hijo/a, fuera del horario escolar (cruce Ingesta recomendada y P16).

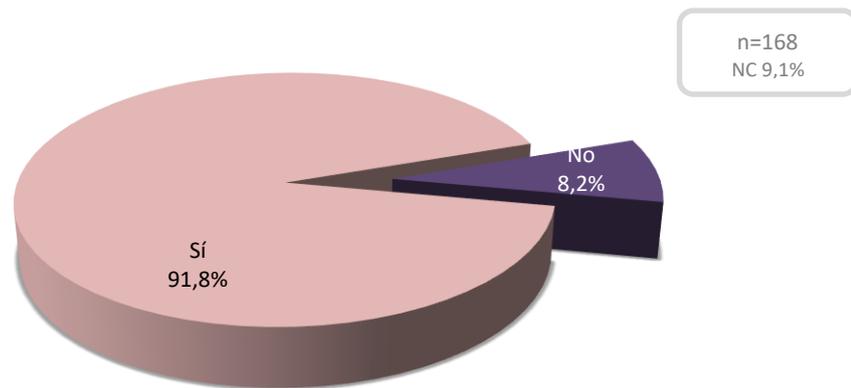
Ingesta recomendada de frutas y hortalizas	¿Practica el/la hijo/a alguna actividad física durante la semana, fuera del horario escolar?		Total
	No	Sí	
No	15,4%	84,6%	100%
Sí	13,8%	86,2%	100%
Total	15,1%	84,9%	100%

Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 157).
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.17. ¿Conoces el Programa de consumo de frutas y hortalizas en las escuelas que ha realizado el centro educativo al que asiste tu hijo/a?

El 91,8% de los padres conocen el Programa de consumo de frutas y hortalizas en las escuelas, que ha realizado el centro educativo.

Gráfico 3. 14 Distribución porcentual de los padres que conocen el Programa de consumo de frutas y hortalizas en las escuelas, que ha realizado su centro educativo (P17).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

El 68,8% de los padres cuyos hijos tienen una ingesta recomendada de frutas y verduras manifiesta conocer dicho Programa. Este porcentaje es mayor cuando los hijos no tienen dicha ingesta recomendada (94,0%).

Tabla 3. 17 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas por parte del/la hijo/a vs. Conocimiento, por parte de los padres, del Programa de consumo de frutas y hortalizas en las escuelas (cruce Ingesta recomendada y P17).

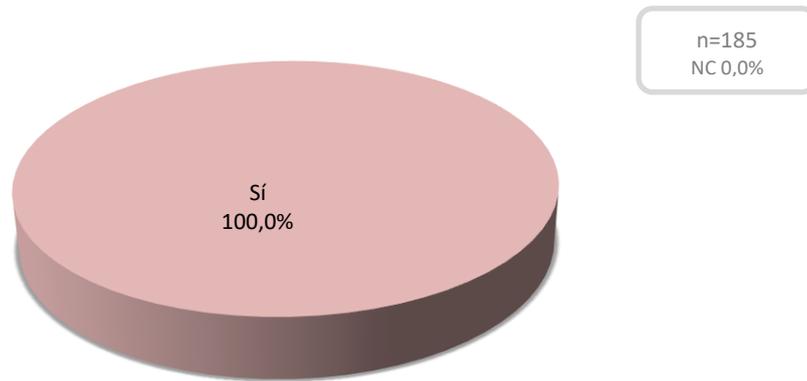
Ingesta recomendada de frutas y hortalizas	¿Conoces el Programa de consumo de frutas y hortalizas en las escuelas?		Total
	No	Sí	
No	6,0%	94,0%	100%
Sí	31,3%	68,8%	100%
Total	8,2%	91,8%	100%

Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n:183).
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.18. ¿Ha participado tu hijo/a en años anteriores en el Programa de consumo de frutas y hortalizas en las escuelas?

Todos los/as hijos/as de las encuestados han participado en años anteriores en el Programa de consumo de frutas y hortalizas en las escuelas.

Gráfico 3. 15 Distribución porcentual de los/as hijos/as que han participado en años anteriores en el Programa de consumo de frutas y hortalizas en las escuelas (P18).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Independientemente de tener el alumnado una ingesta recomendada de frutas y hortalizas, el porcentaje de los que han participado en el Programa de consumo de frutas y hortalizas de años anteriores oscila entre un 86,7% y un 88,6%.

Tabla 3. 18 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas vs. Participación del/la hijo/a en años anteriores en el Programa de consumo de frutas y hortalizas (cruce Ingesta recomendada y P18).

Ingesta recomendada de frutas y hortalizas	¿Ha participado el alumno/a en años anteriores en el Programa?		Total
	No	Sí	
No	11,4%	88,6%	100%
Sí	13,3%	86,7%	100%
Total	11,5%	88,5%	100%

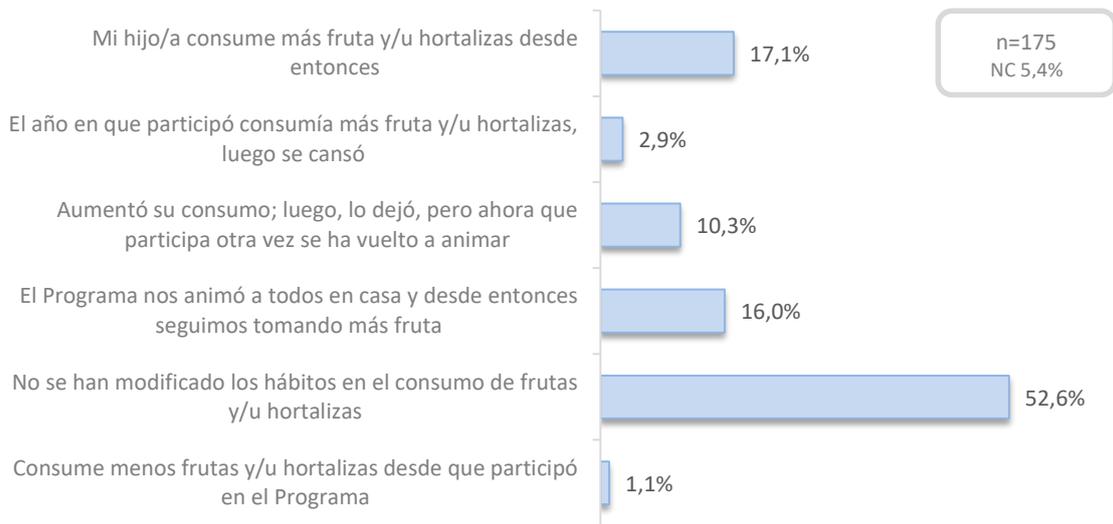
Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 182).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.19. ¿Cómo crees que influyó el Programa en el consumo de fruta y/u hortalizas? (Responde sólo en el caso de que hayas respondido "Sí" en la pregunta anterior)

Atendiendo solamente a los/as hijos/as que han participado en algún Programa de años anteriores, más de la mitad de los padres considera que dicho Programa no les ha modificado los hábitos en el consumo de frutas y/u hortalizas.

Gráfico 3. 16 ¿Cómo crees que influyó el Programa en el consumo de fruta y/u hortalizas? (P19).

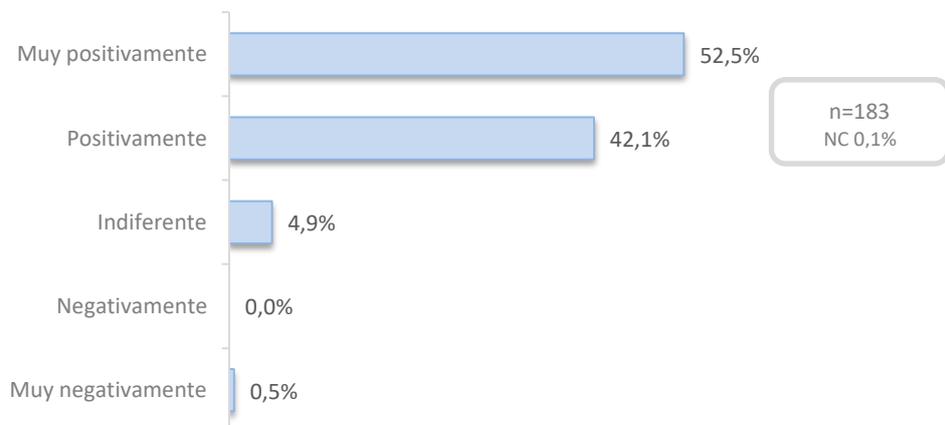


Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.20. ¿Cómo valoras la realización este Programa para aumentar el consumo de frutas y hortalizas por parte de los y las escolares?

El 94,6% de los padres valoran de forma positiva o muy positiva la realización de este tipo de Programas por parte de los escolares.

Gráfico 3. 17 Distribución de la valoración del Programa, para aumentar el consumo de frutas y hortalizas por parte de los y las escolares (P20).

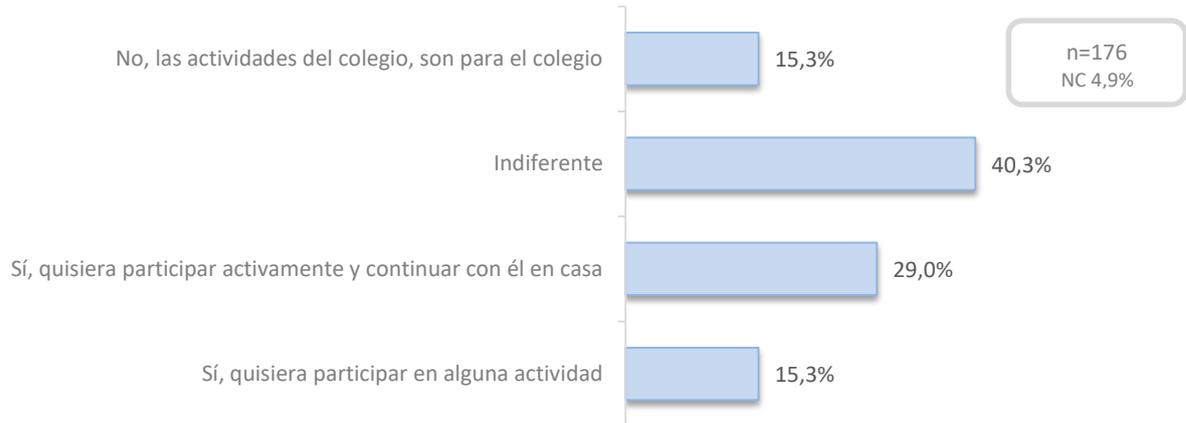


Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.21. ¿Te gustaría implicarte de alguna forma en el desarrollo del Programa?

El 44,3% de los padres querrían participar activamente en el Programa y continuar con él en casa.

Gráfico 3. 18 Distribución de si a los padres les gustaría implicarse en el desarrollo del Programa (P21).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

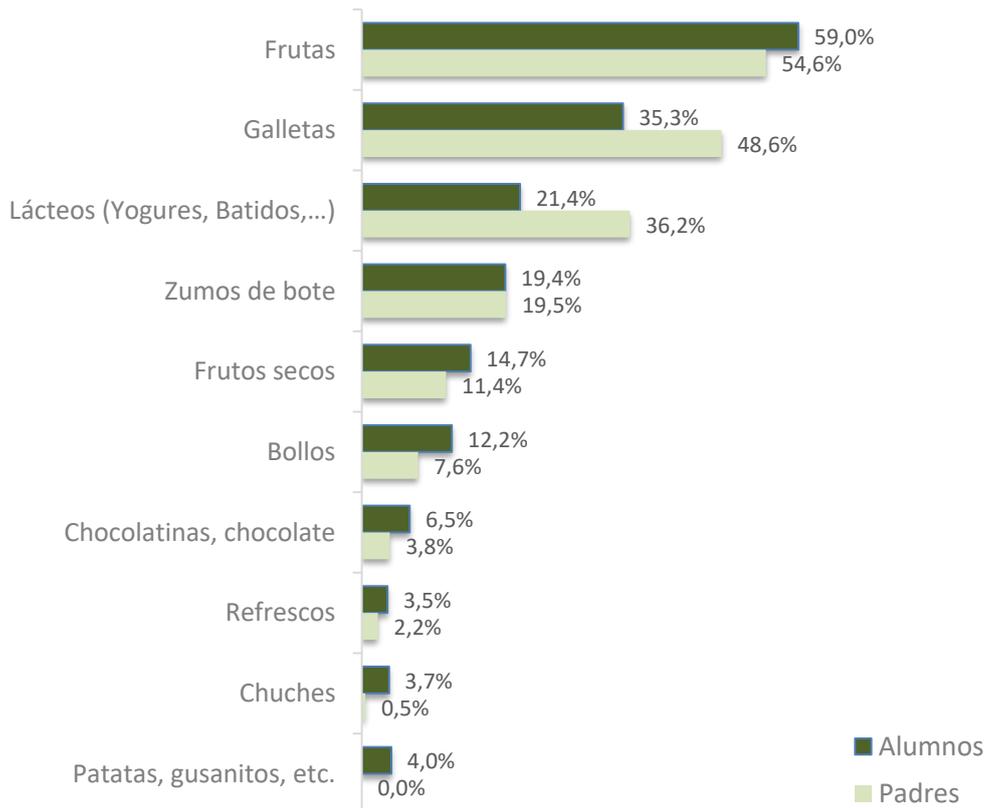
4.- Puntos de acuerdo y desacuerdo entre el alumnado y madres/padres

Respecto al almuerzo

P.3. Alumnado ¿Qué tomas más veces en el recreo? (respuesta múltiple, máximo 3)

P.6. Padres ¿Qué le ofreces más veces a tu hijo/a de almuerzo? (respuesta múltiple, máximo 3)

Gráfico 4. 1 Alimentos que más veces se toman en el recreo, según persona informante (P5 Alumnado y P4 Familias)



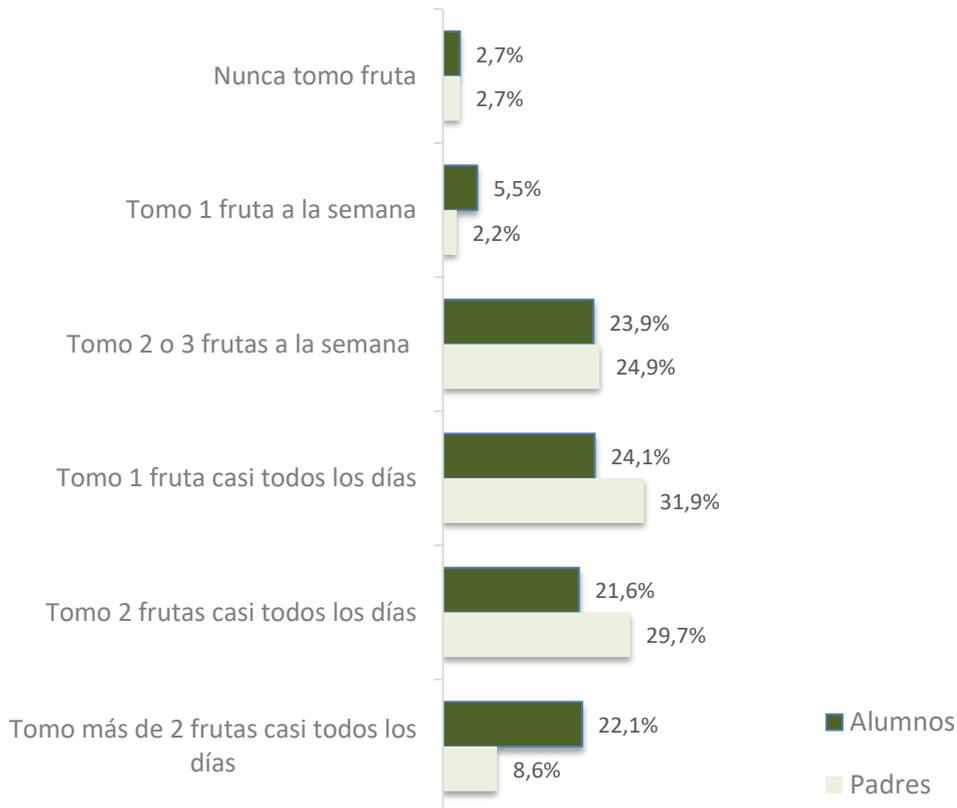
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Respecto al consumo de fruta

P.5. Alumnado ¿Cuánta fruta comes?

P.4. Padres ¿Con qué frecuencia come tu hijo/a fruta?

Gráfico 4. 2 Frecuencia del consumo de frutas por parte del alumnado, según persona informante (P5 Alumnado y P4 Familias)



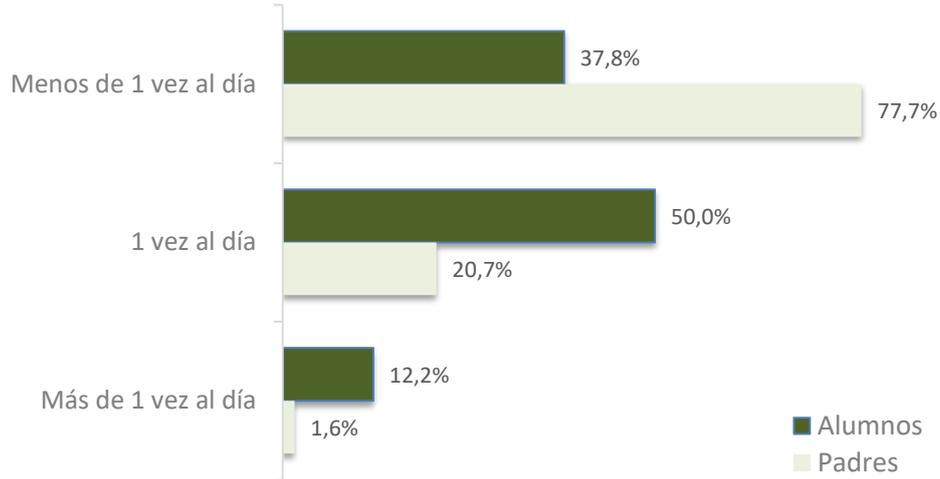
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Respecto al consumo de zumo de fruta

P.6a. Alumnado ¿Con qué frecuencia sueles beber zumo de fruta natural?

P.5a. Padres ¿Con qué frecuencia suele tu hijo/a beber zumo de fruta natural?

Gráfico 4. 3 Frecuencia del consumo de zumo de fruta por parte del alumnado, según persona informante (P6a Alumnado y P5a Familias)

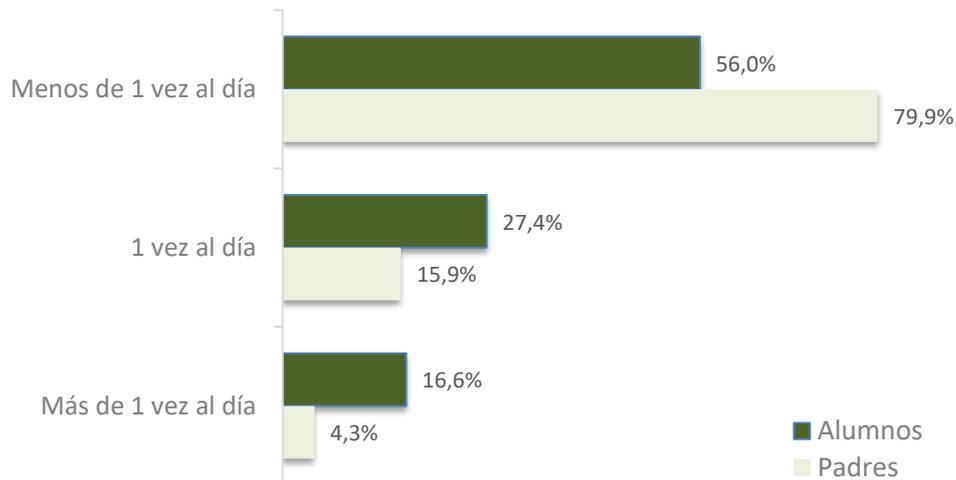


Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.6b. Alumnado ¿Con qué frecuencia sueles beber zumo de fruta envasado?

P.5b. Padres ¿Con qué frecuencia suele tu hijo/a beber zumo de fruta envasado?

Gráfico 4. 4 Frecuencia del consumo de zumo de fruta por parte del alumnado, según persona informante (P6b Alumnado y P5b Familias).



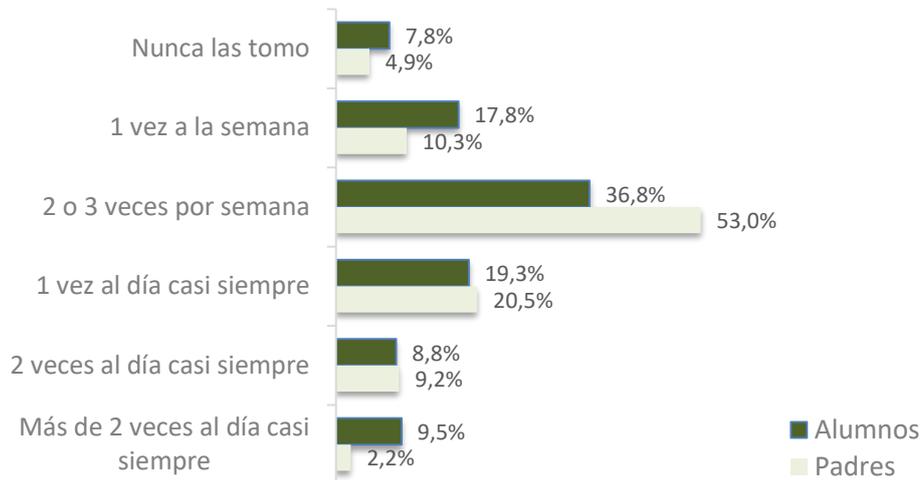
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Respecto al consumo de ensalada, hortalizas o verduras

P.7. Alumnado ¿Cuánto comes de ensalada, hortalizas o verduras?

P.9. Padres ¿Con qué frecuencia suele tu hijo/a comer ensalada, hortalizas o verduras?

Gráfico 4. 5 Frecuencia del consumo de ensalada, hortalizas o verduras por parte del alumnado, según persona informante (P7 Alumnado y P9 Familias).



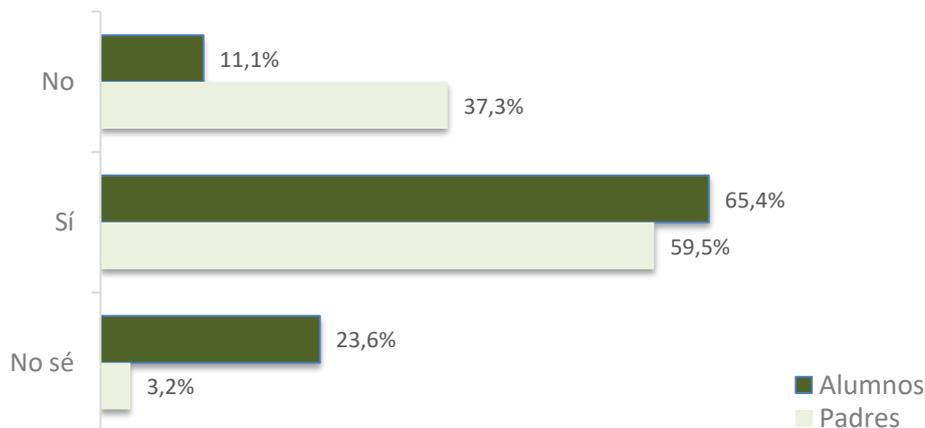
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Respecto al consumo suficiente de frutas y/u hortalizas

P.8 Alumnado ¿Crees que consumes suficientes frutas y/u hortalizas?

P.13. Padres ¿Crees que tu hijo/a consume suficientes frutas y hortalizas?

Gráfico 4. 6 Consumo suficiente de frutas y hortalizas por parte del alumnado, según persona informante (P8 Alumnado y P13 Familias).



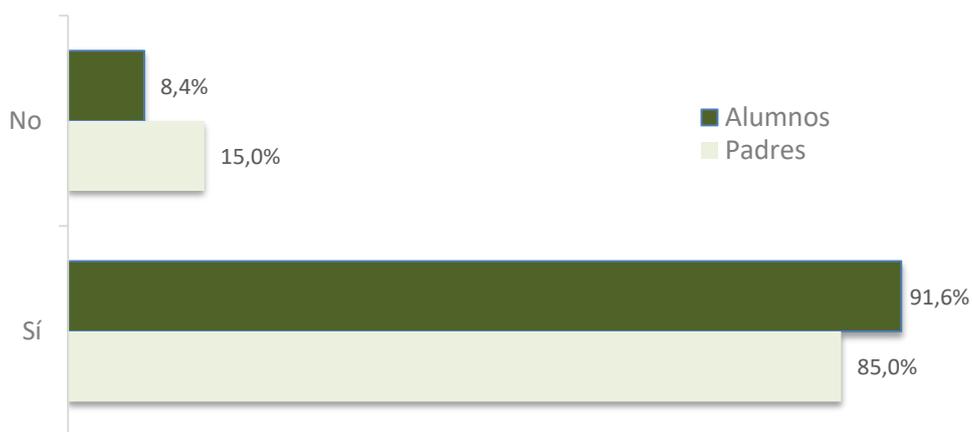
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

Respecto a la realización de actividad física o deporte fuera del horario escolar

P.10. ¿Practicas alguna actividad física o algún deporte durante la semana fuera del horario escolar?

P.16. ¿Practica tu hijo/a actividad física durante la semana fuera del horario escolar?

Gráfico 4. 7 Realización por parte del alumnado de alguna actividad física durante la semana, fuera del horario escolar, según persona informante (P10 de Alumnado y P16 Familias)



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

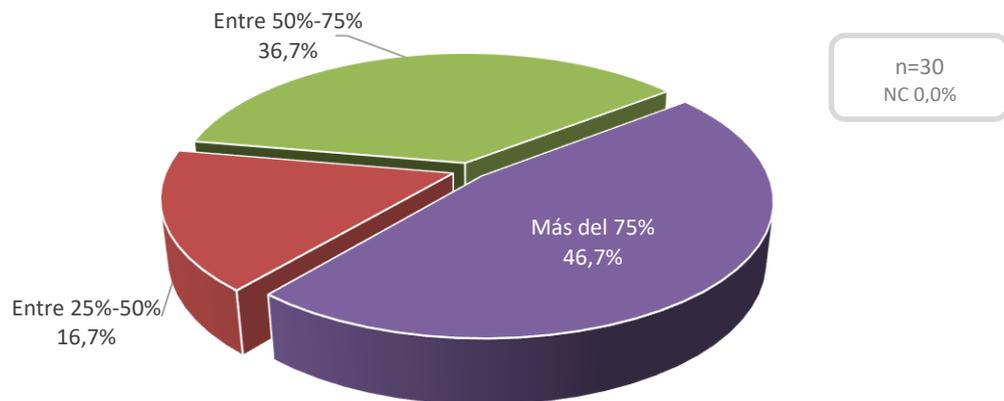
5.- Cuestionario de evaluación del profesorado

En todo este apartado hay que interpretar los datos con cautela, debido a la baja participación por parte del profesorado.

P.1. ¿Qué porcentaje del alumnado ha consumido las frutas que se han distribuido en el Programa?

El 46,7% del profesorado indica que más del 75% del alumnado consume la fruta que se ha distribuido con el Programa.

Gráfico 5. 1 Distribución porcentual del alumnado que ha consumido las frutas que se han distribuido en el Programa (P1).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.2. La aceptación del alumnado según el tipo de fruta suministrada

Más del 69% del profesorado considera que las fresas tienen muy buena aceptación entre los alumnos/as.

Tabla 5. 1 Aceptación del alumnado según el tipo de fruta suministrada (P2).

	Muy mala	Mala	Indiferente	Buena	Muy buena	n
Manzanas	0,0%	10,0%	6,7%	50,0%	33,3%	30
Peras	0,0%	13,3%	33,3%	40,0%	13,3%	30
Fresas	0,0%	3,4%	10,3%	17,2%	69,0%	30
Zumo de frutas	0,0%	13,3%	23,3%	26,7%	36,7%	30

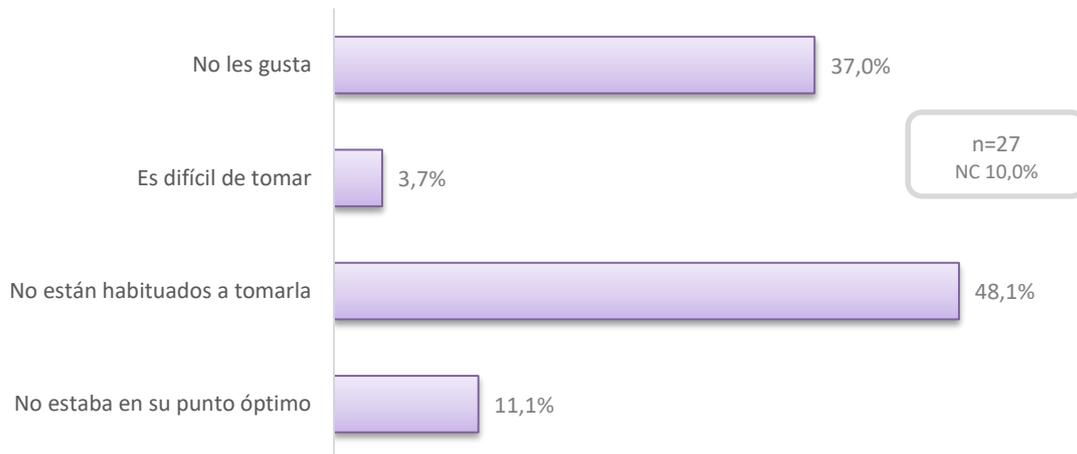
■ Opciones más frecuentes.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.3. Si la fruta ha sido mal aceptada, ¿por qué crees que ha sido? (respuesta múltiple)

El 85,1% profesores indica que cuando la fruta ha sido mal aceptada ha sido porque los alumnos/as no les gusta o no están habituados a tomarla.

Gráfico 5. 2 Posibles causas de la mala aceptación de la fruta por parte del alumno/a (P3).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.4. La calidad gustativa de la fruta entregada la consideras.

P.5. La presentación de la fruta con respecto a limpieza y embalaje la consideras.

P.6. El servicio de distribución de la fruta con respecto a atención y puntualidad, lo consideras.

Respecto a la fruta que se sirve en el Programa, cerca del 83,3% considera que tiene una calidad gustativa buena o muy buena. El 86,6% manifiesta que la presentación respecto a limpieza y embalaje es buena o muy buena y todos indican que la atención y puntualidad del servicio de distribución de la fruta ha sido buena o muy buena.

Tabla 5. 2 Consideraciones sobre la fruta servida (P4 a P6).

	Deficiente	Regular	Buena	Muy buena	n
P4. Calidad gustativa	0,0%	6,7%	50,0%	43,3%	30
P5. Presentación respecto a limpieza y embalaje	0,0%	13,3%	43,3%	43,3%	30
P6. Servicio de distribución de la fruta con respecto a atención y puntualidad	0,0%	0,0%	62,1%	37,9%	29

Opciones más frecuentes.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.7. Señala las actividades complementarias realizadas en el momento de la distribución de la fruta (respuesta múltiple).

En el momento de distribución de la fruta, la mitad profesores lleva a cabo talleres de degustación de frutas y hortalizas.

Gráfico 5. 3 Actividades complementarias realizadas en el momento de la distribución de la fruta (P7).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.8. Tu valoración personal del Programa recientemente finalizado.

P.9. Incidencia negativa del Programa en el desarrollo del curso.

Respecto al Programa, el 80% del profesorado consideran positivo o muy positivo el Programa realizado y el 63,4% consideran que el Programa ha tenido una incidencia negativa baja o nula en el desarrollo del curso.

Tabla 5. 3 Consideraciones sobre Programa llevado a cabo (P8 y P9).

P8. Tu valoración personal del Programa recientemente finalizado (resp. múltiple)	Porcentaje n=30
El fomento del consumo de fruta no corresponde al ámbito escolar sino al familiar	6,7
Negativa, interrumpe el curso escolar y aporta muy poco	6,7
Indiferente, no se ha conseguido ningún objetivo	3,3
Positiva, ha aumentado los conocimientos del alumnado	26,7
Muy positiva, ha influido sobre los hábitos alimenticios del alumnado	53,3
Otros	3,3
P9. Incidencia negativa del Programa en el desarrollo del curso:	Porcentaje n=30
Excesiva, interrumpe el desarrollo del curso, ensucia el centro y alborota al alumnado	0,0%
Elevada, la preparación de la actividad y su ejecución requiere mucho esfuerzo	6,7
Media, se ha organizado la actividad de modo que no altere el funcionamiento del centro	30,0
Baja, la distribución de fruta apenas afecta a la actividad docente o la limpieza del centro	16,7
Nula, se ha organizado la actividad de modo que no afecte negativamente al centro	46,7
Otros	0,0%

■ Opciones más frecuentes.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.10. Sobre la estructura del Programa para el próximo curso: (respuesta múltiple)

El 66,7% del profesorado indica que aumentaría el número de entregas (varias entregas entre octubre-marzo)

Gráfico 5. 4 Estructura del Programa para el próximo curso (P10).



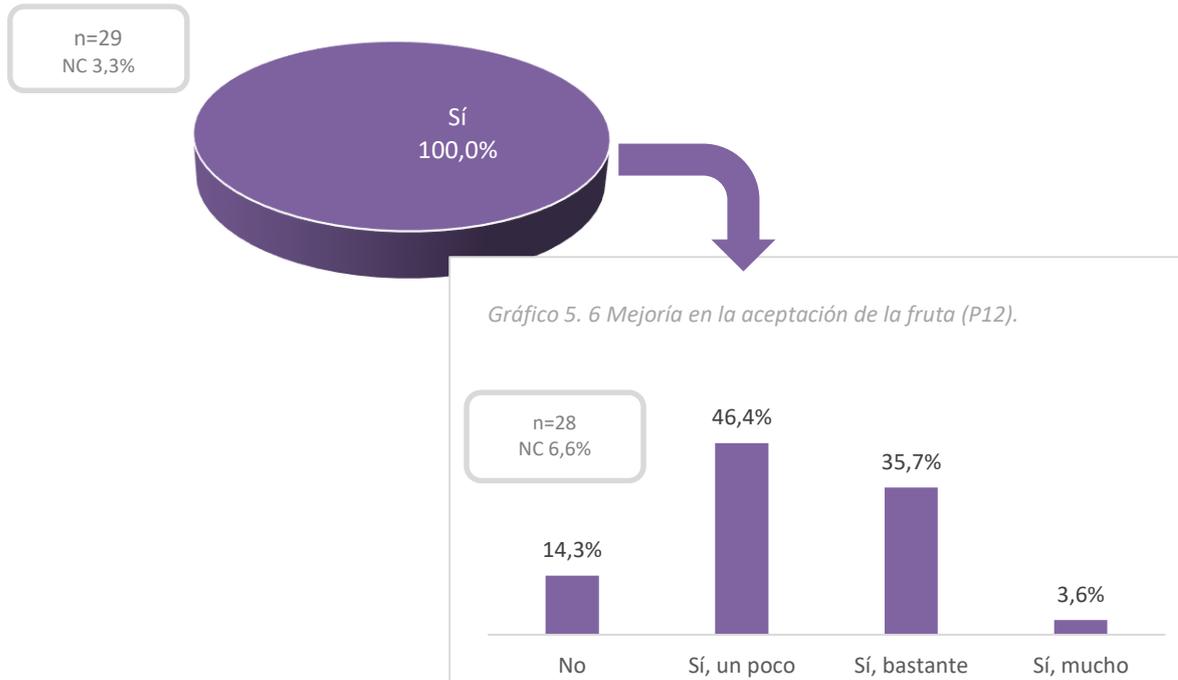
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.11. El centro ha participado en el Programa en años anteriores:

El 100% del profesorado indica que el centro ha participado en el Programa en años anteriores. El número medio de años que llevan los centros participando en el Programa es de 5,1 ($\pm 2,6$ años).

De los profesores/as que indican que el Centro ha participado en el Programa, más del 80% considera que mejora la aceptación de la fruta, en mayor o menor medida, por parte de los alumnos/as. Casi el 40% manifiesta que la aceptación ha mejorado bastante o mucho.

Gráfico 5. 5 Distribución porcentual de la participación del centro en el Programa en años anteriores (P11).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.13. La aceptación del Programa ha sido:

Más del 90% de familias y profesorado tienen una aceptación del Programa positiva o muy positiva. En el caso de los alumnos el 82,1% lo acepta positiva o muy positivamente. Nadie lo considera negativamente.

Tabla 5. 4 Aceptación del Programa (P13).

	Negativa	Indiferente	Positiva	Muy positiva	n
Alumnado	0,0%	17,9%	42,9%	39,3%	28
Madres y padres	0,0%	7,4%	48,1%	44,4%	27
Personal del centro	0,0%	6,9%	31,0%	62,1%	29

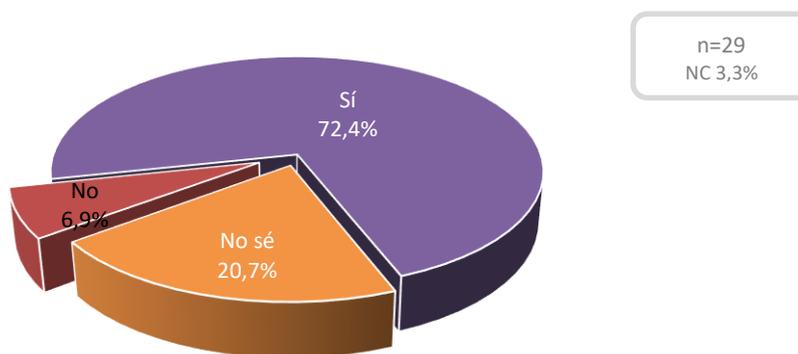
■ Opciones más frecuentes.

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.14. ¿Crees que este Programa contribuye al consumo de frutas y hortalizas en el alumnado y sus familias, y que fomenta en general hábitos de salud?

El 72,4% del profesorado considera que este Programa contribuye al consumo de frutas y hortalizas en el alumnado y sus familias, y que fomenta en general hábitos de salud.

Gráfico 5. 7 Distribución porcentual de la creencia que este Programa contribuye al consumo de frutas y hortalizas en el alumnado y sus familias, y que fomenta en general hábitos de salud (P14).

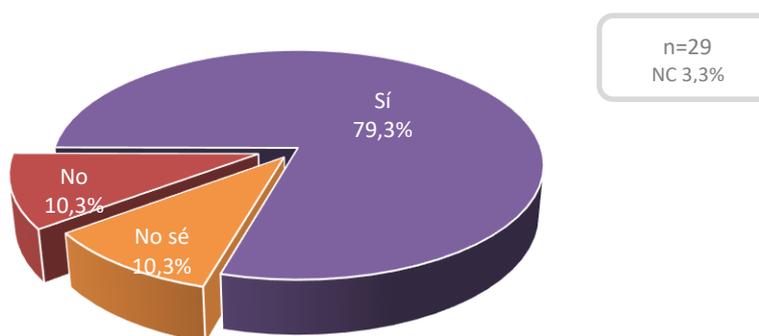


Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.15. ¿Crees que el Programa fomenta el consumo de frutas y hortalizas en tu hogar?

El 79,3% del profesorado considera que el Programa fomenta el consumo de frutas y hortalizas en el hogar.

Gráfico 5. 8 Distribución porcentual de la creencia que el Programa fomenta el consumo de frutas y hortalizas en el hogar (P15).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

El 87% indica que este Programa contribuye tanto al consumo de frutas y hortalizas en el alumnado y sus familias, fomentando los hábitos de salud, como al consumo de frutas y hortalizas en el hogar.

Tabla 5. 5 Fomento del Programa de consumo de frutas y hortalizas en el hogar vs. Contribución del mismo en el consumo de frutas y hortalizas en el alumnado y sus familias y en general en los hábitos de salud (cruce P14 y P15).

		¿Crees que el Programa fomenta el consumo de frutas y hortalizas en tu hogar?		
		No	Sí	No sé
¿Crees que este Programa contribuye al consumo de frutas y hortalizas en el alumnado y sus familias, y que fomenta en general hábitos de salud?	No	33,3%	33,3%	33,3%
	Sí	0,0%	87,0%	13,0%
	No sé	33,3%	0,0%	66,7%

Nota: Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 15).

Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

P.16. ¿Se realizan otros programas de educación para la salud sobre la alimentación?

El 62,1% del profesorado indica que además de este Programa, se realizan otros programas de educación para la salud sobre la alimentación en el Centro.

Gráfico 5. 9 Distribución porcentual de la realización otros programas de educación para la salud sobre la alimentación (P16).



Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

6.- Preguntas abiertas

ALUMNADO:

¿Qué actividades te gustaría realizar en este Programa en los siguientes cursos?

Del total del alumnado que compuso la muestra, 746, 430 contestaron a la encuesta (57,6%) y de estos, 307 respondieron a esta pregunta.

- Las respuestas más frecuentes fueron aquellas relacionadas con realizar **actividades deportivas (79)**.
- Respondieron “No sé”, o “algo”, **27** alumnos.
- Otras opciones de nuevas actividades que se propusieron a menudo fueron:
 - **Realizar excursiones donde se recolecten frutas y verduras (24)**.
 - **Talleres de cocina (16)**.
 - **Jugar (13)**: juegos con frutas, juego de sabores, juegos de agua y de correr, coger manzanas con la boca, adivinar frutas...
 - **Huertos (7)**.
- Respuestas para mejorar las actividades del Programa:
 - **Más frutas y más variedad**: darnos frutas todas las semanas, más variedad de frutas como melocotón, plátanos, melón, cerezas, fresas... y no solo peras y manzanas.
 - Poner más zumos.
- Propuesta de nuevas actividades:
 - **Excursiones donde se recolecten frutas y verduras** (propuesta repetida a menudo).
 - **Talleres de cocina**, preparar recetas con frutas y verduras, hacer zumos y batidos, hacer un zumo natural con frutas elegidas por nosotros.
 - **Huertos**, que nos enseñen a plantar frutas y verduras y a recogerlas.
 - Actividades deportivas con merienda de fruta.
 - Juegos relacionados con las frutas y hortalizas, como coger manzanas de un cuenco de agua.
 - Ir a visitar las naranjas de Valencia.
- Actividades relacionadas con **concursos**:
 - Concurso de comer más frutas.
 - Concurso donde el premio sean frutas y hortalizas.
 - Carrera solidaria de la fruta.
- Actividades que responden a necesidades planteadas por el alumnado:
 - Enseñar a pelar y cortar fruta, enseñar cómo comer la fruta.
 - Aprender cosas que se pueden hacer con frutas.
 - Meriendas saludables en el colegio, con zumo recién exprimido.
 - Comidas saludables.

- Destacan por su originalidad, las siguientes propuestas:
 - Un concurso en el que cada vez que comas fruta se apunta en un papel y el colegio que más fruta consuma gana un curso para ir a visitar algo de la provincia. Hacer una ruta corriendo y al final que te dieran fruta.
 - Una excursión de una semana a una granja de frutas y que nos den charlas cada miércoles.
 - Recoger frutas de los árboles.
 - Excursiones a invernaderos, huertas del pueblo, seguir cultivando nuestro huerto más años, charlas de algún agricultor o huertero, que traigan fruta más variada al cole...

FAMILIAS:

Observaciones y sugerencias para mejorar el Programa.

De los 369 cuestionarios enviados a familias, contestaron 185 y de estos hubo 32 familias respondieron a esta pregunta.

- Las sugerencias más frecuentes han sido las de incluir una mayor variedad de frutas (10/32).
- Algunas observaciones incluían comentarios positivos hacia el Programa (7/32).
- Otras sugerencias:
 - Llevar a los niños a lugares donde puedan recoger ellos mismos las frutas para así luego comerlas.
 - Llevarles al mercado y con su propio dinero compren frutas y verduras.
 - Que se nos diera a los padres ideas de recetas en las que incluir fruta y verdura.
 - Cuando se ofrece fruta, evitar las fresas, se estropean y no son apetecibles. Considerar como alternativa los tomates y las zanahorias.
 - Tener información sobre el Programa a mayores de lo que nos cuentan los niños.

¿Te gustaría implicarte de alguna forma en el Programa? ¿De qué tipo?

Han respondido 25 familias a esta pregunta.

- Las sugerencias más frecuentes han sido las realizar talleres de cocina, recetas (9/25).
- Algunas respuestas proponen actividades lúdicas, sin especificar.
- Otras sugerencias:
 - Llevar a los niños al campo, y visitar huertas.

PROFESORADO:

¿Se realizan programas de educación para la salud sobre alimentación? ¿Cuáles?

- Actividad de Telepizza y Pyfano. Dieta saludable. Actividades de tutoría.
- Alimentación saludable en el recreo.
- Bocadillo saludable.
- Control de los almuerzos.
- Desayuno cardiosaludable. Desarrollo deporte.
- DESDE LA MAÑANA, VIDA SANA. Que además de fomentar la vida saludable sobre el ejercicio físico, incide sobre la alimentación saludable y el aumento de consumo de fruta.
- Hábitos de comida saludable.
- Huerta escolar.
- Lácteos, legumbres, ...
- Programa JCYL, Dieta mediterránea.
- Otras respuestas de programas, que no se relacionan con alimentación:
 - Prevención de drogas, de accidentes. Salud bucodental.
 - Primeros auxilios.
 - Salud bucodental.

Indica otras actividades complementarias realizadas

Del total de 31 cuestionarios enviados, 30 realizaron la encuesta de evaluación, y de estos, 5 contestaron a esta pregunta, destacando:

- Mejorar el conocimiento de la fruta, con charlas, inclusión en el área de Ciencias naturales.
- Visitar la quesería el Pastor.
- Recetas.

Indica aspectos positivos de la organización y difusión del Programa

Hubo 15 respuestas, del total de 30 profesores que cumplimentaron el cuestionario.

- Los comentarios más frecuentes se refirieron a:
 - Calidad de la fruta y puntualidad en la entrega.
 - La mejor aceptación de la fruta cada año.
 - Las visitas y las actividades realizadas con los alumnos hacen que sientan curiosidad y coman la fruta con gusto.
 - Se contagia entre ellos el hábito de tener una dieta sana.

Indica aspectos a mejorar de la organización y difusión del Programa

Hubo 15 respuestas, del total de 30 profesores que cumplimentaron el cuestionario.

- Se centran principalmente entre una mayor variedad de frutas y que se realicen más entregas a lo largo del curso.

Indica aspectos positivos en las medidas de acompañamiento (visitas, talleres, jornada lúdica para las familias,...)

Hubo 10 respuestas, del total de 30 profesores que cumplimentaron el cuestionario.

Los comentarios más relevantes:

- Es positivo ver el procesado de los productos in situ así como la realización de la actividad de una manera lúdica Talleres bien organizados y con personal preparado para enseñar a niños.
- Las visitas tienen un efecto muy motivador en los alumnos.
- Inciden en la importancia del consumo de frutas de una manera práctica y amena.

Indica aspectos a mejorar en las medidas de acompañamiento (visitas, talleres, jornada lúdica para las familias,...)

Hubo 8 respuestas, del total de 30 profesores que cumplimentaron el cuestionario.

El mayor número de propuestas tenían que ver con implicar más a las familias, realizando alguna actividad orientada específicamente a familias y algunos comentan la pena de no haber tenido actividades complementarias.

Observaciones y sugerencias para mejorar el Programa

Hubo 10 respuestas, del total de 30 profesores que cumplimentaron el cuestionario.

- 3 respuestas indican que están satisfechos con el programa sin añadir nada a mejorar.
- Otras son:
 - Cambiar el tipo de pera.
 - Más distribución y variedad de frutas.
 - Talleres de elaboración de platos.

7.- Anexo 1

PROGRAMA DE CONSUMO DE FRUTAS Y HORTALIZAS EN LAS ESCUELAS Cuestionario de evaluación alumnado de 5º de Primaria Curso 2018/19

*Tu opinión nos importa y nos ayuda a mejorar.
Por favor marca la casilla que corresponda*

1. ¿Eres niña o niño?

Niña



Niño



2. ¿Cuántos años tienes? _____

3. ¿Qué tomas más veces en el recreo? Puedes responder hasta 3 cosas:

 <input type="checkbox"/> Zumos de bote	 <input type="checkbox"/> Galletas	 <input type="checkbox"/> Frutas
 <input type="checkbox"/> Bollos	 <input type="checkbox"/> Yogures	 <input type="checkbox"/> Refrescos
 <input type="checkbox"/> Chuches	 <input type="checkbox"/> Frutos secos	 <input type="checkbox"/> Batidos
 <input type="checkbox"/> Chocolatinas, chocolate	 <input type="checkbox"/> Bocadillos	 <input type="checkbox"/> Patatas, gusanitos, etc.

4. ¿Qué comes de postre más veces? Puedes responder hasta 3 cosas:

 <input type="checkbox"/> Fruta	 <input type="checkbox"/> Fruta de lata	 <input type="checkbox"/> Zum de casa
 <input type="checkbox"/> Flan	 <input type="checkbox"/> Natillas	 <input type="checkbox"/> Bollo o galletas
 <input type="checkbox"/> Yogur	 <input type="checkbox"/> Arroz con leche	 <input type="checkbox"/> Pasteles o tarta
 <input type="checkbox"/> Leche	 <input type="checkbox"/> Zum de bote	 <input type="checkbox"/> Helado

5. ¿Cuánta fruta comes? (Pon sólo una "X")

- Nunca tomo fruta
 Tomo 1 fruta a la semana
 Tomo 2 o 3 frutas a la semana
 Tomo 1 fruta casi todos los días
 Tomo 2 frutas casi todos los días
 Tomo más de 2 frutas casi todos los días

6a. ¿Con qué frecuencia sueles beber zumo de fruta NATURAL exprimido?

- Menos de 1 vez al día 1 vez al día Más de 1 vez al día

6b. ¿Con qué frecuencia sueles beber zumo de fruta ENVASADO?

- Menos de 1 vez al día 1 vez al día Más de 1 vez al día

7. ¿Cuánto comes de ensalada, hortalizas o verduras? (Pon sólo una "X")

- Nunca las tomo
 Las tomo 1 vez a la semana
 Las tomo 2 o 3 veces a la semana
 Las tomo 1 vez al día casi siempre
 Las tomo 2 veces al día casi siempre
 Las tomo más de 2 veces al día casi siempre

8. ¿Crees que consumes suficientes frutas y/u hortalizas?

- No Si No sé

9. ¿Crees que comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien?

- No Si No sé

10. ¿Practicas alguna actividad física o algún deporte durante la semana fuera del horario escolar?

- No Si nº de horas a la semana _____

11. ¿Gracias a este Programa han mejorado tus conocimientos en torno a los beneficios de las frutas y hortalizas de tu entorno?

- No Si No sé

12. ¿Gracias a este Programa estás más motivado/a para comer más frutas y hortalizas?

- No Si No sé

13. ¿Has participado en alguna de las actividades en torno al consumo de frutas y hortalizas (visitas a explotaciones, talleres de degustación de frutas y hortalizas,...)?

- No Si

14. ¿Qué actividades te gustaría realizar en este Programa en los siguientes cursos?

¡Muchas gracias por tus respuestas!

PROGRAMA DE CONSUMO DE FRUTAS Y HORTALIZAS EN LAS ESCUELAS
Cuestionario de evaluación familias de alumnos de 5º de primaria
Curso 2018/19

*Tu opinión nos importa y nos ayuda a mejorar.
Por favor rellena los datos o marca la casilla que corresponda*

1. Indica tu relación con tu hijo/a

Madre Padre Tutor/Tutora

2. Género de tu hijo/a

Femenino Masculino

3. Edad de tu hijo/a _____

4. ¿Con qué frecuencia come tu hijo/a fruta? (Pon sólo una "X")

Nunca toma fruta Toma 1 fruta todos los días
 Toma 1 fruta a la semana Toma 2 frutas todos los días
 Toma 2 o 3 frutas a la semana Toma más de 2 frutas todos los días

5a. ¿Con qué frecuencia suele tu hijo/a beber zumo de fruta NATURAL exprimido?

Menos de 1 vez al día 1 vez al día más de 1 vez al día

5b. ¿Con qué frecuencia suele tu hijo/a beber zumo de fruta ENVASADO?

Menos de 1 vez al día 1 vez al día más de 1 vez al día

6. ¿Qué le ofreces más veces a tu hijo/a de almuerzo? Puedes responder hasta 3 cosas:

bocadillo zumos fruta bollo, donuts, bollycao,
otros
 lácteo chuches refrescos patatas, gusanitos, etc
 frutos secos chocolatinas, chocolate galletas y cereales

7. ¿Con qué frecuencia lleva tu hijo/a fruta al colegio?

Menos de 1 vez a la semana 3-4 días a la semana
 1 vez a la semana 5 días a la semana
 2 días a la semana

8. Cuando tu hijo/a no quiere comer la fruta que le ofreces, ¿cómo actúas?

- Le ofrezco otro tipo de fruta
 Le ofrezco otro postre
 No le ofrezco nada
 Insisto en que se coma esa fruta

**9. ¿Con qué frecuencia suele tu hijo/a comer ensalada, hortalizas o verduras?
(Pon sólo una "X")**

- Nunca las toma
 Las toma 1 vez a la semana
 Las toma 2 o 3 veces a la semana
al día
- Las toma 1 vez al día
 Las toma 2 veces al día
 Las toma más de 2 veces

**10. Cuando tu hijo/a no quiere comer algún tipo de verdura u hortaliza que le
das, ¿cómo actúas?:**

- Le ofrezco otro tipo de verdura u hortaliza
 Le ofrezco otro plato distinto a la verdura u hortaliza
 No le ofrezco nada
 Insisto en que se coma esa verdura u hortaliza

11. ¿Con qué frecuencia sueles comer fruta?

- Nunca las tomo
 Las tomo 1 vez a la semana
 Las tomo 2 o 3 veces a la semana
al día
- Las tomo 1 vez al día
 Las tomo 2 veces al día
 Las tomo más de 2 veces

12. ¿Con qué frecuencia sueles comer ensalada, hortalizas o verduras?

- Nunca las tomo
 Las tomo 1 vez a la semana
 Las tomo 2 o 3 veces a la semana
al día
- Las tomo 1 vez al día
 Las tomo 2 veces al día
 Las tomo más de 2 veces

13. ¿Crees que tu hijo/a consume suficientes frutas y hortalizas?

- No Si No sé

14. ¿Crees que comes suficientes frutas y hortalizas?

- No Si No sé

15. ¿Crees que comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien?

- No Si No sé

**16. ¿Practica tu hijo/a actividad física durante la semana fuera del horario
escolar?**

- No Si n^o de horas a la semana _____

17. ¿Conoces el Programa de consumo de frutas y hortalizas en las escuelas que ha realizado el centro educativo al que asiste tu hijo/a?

- No Si

18. ¿Ha participado tu hijo/a en años anteriores en el Programa de consumo de frutas y hortalizas en las escuelas?

- No Si

19. Responde sólo en el caso de que hayas respondido “Sí” en la pregunta anterior: ¿Cómo crees que influyó el Programa en el consumo de fruta y/u hortalizas? Marca una única respuesta:

- Mi hijo/a consume más fruta y/u hortalizas desde entonces.
 El año en que participó consumía más fruta y/u hortalizas, luego se cansó.
 Aumentó su consumo; luego, lo dejó, pero ahora que participa otra vez se ha vuelto a animar.
 El Programa nos animó a todos en casa y desde entonces seguimos tomando más fruta.
 No se han modificado los hábitos en el consumo de frutas y/u hortalizas.
 Consume menos frutas y/u hortalizas desde que participó en el Programa.

20. ¿Cómo valoras la realización de este Programa para aumentar el consumo de frutas y hortalizas por parte de los y las escolares? (Pon sólo una “X”)

- Muy positivamente
 Positivamente
 Indiferente
 Negativamente
 Muy negativamente

21. ¿Te gustaría implicarte de alguna forma en el desarrollo del Programa? (Pon sólo una “X”)

- No, las actividades del colegio, son para el colegio.
 Indiferente.
 Sí, quisiera participar activamente y continuar con él en casa.
 Sí, quisiera participar en alguna actividad. **Escribe de qué tipo**

22. Observaciones y sugerencias para mejorar el Programa. Puedes proponer ideas de participación: (Puedes usar también el espacio de detrás de esta hoja).

¡Muchas gracias por tu tiempo y colaboración!

PROGRAMA DE CONSUMO DE FRUTAS Y HORTALIZAS EN LAS ESCUELAS
Cuestionario de evaluación profesorado de 5º de Primaria
Curso 2018/19

*Tu opinión nos importa y nos ayuda a mejorar.
Por favor rellena los datos o marca la casilla que corresponda*

Centro educativo: _____

1. ¿Qué porcentaje del alumnado ha consumido las frutas que se han distribuido en el Programa?

- Menos del 10%
- Entre el 10-25%
- Entre el 25-50%
- Entre el 50-75%
- Más del 75%

2. La aceptación del alumnado según el tipo de fruta suministrada ha sido:

	Muy mala	Mala	Indiferente	Buena	Muy
buena					
Manzanas	<input type="checkbox"/>				
Peras	<input type="checkbox"/>				
Fresas	<input type="checkbox"/>				
Zumo de frutas natural	<input type="checkbox"/>				

3. Si la fruta ha sido mal aceptada, ¿por qué crees que ha sido?

- No les gusta
- Era difícil de tomar
- No están habituados a tomarla
- No estaba en su punto óptimo

4. La calidad gustativa de la fruta entregada la consideras:

- Deficiente
- Regular
- Buena
- Muy buena

5. La presentación de la fruta con respecto a limpieza y embalaje la consideras:

- Deficiente
- Regular
- Buena
- Muy buena

6. El servicio de distribución de la fruta con respecto a atención y puntualidad, lo consideras:

- Deficiente
- Regular
- Bueno
- Muy bueno

7. Señala las actividades complementarias realizadas en el momento de la distribución de la fruta:

- Visitas a centrales hortofrutícolas
- Talleres de degustación de frutas y hortalizas
- Ninguna específica
- Otras: _____

8. Tu valoración personal del Programa recientemente finalizado:

- El fomento del consumo de fruta no corresponde al ámbito escolar sino al familiar.
- Negativa, interrumpe el curso escolar y aporta muy poco.
- Indiferente, no se ha conseguido ningún objetivo.
- Positiva, ha aumentado los conocimientos del alumnado.
- Muy positiva, ha influido sobre los hábitos alimenticios del alumnado.
- Otros: _____

9. Incidencia negativa del Programa en el desarrollo del curso:

- Excesiva, interrumpe el desarrollo del curso, ensucia el centro y alborota al alumnado.
- Elevada, la preparación de la actividad y su ejecución requiere mucho esfuerzo.
- Media, se ha organizado la actividad de modo que no altere el funcionamiento del centro.
- Baja, la distribución de fruta apenas afecta a la actividad docente o la limpieza del centro.
- Nula, se ha organizado la actividad de modo que no afecte negativamente al centro.
- Otros: _____

10. Sobre la estructura del Programa para el próximo curso:

- No creo en la utilidad de continuar con el Programa.
- Concentraría el Programa en un mes para intensificarlo y finalizar antes.
- Establecería dos periodos de distribución (otoño – primavera).

- Aumentaría el número de entregas (varias entregas entre octubre-marzo).
 Otros: _____

11. El centro ha participado en el Programa en años anteriores:

- No Sí ¿Cuántos años previos? _____

12. En el caso de haber contestado “Sí” a la pregunta previa: ¿Has observado una mejoría en la aceptación de la fruta por parte del alumnado a lo largo del tiempo?:

- No
 Sí, un poco
 Sí, bastante
 Sí, mucho

13. La aceptación del Programa ha sido:

	Negativa	Indiferente	Positiva	Muy positiva
Alumnado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Familias	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Personal del centro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

14. ¿Crees que este Programa contribuye al consumo de frutas y hortalizas en el alumnado y sus familias, y que fomenta en general hábitos de salud?

- No Si No sé

15. ¿Crees que el Programa fomenta el consumo de frutas y hortalizas en tu hogar?

- No Si No sé

16. ¿Se realizan otros programas de educación para la salud en tu Centro Escolar sobre la alimentación?

- No Sí ¿Cuáles? _____

17. Valora la organización y difusión del Programa

- Aspectos positivos

- Aspectos a mejorar

18. Valora las medidas de acompañamiento (Visitas, talleres, jornada lúdica para las familias...)

- Aspectos positivos

- Aspectos a mejorar

19. Observaciones y sugerencias para mejorar el Programa (Puedes usar el espacio que necesites)

¡Muchas gracias por tu tiempo y colaboración!

8.- Anexo 2

8.1. ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. 1 Tamaño de muestra y error estimado por provincia.	3
Tabla 1. 2 Participación en la encuesta.	3

Alumnos:

Tabla 2. 1 Edad media de los alumnos/as según sexo (P2).	4
Tabla 2. 2 Alimentos que toman en el recreo los alumnos/as más veces, por sexo (P3).	5
Tabla 2. 3. Alimentos que toman de postre los alumnos/as más veces, por sexo (P4).	6
Tabla 2. 4 Distribución porcentual del consumo de frutas, por sexo (P5).	6
Tabla 2. 5 Distribución porcentual del consumo de zumo de fruta, por sexo (P6).	7
Tabla 2. 6 Distribución porcentual del consumo de zumo de fruta, por sexo (P6).	8
Tabla 2. 7 Distribución porcentual del consumo de ensaladas, hortalizas o verduras, por sexo (P7).	9
Tabla 2. 8 Consumo de frutas vs. Consumo de ensalada, hortalizas o verduras por parte del alumnado (cruce P5 y P7 recodificadas).	10
Tabla 2. 9 Porcentaje del alumnado que cree que consume suficientes frutas y/u hortalizas, por sexo (P8).	11
Tabla 2. 10 Distribución porcentual del alumnado que tiene una ingesta recomendada de frutas y hortalizas, por sexo (P5 y P7).	12
Tabla 2. 11 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas vs. Creencia que el consumo de frutas y hortalizas es suficiente, por parte del alumnado (cruce Ingesta recomendada y P8).	12
Tabla 2. 12 Porcentaje del alumnado que cree que comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien, por sexo (P9).	12
Tabla 2. 13 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas vs. Importancia del consumo de frutas y hortalizas para sentirse bien (cruce Ingesta recomendada y P9).	13
Tabla 2. 14 Porcentaje del alumnado que practica alguna actividad física o algún deporte durante la semana fuera del horario escolar, por sexo (P10).	13
Tabla 2. 15 Horas a la semana que dedica el alumnado que practica alguna actividad física o algún deporte durante la semana fuera del horario escolar, por sexo (P10).	14
Tabla 2. 16 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas vs. Práctica de alguna actividad física durante la semana, fuera del horario escolar (cruce Ingesta recomendada y P10).	14
Tabla 2. 17 Porcentaje del alumnado que gracias a este Programa ha mejorado sus conocimientos en torno a los beneficios de las frutas y hortalizas de su entorno, por sexo (P11).	15
Tabla 2. 18. Porcentaje del alumnado según su motivación para comer más frutas y hortalizas, por sexo (P12).	16
Tabla 2. 19 El alumno/a cree que consume suficientes frutas y/u hortalizas vs. Motivación para comer más alimentos de este tipo, gracias a este Programa (cruce P8 y P12).	16
Tabla 2. 20 Porcentaje del alumnado que ha participado en alguna de las actividades en torno al consumo de frutas y hortalizas, por sexo (P13).	17
Tabla 2. 21 Participación en alguna de las actividades promovidas vs. Mejoría en los conocimientos del alumnado en torno a los beneficios de las frutas y hortalizas (cruce P13 y P11).	17
Tabla 2. 22 Participación en alguna de las actividades promovidas vs. Motivación para comer frutas y hortalizas (cruce P13 y P12).	18

Familias:

Tabla 3. 1 Edad media de los/las hijos/as, por sexo (P3).	20
Tabla 3. 2 Distribución porcentual del consumo de frutas, por sexo (P4).	20
Tabla 3. 3 Distribución porcentual del consumo de zumo de fruta, por sexo (P5).	21
Tabla 3. 4 Alimentos que más veces le ofrecen al hijo/a sus padres como almuerzo, por sexo (P6).	23
Tabla 3. 5 Distribución porcentual del consumo de fruta en el almuerzo, por sexo (P7).	23
Tabla 3. 6 Distribución de la manera de actuar de los padres cuando su hijo/a no quiere comer la fruta que le ofrecen (P8).	24
Tabla 3. 7 Distribución porcentual del consumo de ensalada, hortalizas o verduras, por sexo (P9).	25
Tabla 3. 8 Consumo de frutas vs. Consumo de ensalada, hortalizas o verduras, por parte de los/as hijos/as (cruce P4 y P9 recodificadas).	26

Tabla 3. 9 Distribución de la manera de actuar de los padres cuando su hijo/a no quiere comer la verdura u hortaliza que le ofrecen (P10).	26
Tabla 3. 10 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas vs. Creencia del/la padre/madre que el consumo de frutas y hortalizas es suficiente para su hijo/a (cruce Ingesta recomendada y P13).	28
Tabla 3. 11 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas vs. Creencia del/la padre/madre sobre si consume suficiente cantidad de frutas y hortalizas (cruce Ingesta recomendada y P14).	29
Tabla 3. 12 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas por parte del/la hijo/a vs. Creencia del/la padre/madre sobre si comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien (cruce Ingesta recomendada y P15).	30
Tabla 3. 13 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas por parte del/la padre/madre vs. Creencia sobre si comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien (cruce Ingesta recomendada y P15).	30
Tabla 3. 14 Horas a la semana que los hijos/as practican actividad física fuera del horario escolar, por sexo (P16a).	31
Tabla 3. 15 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas por parte del/la hijo/a vs. Practica alguna actividad física durante la semana, fuera del horario escolar (cruce Ingesta recomendada y P16).	31
Tabla 3. 16 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas por parte del/la padre/madre vs. Practica alguna actividad física durante la semana el/la hijo/a, fuera del horario escolar (cruce Ingesta recomendada y P16).	32
Tabla 3. 17 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas por parte del/la hijo/a vs. Conocimiento, por parte de los padres, del Programa de consumo de frutas y hortalizas en las escuelas (cruce Ingesta recomendada y P17).	32
Tabla 3. 18 Ingesta recomendada de frutas y hortalizas vs. Participación del/la hijo/a en años anteriores en el Programa de consumo de frutas y hortalizas (cruce Ingesta recomendada y P18).	33

Profesorado:

Tabla 5. 1 Aceptación del alumnado según el tipo de fruta suministrada (P2).	41
Tabla 5. 2 Consideraciones sobre la fruta servida (P4 a P6).	42
Tabla 5. 3 Consideraciones sobre Programa llevado a cabo (P8 y P9).	44
Tabla 5. 4 Aceptación del Programa (P13).	45
Tabla 5. 5 Fomento del Programa de consumo de frutas y hortalizas en el hogar vs. Contribución del mismo en el consumo de frutas y hortalizas en el alumnado y sus familias y en general en los hábitos de salud (cruce P14 y P15).	47

8.2. ÍNDICE DE GRÁFICOS

Alumnos:

Gráfico 2. 1 Distribución porcentual de los cuestionarios según el sexo (P1).	4
Gráfico 2. 2 Distribución porcentual del consumo de frutas, por sexo (P5).	7
Gráfico 2. 3 Distribución porcentual del consumo de zumo de frutas natural, por sexo (P6).	8
Gráfico 2. 4 Distribución porcentual del consumo de zumo de frutas envasado, por sexo (P6).	8
Gráfico 2. 5 Distribución porcentual del consumo de ensaladas, hortalizas o verduras, por sexo (P7).	9
Gráfico 2. 6 Distribución porcentual del alumnado según crea que consume suficientes frutas y/u hortalizas (P8).	11
Gráfico 2. 7 Distribución porcentual del alumnado que tiene una ingesta recomendada de frutas y hortalizas (P5 y P7). ..	11
Gráfico 2. 8 Distribución porcentual del alumnado que practica alguna actividad física o algún deporte durante la semana fuera del horario escolar (P10).	13
Gráfico 2. 9 Distribución porcentual del alumnado que gracias a este Programa ha mejorado sus conocimientos en torno a los beneficios de las frutas y hortalizas (P11).	15
Gráfico 2. 10 Distribución porcentual del alumnado según su motivación para comer más frutas y hortalizas (P12).	16
Gráfico 2. 11 Distribución porcentual del alumnado que ha participado en alguna de las actividades en torno al consumo de frutas y hortalizas (P13).	17

Familias:

Gráfico 3. 1 Distribución porcentual de la relación con el hijo/a (P1).	19
Gráfico 3. 2 Distribución porcentual de los cuestionarios según el sexo del hijo/a (P2).	19
Gráfico 3. 3 Distribución porcentual del consumo de frutas, por sexo (P4).	21
Gráfico 3. 4 Distribución porcentual del consumo de zumo de fruta natural, por sexo (P5).	22
Gráfico 3. 5 Distribución porcentual del consumo de zumo de fruta envasado, por sexo (P5).	22
Gráfico 3. 6 Distribución porcentual del consumo de fruta en el almuerzo, por sexo (P7).	24
Gráfico 3. 7 Distribución porcentual del consumo de ensalada, hortalizas o verduras, por sexo (P9).	25

Gráfico 3. 8 Distribución porcentual del consumo de frutas, por parte de los padres (P11).	27
Gráfico 3. 9 Distribución porcentual del consumo de ensalada, hortalizas o verduras, por parte de los padres (P12).	27
Gráfico 3. 10 Distribución porcentual de los padres que creen que sus hijos consumen suficientes frutas y hortalizas (P13).	28
Gráfico 3. 11 Distribución porcentual de los padres que creen que consumen suficientes frutas y hortalizas (P14).	29
Gráfico 3. 12 Distribución porcentual de los padres que creen que comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien (P15).	30
Gráfico 3. 13. Distribución porcentual de los/as hijos/as que practican alguna actividad física durante la semana, fuera del horario escolar (P16).	31
Gráfico 3. 14 Distribución porcentual de los padres que conocen el Programa de consumo de frutas y hortalizas en las escuelas, que ha realizado su centro educativo (P17).	32
Gráfico 3. 15 Distribución porcentual de los/as hijos/as que han participado en años anteriores en el Programa de consumo de frutas y hortalizas en las escuelas (P18).	33
Gráfico 3. 16 ¿Cómo crees que influyó el Programa en el consumo de fruta y/u hortalizas? (P19).	34
Gráfico 3. 17 Distribución de la valoración del Programa, para aumentar el consumo de frutas y hortalizas por parte de los y las escolares (P20).	34
Gráfico 3. 18 Distribución de si a los padres les gustaría implicarse en el desarrollo del Programa (P21).	35

Comparación Alumnos vs. Familias:

Gráfico 4. 1 Alimentos que más veces se toman en el recreo, según persona informante (P5 Alumnado y P4 Familias)	36
Gráfico 4. 2 Frecuencia del consumo de frutas por parte del alumnado, según persona informante (P5 Alumnado y P4 Familias)	37
Gráfico 4. 3 Frecuencia del consumo de zumo de fruta por parte del alumnado, según persona informante (P6a Alumnado y P5a Familias)	38
Gráfico 4. 4 Frecuencia del consumo de zumo de fruta por parte del alumnado, según persona informante (P6b Alumnado y P5b Familias).	38
Gráfico 4. 5 Frecuencia del consumo de ensalada, hortalizas o verduras por parte del alumnado, según persona informante (P7 Alumnado y P9 Familias).	39
Gráfico 4. 6 Consumo suficiente de frutas y hortalizas por parte del alumnado, según persona informante (P8 Alumnado y P13 Familias).	39
Gráfico 4. 7 Realización por parte del alumnado de alguna actividad física durante la semana, fuera del horario escolar, según persona informante (P10 de Alumnado y P16 Familias)	40

Profesorado:

Gráfico 5. 1 Distribución porcentual del alumnado que ha consumido las frutas que se han distribuido en el Programa (P1).	41
Gráfico 5. 2 Posibles causas de la mala aceptación de la fruta por parte del alumno/a (P3).	42
Gráfico 5. 3 Actividades complementarias realizadas en el momento de la distribución de la fruta (P7).	43
Gráfico 5. 4 Estructura del Programa para el próximo curso (P10).	44
Gráfico 5. 5 Distribución porcentual de la participación del centro en el Programa en años anteriores (P11).	45
Gráfico 5. 6 Mejoría en la aceptación de la fruta (P12).	45
Gráfico 5. 7 Distribución porcentual de la creencia que este Programa contribuye al consumo de frutas y hortalizas en el alumnado y sus familias, y que fomenta en general hábitos de salud (P14).	46
Gráfico 5. 8 Distribución porcentual de la creencia que el Programa fomenta el consumo de frutas y hortalizas en el hogar (P15).	46
Gráfico 5. 9 Distribución porcentual de la realización otros programas de educación para la salud sobre la alimentación (P16).	47