



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

Informe estadístico  
2018

*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.....	17
4.- Puntos de acuerdo y desacuerdo entre el alumnado y madres/padres .....	34
5.- Cuestionario de evaluación del profesorado .....	38
6.- Anexo 1 .....	45
7.- Anexo 2 .....	55
7.1. Índice de tablas .....	55
7.2. Índice de gráficos .....	57

## 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 2017-2018, se han realizado tres cuestionarios, cada uno dirigido a un colectivo diferente: **Alumnado**, **Familias** y **Profesorado**. En total se han recogido 577 cuestionarios en 5º de Primaria, de los que 290 corresponden al alumnado, 270 a las familias y 17 al profesorado.

El tamaño de muestra, calculado mediante muestreo aleatorio, fue de 570 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	% sobre el total	Muestra	Error
Ávila	889	7,8%	45	14,3%
Burgos	1.496	13,2%	75	11,0%
León	2.625	23,2%	132	8,3%
Palencia	679	6,0%	34	16,3%
Salamanca	1.514	13,4%	76	10,9%
Segovia	1.194	10,5%	60	12,3%
Soria	478	4,2%	24	19,5%
Valladolid	1.859	16,4%	94	9,9%
Zamora	592	5,2%	30	17,5%
<b>Total</b>	<b>11.326</b>	<b>100,0%</b>	<b>570</b>	<b>4,0%</b>

*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 24 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 junio de 2018.

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 50,9%, lo que incrementó el error en las estimaciones globales al  $\pm 5,7\%$ .

**Tabla 1.2.** Participación en la encuesta.

Encuesta	Muestra	Encuestas realizadas	% participación	Error estimado
Alumnos de 5º primaria	570	290	50,9%	5,7%

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

Para los profesores y las familias este año la encuesta se podía realizar online o en papel. Finalmente, se recogieron 270 cuestionarios de familias (256 en papel y 17 online) y 17 cuestionarios de profesores (15 en papel y 2 online).

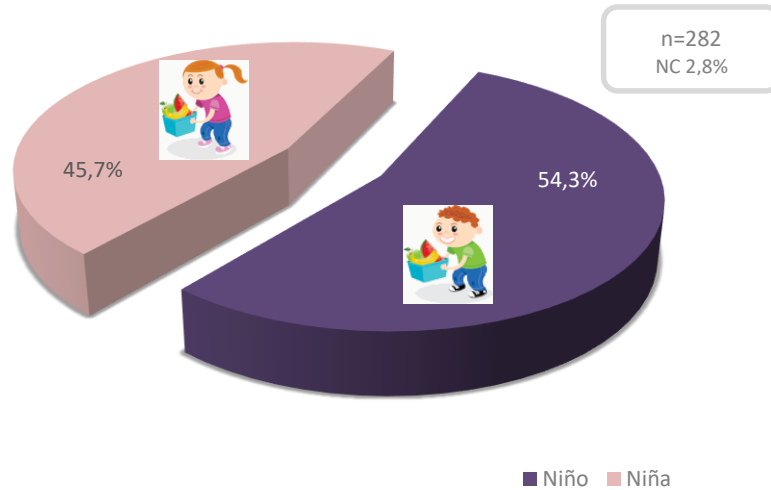
**NOTA:** No se pudo calcular el porcentaje de participación de **Familias** y **Profesorado**, ya que no se conoce a cuántos padres y profesores iba dirigida la encuesta. Comparando el número de cuestionarios recibidos con el año anterior observamos un descenso del 50% para las Familias y un 88,7% para el Profesorado, lo que nos lleva a tomar con cautela los resultados que obtengamos para ambos colectivos.

## 2.- Cuestionario de evaluación del alumnado

### P.1. ¿Eres niña o niño?

El 54,3% de los cuestionarios han sido contestados por niños, frente al 45,7% 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 11,0 años ( $\pm 1,0$  año), 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	11,1	1,1
Niña	10,9	1,0
Total	11,0	1,0

*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco o mal codificadas (n: 280 alumnos -152 niños y 128 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 68,1%), *frutas* (el 53,4%) y *zumos de bote* (el 40,1%).

**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	61	40,1%	51	40,2%	<b>112</b>	<b>40,1%</b>
Galletas	45	29,6%	49	38,6%	<b>94</b>	<b>33,7%</b>
Frutas	94	61,8%	55	43,3%	<b>149</b>	<b>53,4%</b>
Bollos	20	13,2%	18	14,2%	<b>38</b>	<b>13,6%</b>
Yogures	18	11,8%	14	11,0%	<b>32</b>	<b>11,5%</b>
Refrescos	3	2,0%	2	1,6%	<b>5</b>	<b>1,8%</b>
Chuches	1	0,7%	7	5,5%	<b>8</b>	<b>2,9%</b>
Frutos secos	10	6,6%	13	10,2%	<b>23</b>	<b>8,2%</b>
Batidos	30	19,7%	27	21,3%	<b>57</b>	<b>20,4%</b>
Chocolatinas, chocolate	7	4,6%	12	9,4%	<b>19</b>	<b>6,8%</b>
Bocadillos	99	65,1%	91	71,7%	<b>190</b>	<b>68,1%</b>
Patatas, gusanitos, etc.	4	2,6%	7	5,5%	<b>11</b>	<b>3,9%</b>

 Opciones más frecuentes.

*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 279 alumnos -152 niños y 127 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 74,4%), *yogur* (el 56,8%) y *helado* (el 21,6%).

**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	111	75,5%	92	73,0%	203	74,4%
Fruta de lata	10	6,8%	11	8,7%	21	7,7%
Zumo de casa	26	17,7%	23	18,3%	49	17,9%
Flan	14	9,5%	15	11,9%	29	10,6%
Natillas	22	15,0%	16	12,7%	38	13,9%
Bollo o galletas	7	4,8%	8	6,3%	15	5,5%
Yogur	81	55,1%	74	58,7%	155	56,8%
Arroz con leche	8	5,4%	12	9,5%	20	7,3%
Pasteles o tarta	6	4,1%	8	6,3%	14	5,1%
Leche	12	8,2%	8	6,3%	20	7,3%
Zumo de bote	8	5,4%	5	4,0%	13	4,8%
Helado	25	17,0%	34	27,0%	59	21,6%

Opciones más frecuentes.

*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 273 alumnos -147 niños y 126 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 2 o 3 frutas a la semana* (22,9%), *Toman 1 fruta casi todos los días* (24,4%), *Toman 2 frutas casi todos los días* (19,0%) y *Toman más de 2 frutas casi todos los días* (20,8%).

Considerando como *ingesta recomendada* tomar 2 o más frutas al día, lo estarían consumiendo el 39,8% de los alumnos/as de la muestra.

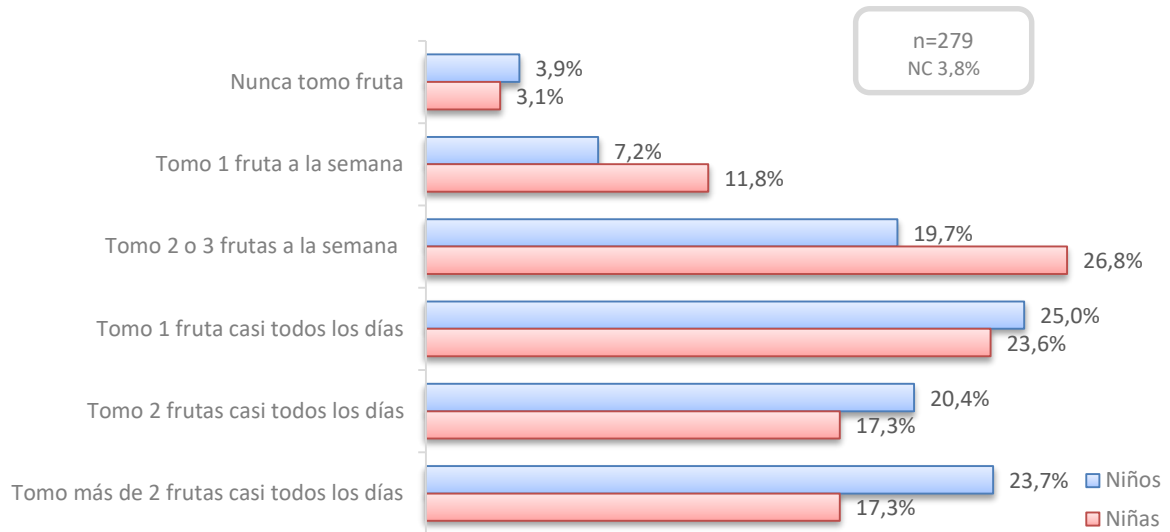
**Tabla 2.4.** Distribución porcentual del consumo de frutas, por sexo (P5).

Frecuencia	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Nunca tomo fruta	6	3,9%	4	3,1%	10	3,6%
Tomo 1 fruta a la semana	11	7,2%	15	11,8%	26	9,3%
Tomo 2 o 3 frutas a la semana	30	19,7%	34	26,8%	64	22,9%
Tomo 1 fruta casi todos los días	38	25,0%	30	23,6%	68	24,4%
Tomo 2 frutas casi todos los días	31	20,4%	22	17,3%	53	19,0%
Tomo más de 2 frutas casi todos los días	36	23,7%	22	17,3%	58	20,8%
<b>Total</b>	<b>152</b>	<b>100%</b>	<b>127</b>	<b>100%</b>	<b>279</b>	<b>100%</b>

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

Con respecto a la frecuencia del consumo de zumo de fruta, el 47,5% del alumnado ha respondido que una vez al día.

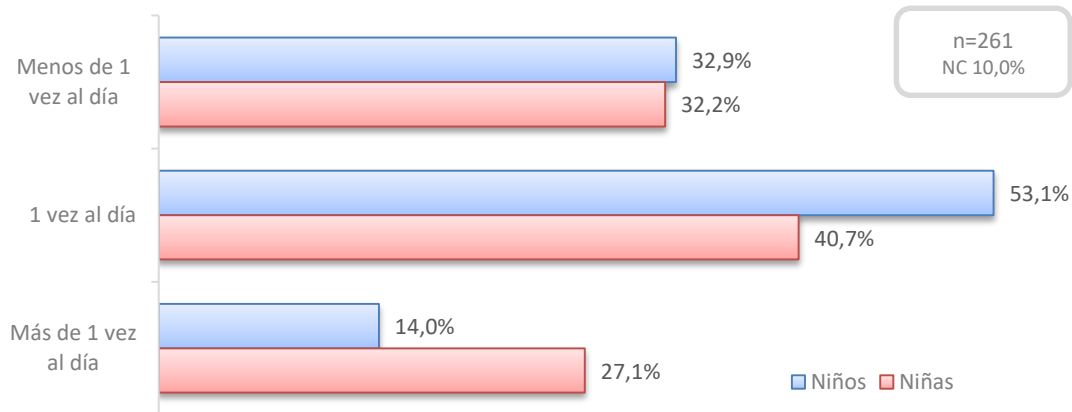
**Tabla 2.5.** Distribución porcentual del consumo de zumo de fruta, por sexo (P6).

Frecuencia	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Menos de 1 vez al día	47	32,9%	38	32,2%	85	32,6%
1 vez al día	76	53,1%	48	40,7%	124	47,5%
Más de 1 vez al día	20	14,0%	32	27,1%	52	19,9%
<b>Total</b>	<b>143</b>	<b>100%</b>	<b>118</b>	<b>100%</b>	<b>261</b>	<b>100%</b>

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, 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 34,6%) y de 1 vez a la semana (el 21,0%).

El porcentaje de los que dicen no tomarlas nunca es del 6,3%, y los que las consumen 2 o más veces al día casi siempre es del 20,6%.

**Tabla 2.6.** Distribución porcentual del consumo de ensaladas, hortalizas o verduras, por sexo (P7).

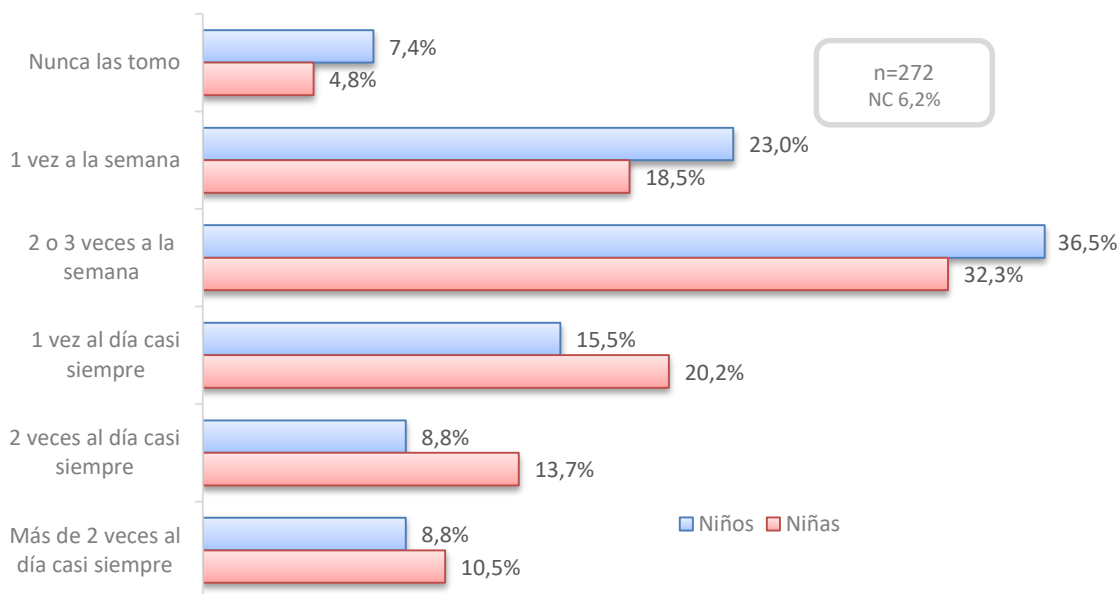
Frecuencia	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Nunca las tomo	11	7,4%	6	4,8%	17	6,3%
1 vez a la semana	34	23,0%	23	18,5%	57	21,0%
2 o 3 veces a la semana	54	36,5%	40	32,3%	94	34,6%
1 vez al día casi siempre	23	15,5%	25	20,2%	48	17,6%
2 veces al día casi siempre	13	8,8%	17	13,7%	30	11,0%
Más de 2 veces al día casi siempre	13	8,8%	13	10,5%	26	9,6%
<b>Total</b>	<b>148</b>	<b>100%</b>	<b>124</b>	<b>100%</b>	<b>272</b>	<b>100%</b>

■ Opciones más frecuentes.

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



**Gráfico 2.4.** 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 diaria<sup>1</sup> de fruta, el 76,0% 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 2.7.** 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	76,0%	18,8%	5,2%	100%
1-2 al día	61,0%	32,2%	6,8%	100%
Más de 2 al día	41,7%	36,7%	21,7%	100%
<b>Total</b>	<b>62,0%</b>	<b>28,5%</b>	<b>9,5%</b>	<b>100%</b>

*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 274).

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

<sup>1</sup> 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.

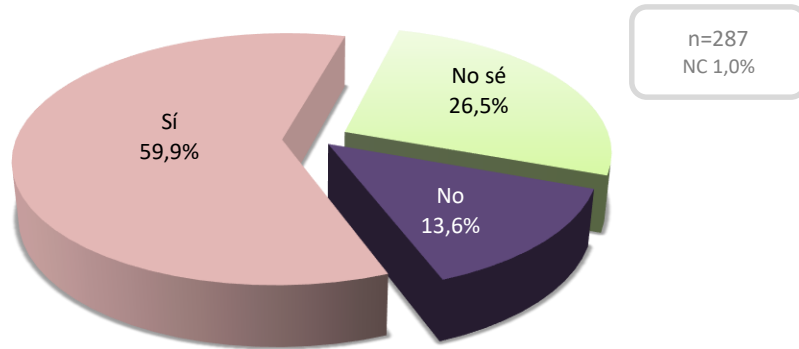
Se considera "1-2 al día" consumir 1 o 2 frutas casi todos los días o consumir 1 o 2 veces al día casi siempre ensaladas, hortalizas o verduras.

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 59,9% del alumnado cree que consume suficientes frutas y/u hortalizas, frente al 13,6% que cree que no. Existe un elevado porcentaje del alumnado que dice no saber si su consumo es suficiente (el 26,5%).

**Gráfico 2.5.** Distribución porcentual del alumnado según crea que consume suficientes frutas y/u hortalizas (P8).



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

**Tabla 2.8.** 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	17	11,2%	22	17,1%	39	13,6%
Sí	104	68,4%	62	48,1%	172	59,9%
No sé	31	20,4%	45	34,9%	76	26,5%
<b>Total</b>	<b>152</b>	<b>100%</b>	<b>129</b>	<b>100%</b>	<b>287</b>	<b>100%</b>

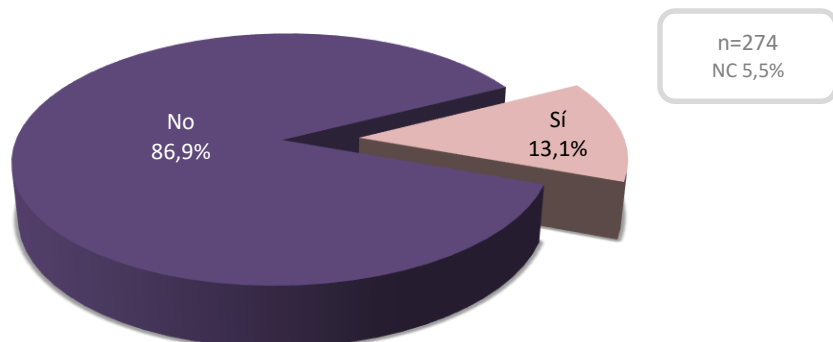
Opciones más frecuentes.

*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 13,1% del alumnado de la muestra tiene una ingesta recomendada<sup>2</sup> de frutas y hortalizas, sin embargo casi el 60% cree que su consumo es suficiente.

**Gráfico 2.6.** 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.

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

**Tabla 2.9.** 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	129	87,8%	105	86,1%	234	87,0%
Sí	18	12,2%	17	13,9%	35	13,0%
<b>Total</b>	<b>147</b>	<b>100%</b>	<b>122</b>	<b>100%</b>	<b>269</b>	<b>100%</b>

*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 recomendada<sup>3</sup> de frutas y hortalizas, cree que es un consumo suficiente el 80,6%, existiendo un 13,9% 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 57,0%, existiendo por otra parte un 27,8% de alumnos/as que manifiestan no saber si es suficiente.

**Tabla 2.10.** 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	15,2%	57,0%	27,8%	100%
Sí	5,6%	80,6%	13,9%	100%
<b>Total</b>	<b>13,9%</b>	<b>60,1%</b>	<b>26,0%</b>	<b>100%</b>

*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 273).

*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 89,9%).

**Tabla 2.11.** 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	3,9%	4	3,2%	10	3,6%
Sí	139	91,4%	111	88,1%	250	89,9%
No sé	7	4,6%	11	8,7%	18	6,5%
<b>Total</b>	<b>152</b>	<b>100%</b>	<b>126</b>	<b>100%</b>	<b>278</b>	<b>100%</b>

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

<sup>3</sup> 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 2.12.** 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	3,0%	91,0%	6,0%	100%
Sí	2,9%	97,1%	0,0%	100%
<b>Total</b>	<b>3,0%</b>	<b>91,8%</b>	<b>5,2%</b>	<b>100%</b>

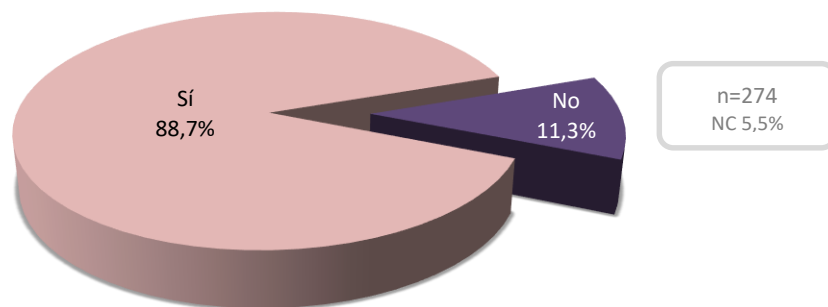
*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 269).

*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 88,7%.

**Gráfico 2.7.** 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 2.13.** 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	11	7,4%	20	16,5%	<b>31</b>	<b>11,3%</b>
Sí	137	92,6%	101	83,5%	<b>243</b>	<b>88,7%</b>
<b>Total</b>	<b>148</b>	<b>100%</b>	<b>121</b>	<b>100%</b>	<b>274</b>	<b>100%</b>

*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 2.14.** 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	134	4,0	4,0
Niñas	100	3,5	5,0
<b>Total</b>	<b>234</b>	<b>4,0</b>	<b>5,0</b>

*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= 234)

*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 2.15.** 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	¿Practicas alguna actividad física durante la semana, fuera del horario escolar?		Total
	No	Sí	
No	10,9%	89,1%	100%
Sí	12,1%	87,9%	100%
<b>Total</b>	<b>11,0%</b>	<b>89,0%</b>	<b>100%</b>

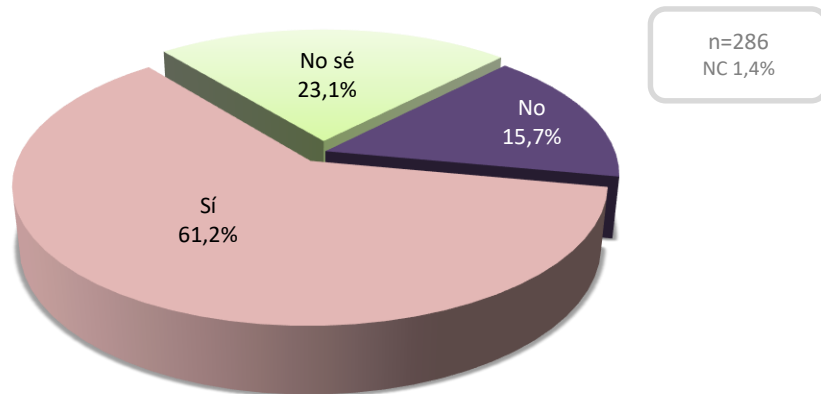
*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 263).

*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 2.8.** 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 2.16.** 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	24	15,8%	21	16,4%	<b>45</b>	<b>15,7%</b>
Sí	94	61,8%	76	59,4%	<b>175</b>	<b>61,2%</b>
No sé	34	22,4%	31	24,2%	<b>66</b>	<b>23,1%</b>
<b>Total</b>	<b>152</b>	<b>100%</b>	<b>128</b>	<b>100%</b>	<b>286</b>	<b>100%</b>

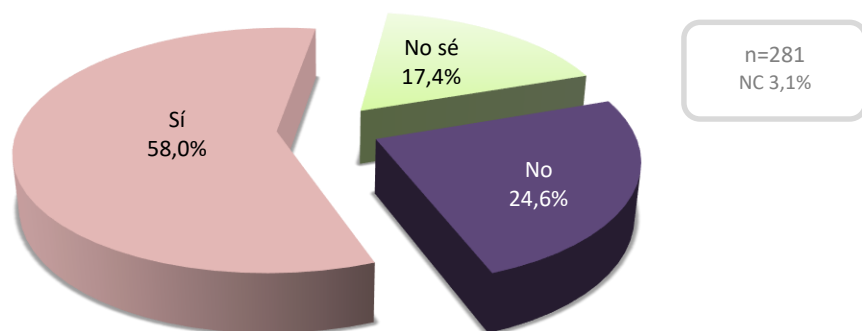
*Nota:* La suma por sexo puede no coincidir con el total por existir cuestionarios con el campo en blanco.

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 58,0% del alumnado manifiesta que gracias a este Programa está más motivado para comer más frutas y hortalizas.

**Gráfico 2.9.** 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 2.17.** 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	37	24,8%	31	24,8%	69	24,6%
Sí	89	59,7%	68	54,4%	163	58,0%
No sé	23	15,4%	26	20,8%	49	17,4%
<b>Total</b>	<b>149</b>	<b>100%</b>	<b>125</b>	<b>100%</b>	<b>281</b>	<b>100%</b>

*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 67,3%) que el que respondió que su consumo no era suficiente (el 50,0%).

**Tabla 2.18.** 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	36,1%	50,0%	13,9%	100%
Sí	17,9%	67,3%	14,9%	100%
No sé	34,7%	40,0%	25,3%	100%
<b>Total</b>	<b>24,7%</b>	<b>57,7%</b>	<b>17,6%</b>	<b>100%</b>

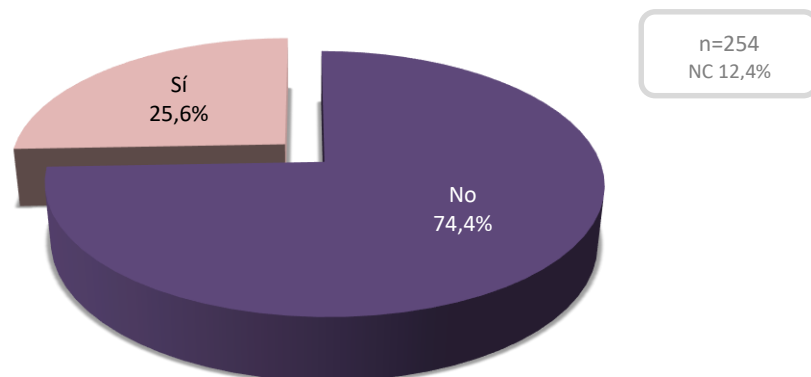
*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 279).

*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 SABOREando, FRUTOTECA, DISFRUTEANDO en familia)?**

Uno de cada 4 alumnos ha participado en alguna de las actividades en torno al consumo de frutas y hortalizas (el 25,6%).

**Gráfico 2.10.** 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 2.19.** 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	109	77,9%	76	70,4%	<b>185</b>	<b>74,6%</b>
Sí	31	22,1%	32	29,6%	<b>63</b>	<b>25,4%</b>
<b>Total</b>	<b>140</b>	<b>100%</b>	<b>108</b>	<b>100%</b>	<b>248</b>	<b>100%</b>

*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 248).

*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 70,8% de ellos, frente al 58,8% de los que dicen no haber participado.

**Tabla 2.20.** 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	16,6%	58,8%	24,6%	100%
Sí	13,8%	70,8%	15,4%	100%
<b>Total</b>	<b>15,9%</b>	<b>61,9%</b>	<b>22,2%</b>	<b>100%</b>

*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 252).

*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 2.21.** 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	25,5%	58,7%	15,8%	100%
Sí	18,8%	64,1%	17,2%	100%
<b>Total</b>	<b>23,8%</b>	<b>60,1%</b>	<b>16,1%</b>	<b>100%</b>

*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 248).

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

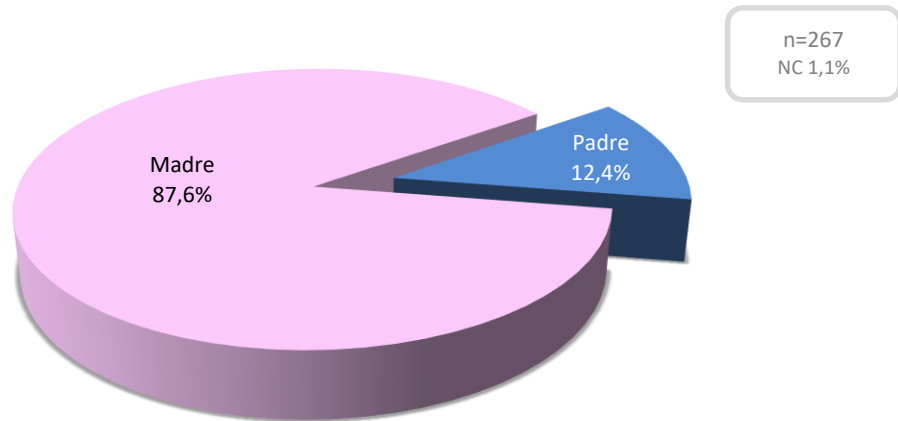


### 3.- Cuestionario de evaluación de las familias

#### 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 87,6%), frente al 12,4% de los padres.

**Gráfico 3.1.** Distribución porcentual de la relación con el hijo/a (P1).

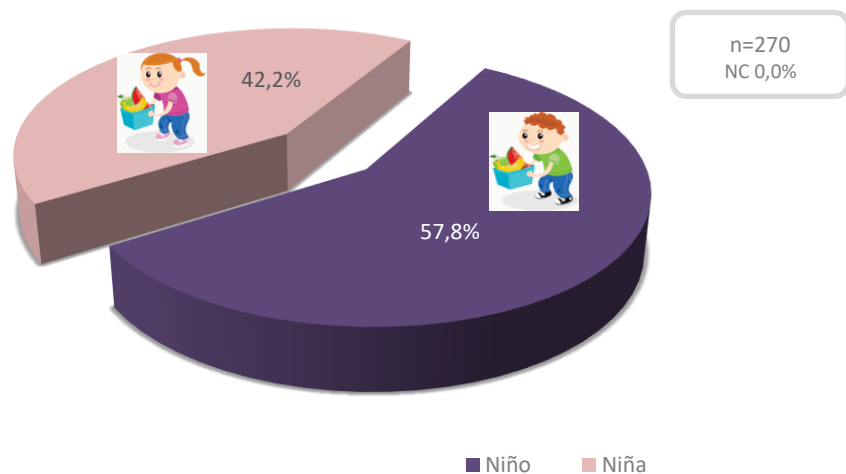


Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

#### P.2. Género de tu hijo/a

Con respecto al género del hijo, el porcentaje de niños es superior al de niñas (57,8% frente al 42,2% 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 ( $\pm 0,5$  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	152	10,6	0,5
Niña	113	10,5	0,6
<b>Total</b>	<b>265</b>	<b>10,6</b>	<b>0,5</b>

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 35,3%.

Con respecto a la ingesta recomendada de frutas, que es de 2 o más piezas al día, lo cumple el 24,9% de los hijos/as.

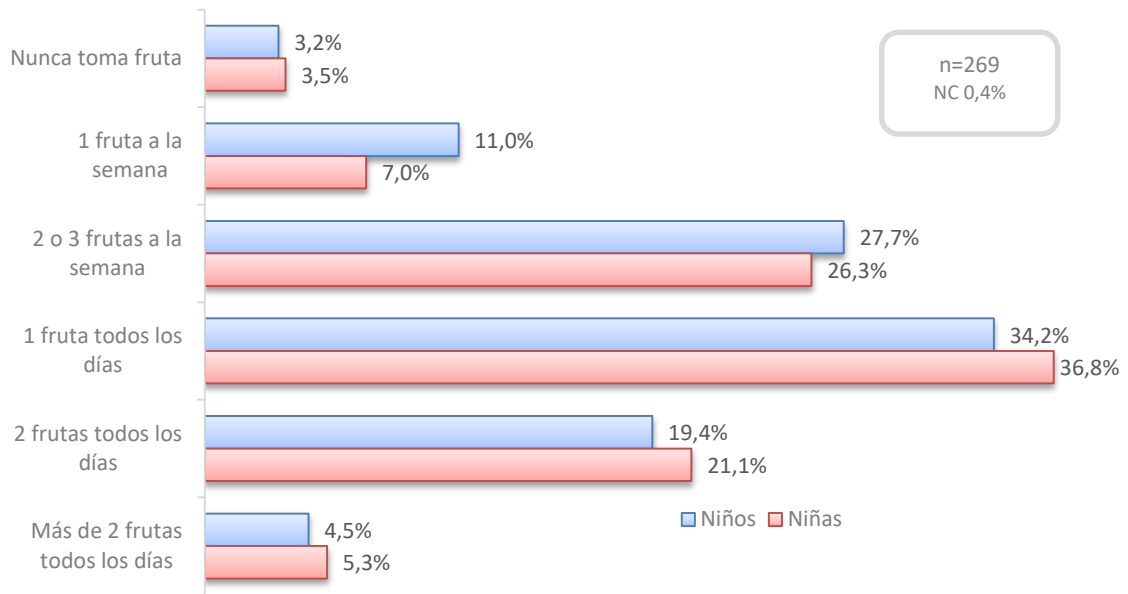
**Tabla 3.2.** Distribución porcentual del consumo de frutas, por sexo (P4).

	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Nunca toma fruta	5	3,2%	4	3,5%	<b>9</b>	<b>3,3%</b>
1 fruta a la semana	17	11,0%	8	7,0%	<b>25</b>	<b>9,3%</b>
2 o 3 frutas a la semana	43	27,7%	30	26,3%	<b>73</b>	<b>27,1%</b>
1 fruta todos los días	53	34,2%	42	36,8%	<b>95</b>	<b>35,3%</b>
2 frutas todos los días	30	19,4%	24	21,1%	<b>54</b>	<b>20,1%</b>
Más de 2 frutas todos los días	7	4,5%	6	5,3%	<b>13</b>	<b>4,8%</b>
<b>Total</b>	<b>155</b>	<b>100%</b>	<b>114</b>	<b>100%</b>	<b>269</b>	<b>100%</b>

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?

Cerca de la mitad de los hijos/as bebe zumo de fruta menos de una vez al día (el 47,8%), y el 42,2% lo consume una vez al día.

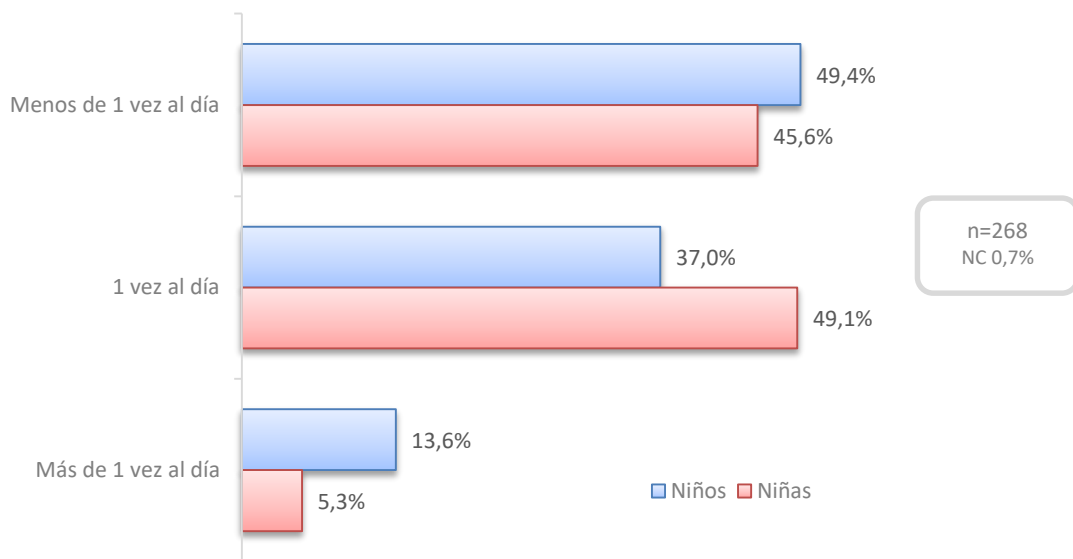
**Tabla 3.3.** Distribución porcentual del consumo de zumo de fruta, por sexo (P5).

	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Menos de 1 vez al día	76	49,4%	52	45,6%	<b>128</b>	<b>47,8%</b>
1 vez al día	57	37,0%	56	49,1%	<b>113</b>	<b>42,2%</b>
Más de 1 vez al día	21	13,6%	6	5,3%	<b>27</b>	<b>10,1%</b>
<b>Total</b>	<b>154</b>	<b>100%</b>	<b>114</b>	<b>100%</b>	<b>268</b>	<b>100%</b>

Menos de 1 vez al día: 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, 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* (59,3%), *lácteos* (54,4%) y *fruta* (44,8%).

**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	83	53,2%	77	67,5%	160	59,3%
Zumos	62	39,7%	32	28,1%	94	34,8%
Fruta	59	37,8%	62	54,4%	121	44,8%
Bollo, donuts, bollycao, otros	14	9,0%	10	8,8%	24	8,9%
Lácteos	75	48,1%	72	63,2%	147	54,4%
Chuches	1	0,6%	0	0,0%	1	0,4%
Refrescos	1	0,6%	0	0,0%	1	0,4%
Patatas, gusanitos, etc	2	1,3%	0	0,0%	2	0,7%
Frutos secos	11	7,1%	9	7,9%	20	7,4%
Chocolatinas, chocolate	10	6,4%	5	4,4%	15	5,6%
Galletas y cereales	65	41,7%	43	37,7%	108	40,0%

■ 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 10,2%.

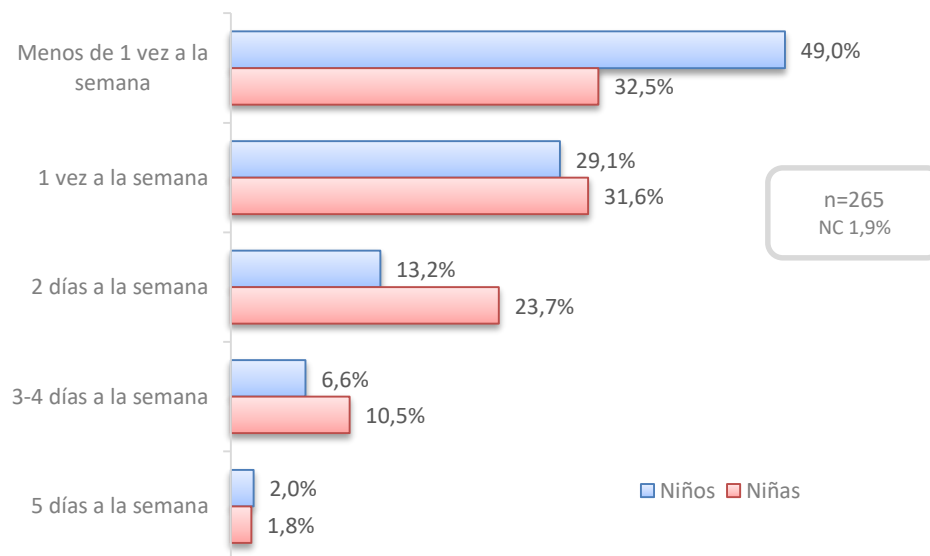
**Tabla 3.5.** Distribución porcentual del consumo de fruta en el almuerzo, por sexo (P7).

	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Menos de 1 vez a la semana	74	49,0%	37	32,5%	111	41,9%
1 vez a la semana	44	29,1%	36	31,6%	80	30,2%
2 días a la semana	20	13,2%	27	23,7%	47	17,7%
3-4 días a la semana	10	6,6%	12	10,5%	22	8,3%
5 días a la semana	3	2,0%	2	1,8%	5	1,9%
<b>Total</b>	<b>151</b>	<b>100%</b>	<b>114</b>	<b>100%</b>	<b>265</b>	<b>100%</b>

■ Opciones más frecuentes.

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

**Gráfico 3.5.** 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 (43,4%) u ofrecerle otro tipo de fruta (38,2%).

**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	102	38,2%
Le ofrezco otro postre	31	11,6%
No le ofrezco nada	18	6,7%
Insisto en que se coma esa fruta	116	43,4%
<b>Total</b>	<b>267</b>	<b>100%</b>

 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 44,2% de los niños de la muestra comen ensalada, hortalizas o verduras con una frecuencia de 2 o 3 veces a la semana.

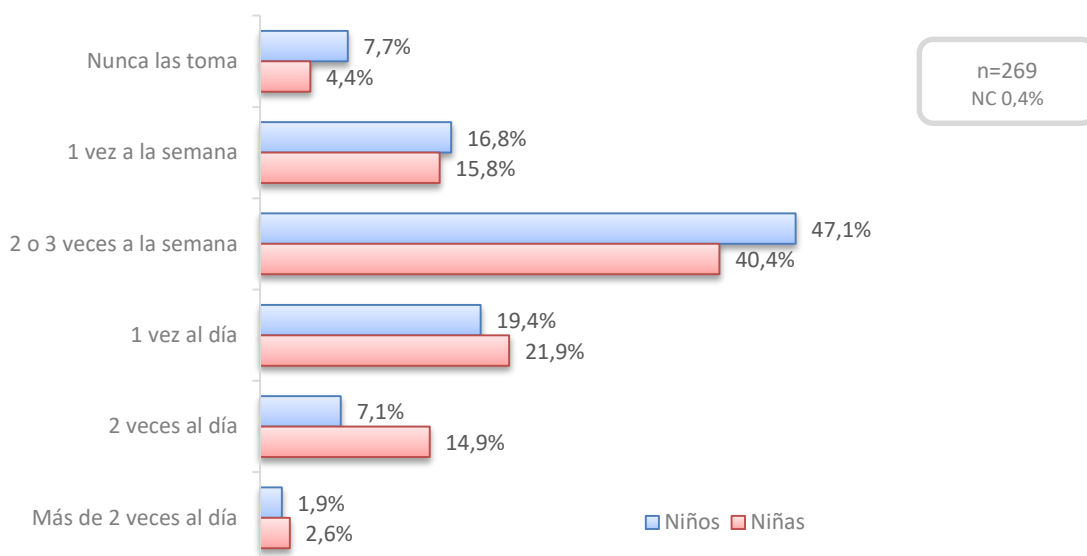
**Tabla 3.7.** Distribución porcentual del consumo de ensalada, hortalizas o verduras, por sexo (P9).

	Niños		Niñas		Total	
	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje	Número	Porcentaje
Nunca las toma	12	7,7%	5	4,4%	17	6,3%
1 vez a la semana	26	16,8%	18	15,8%	44	16,4%
2 o 3 veces a la semana	73	47,1%	46	40,4%	119	44,2%
1 vez al día	30	19,4%	25	21,9%	55	20,4%
2 veces al día	11	7,1%	17	14,9%	28	10,4%
Más de 2 veces al día	3	1,9%	3	2,6%	6	2,2%
<b>Total</b>	<b>155</b>	<b>100%</b>	<b>114</b>	<b>100%</b>	<b>269</b>	<b>100%</b>

 Opciones más frecuentes.

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

**Gráfico 3.6.** 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 diaria<sup>4</sup> de frutas, la mayoría (8 de cada 10) tampoco la tienen de 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 23,1% consume 1 o 2 raciones de verduras, y el 15,4% 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	82,2%	16,8%	0,9%	100%
1-2 al día	56,4%	41,6%	2,0%	100%
Más de 2 al día	61,5%	23,1%	15,4%	100%
<b>Total</b>	<b>66,9%</b>	<b>30,9%</b>	<b>2,2%</b>	<b>100%</b>

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

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

<sup>4</sup> 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.

**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* (67,4%).

**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	40	15,3%
Le ofrezco otro plato distinto a la verdura u hortaliza	24	9,2%
No le ofrezco nada	21	8,0%
Insisto en que se coma esa verdura u hortaliza	176	67,4%
<b>Total</b>	<b>261</b>	<b>100%</b>

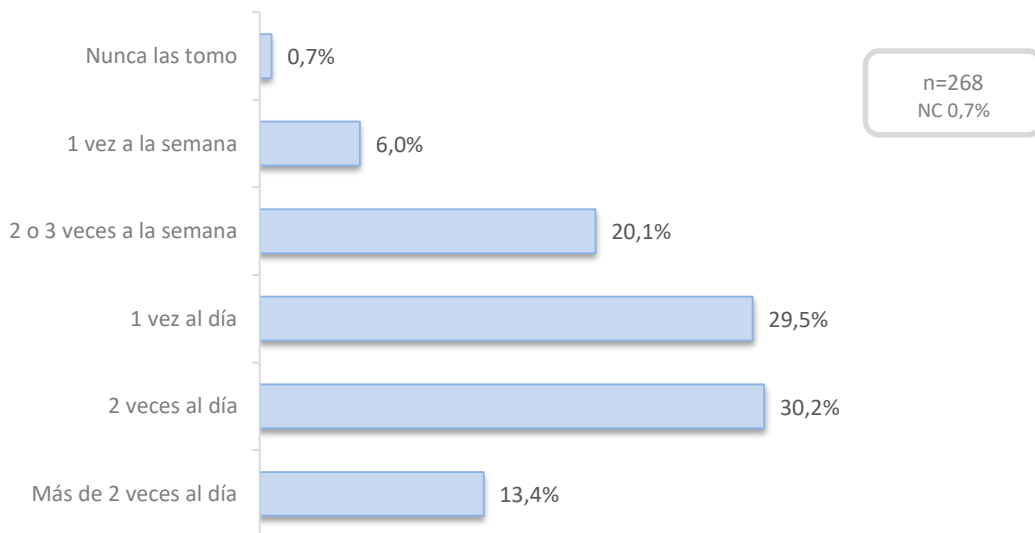
 Opción más frecuente.

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 43,6%.

**Gráfico 3.7.** Distribución porcentual del consumo de frutas, por parte de los padres (P11).



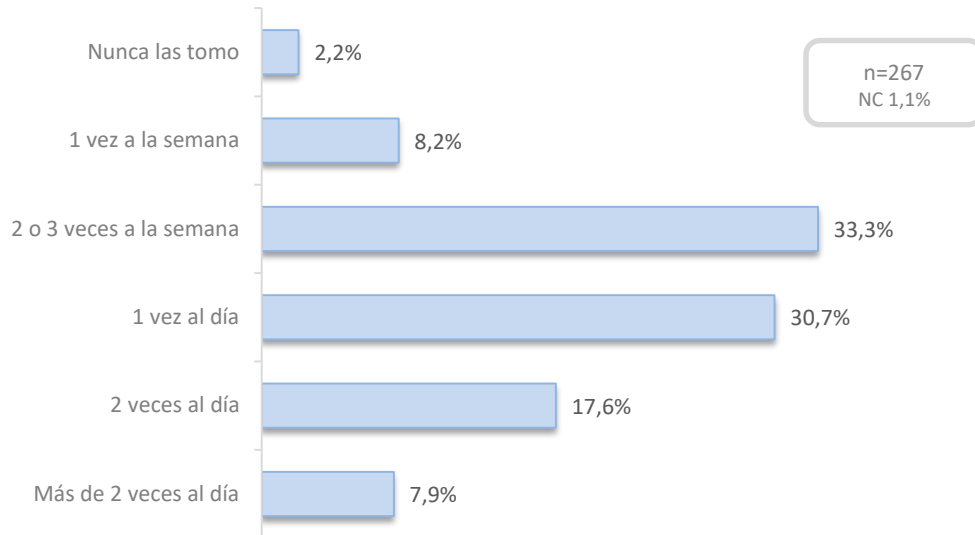
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.



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

Atendiendo a los hábitos de los padres de la muestra, el 72,2% 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 25,5%.

**Gráfico 3.8.** Distribución porcentual del consumo de ensalada, hortalizas o verduras, por parte de los padres (P12).

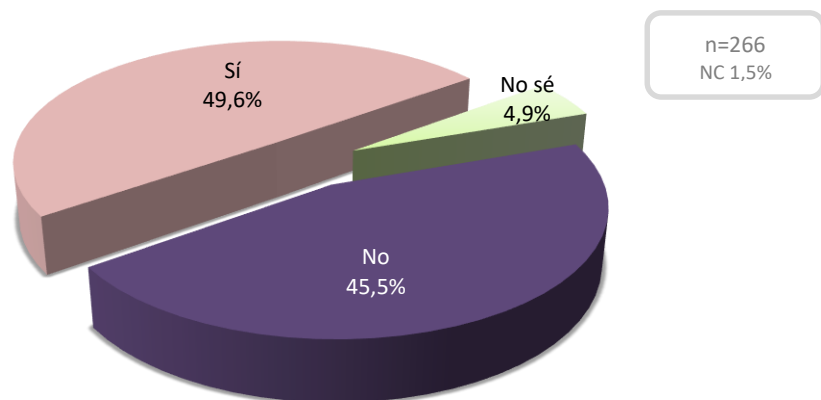


Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

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

Casi la mitad de los padres creen que su hijo consume suficientes frutas y hortalizas. El 4,9% de ellos manifiesta desconocer si dicha ingesta es o no suficiente.

**Gráfico 3.9.** 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 73,3% 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, cerca de la mitad 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	46,6%	48,2%	5,2%	100%
Sí	26,7%	73,3%	0,0%	100%
<b>Total</b>	<b>45,5%</b>	<b>49,6%</b>	<b>4,9%</b>	<b>100%</b>

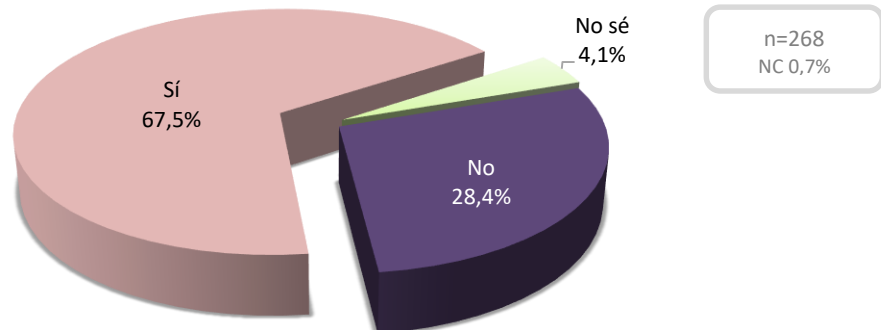
*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 266).

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

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

Cerca de 7 de cada 10 padres creen que consumen suficientes frutas y hortalizas.

**Gráfico 3.10.** 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 73,3% responde que dicho consumo es suficiente.

Por otro lado, entre los padres cuyo consumo de frutas y hortalizas no es el suficiente, el 67,2% 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	28,5%	67,2%	4,3%	100%
Sí	26,7%	73,3%	0,0%	100%
<b>Total</b>	<b>28,4%</b>	<b>67,5%</b>	<b>4,1%</b>	<b>100%</b>

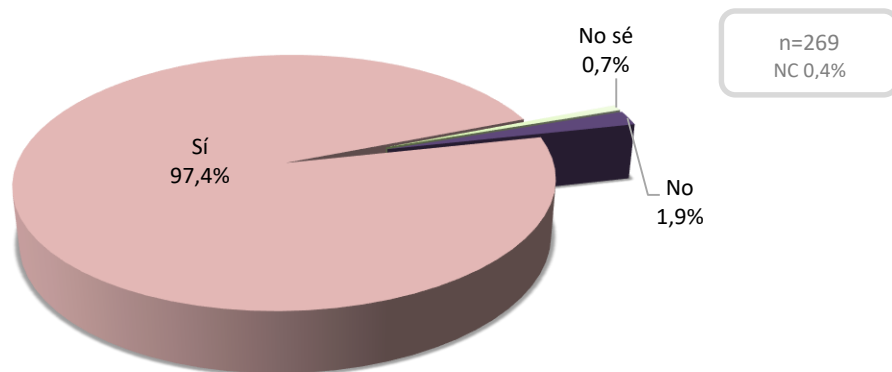
*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 268).

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

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

La mayoría de los padres encuestados considera que comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien.

**Gráfico 3.11.** 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	2,0%	97,6%	0,4%	100%
Sí	0,0%	93,3%	6,7%	100%
<b>Total</b>	<b>1,9%</b>	<b>97,4%</b>	<b>0,7%</b>	<b>100%</b>

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

*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	2,3%	96,8%	0,9%	100%
Sí	0,0%	100%	0,0%	100%
<b>Total</b>	<b>1,9%</b>	<b>97,4%</b>	<b>0,8%</b>	<b>100%</b>

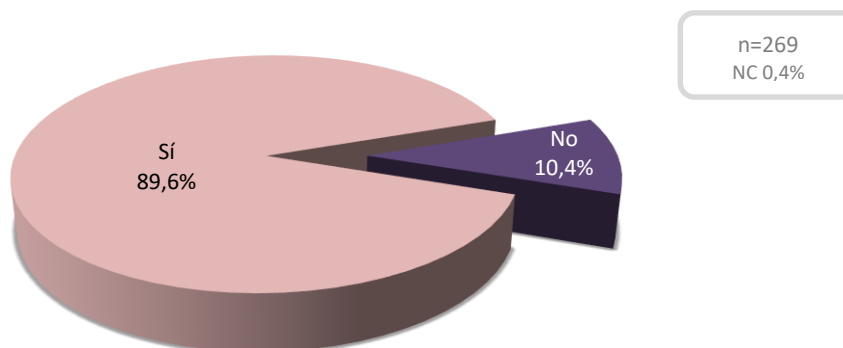
*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 266).

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

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

9 de cada 10 de los/as hijo/as de la muestra practican alguna actividad física durante la semana fuera del horario escolar.

**Gráfico 3.12.** 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).

	Número de hijos/as	Mediana de horas	Rango intercuartílico
Niños	140	4,0	3,0
Niñas	97	3,0	3,0
<b>Total</b>	<b>237</b>	<b>4,0</b>	<b>4,0</b>

*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, la totalidad 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 (89,0%).

**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	11,0%	89,0%	100%
Sí	0,0%	100,0%	100%
<b>Total</b>	<b>10,4%</b>	<b>89,6%</b>	<b>100%</b>

*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 269).  
*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 (89,6%), que cuando no la tienen (89,4%).

**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	10,6%	89,4%	100%
Sí	10,4%	89,6%	100%
<b>Total</b>	<b>10,5%</b>	<b>89,5%</b>	<b>100%</b>

*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 266).  
*Fuente:* Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

**Tabla 3.17.** Horas a la semana que los hijos/as practican alguna actividad física fuera del horario escolar, por edad del alumno de 5º de Primaria (cruce P3 y P16a).

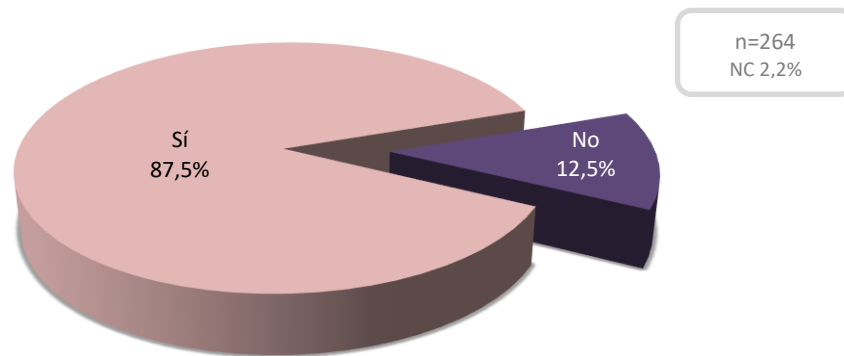
Edad del hijo/a	Horas a la semana		
	Número	Mediana	Rango intercuartílico
10 años	108	4,0	4,0
11-12 años	125	4,0	4,0
<b>Total</b>	<b>233</b>	<b>4,0</b>	<b>4,0</b>

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 87,5% de los padres conocen el Programa de consumo de frutas y hortalizas en las escuelas, que ha realizado el centro educativo.

**Gráfico 3.13.** 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 86,7% de los padres cuyos hijos tienen una ingesta recomendada de frutas y verduras manifiesta conocer dicho Programa. Este porcentaje es similar cuando los hijos no tienen dicha ingesta recomendada (87,6%).

**Tabla 3.18.** 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	12,4%	87,6%	100%
Sí	13,3%	86,7%	100%
<b>Total</b>	<b>12,5%</b>	<b>87,5%</b>	<b>100%</b>

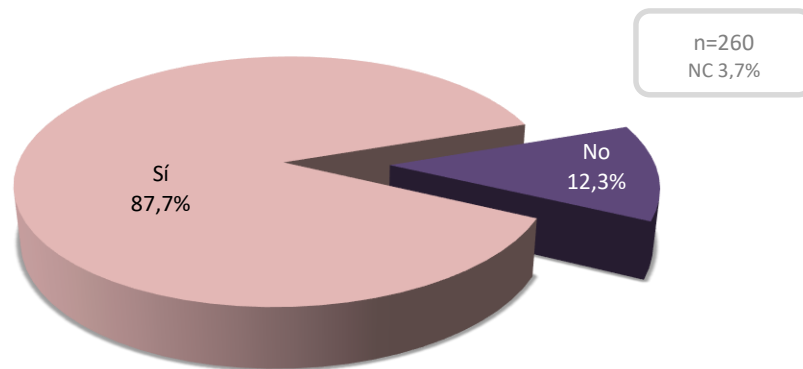
*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 264).

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?**

El 87,7% de los/as hijos/as ha participado en años anteriores en el Programa de consumo de frutas y hortalizas en las escuelas.

**Gráfico 3.14.** 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 87 y un 93%.

**Tabla 3.19.** 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	12,7%	87,3%	100%
Sí	6,7%	93,3%	100%
<b>Total</b>	<b>12,3%</b>	<b>87,7%</b>	<b>100%</b>

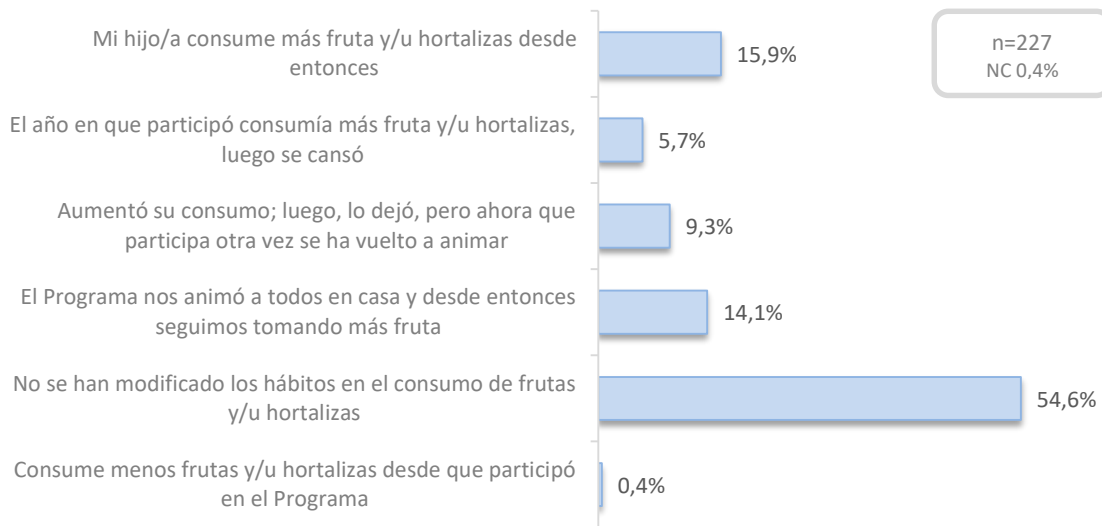
*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 260).

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

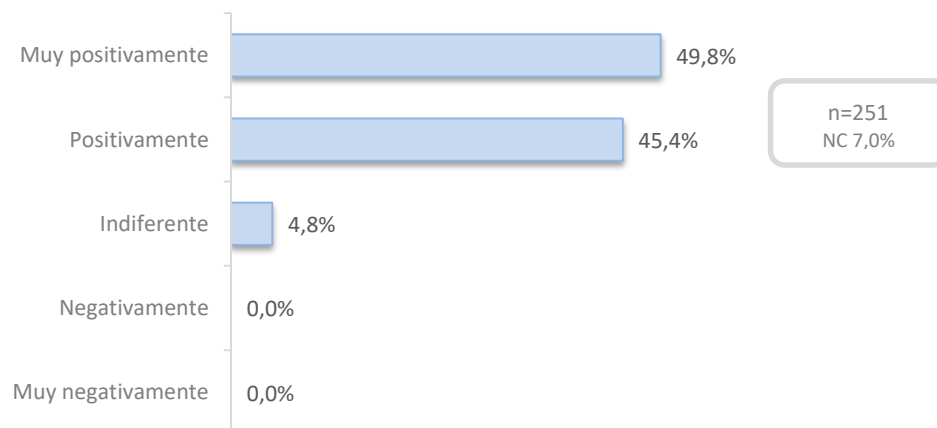


Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

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

El 95,2% de los padres valoran de forma positiva o muy positiva la realización de este tipo de Programas por parte de los escolares.

**Gráfico 3.16.** Distribución de la valoración del Programa, para aumentar el consumo de frutas y hortalizas por parte de los y las escolares (P20).



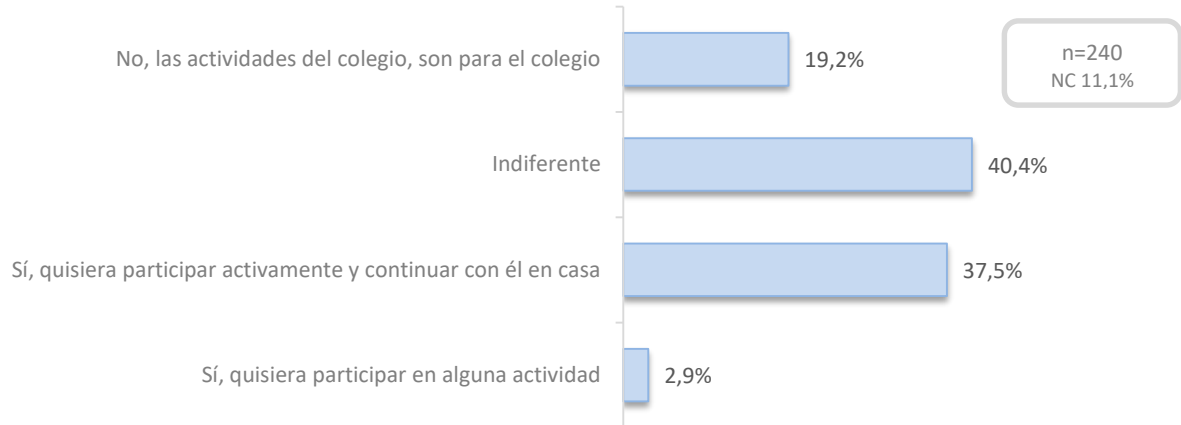
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.



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

El 37,5% de los padres querrían participar activamente en el Programa y continuar con él en casa.

**Gráfico 3.17.** 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.

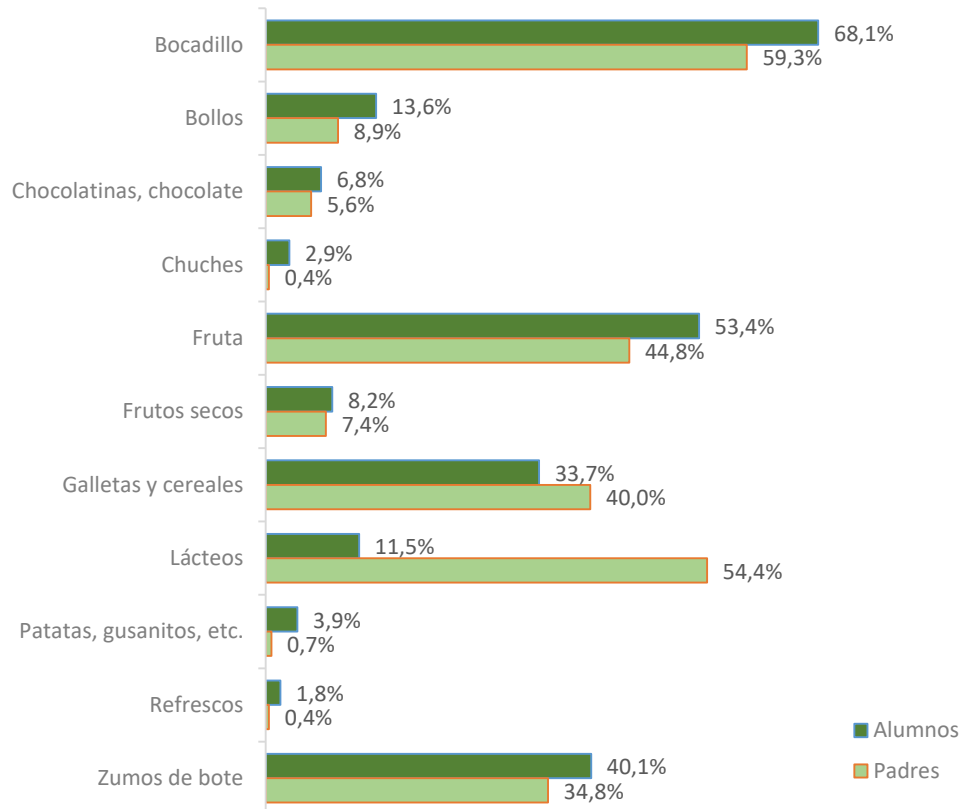
## 4.- Puntos de acuerdo y desacuerdo entre el alumnado y madres/padres

### 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 (P3 Alumnado y P6 Padres).



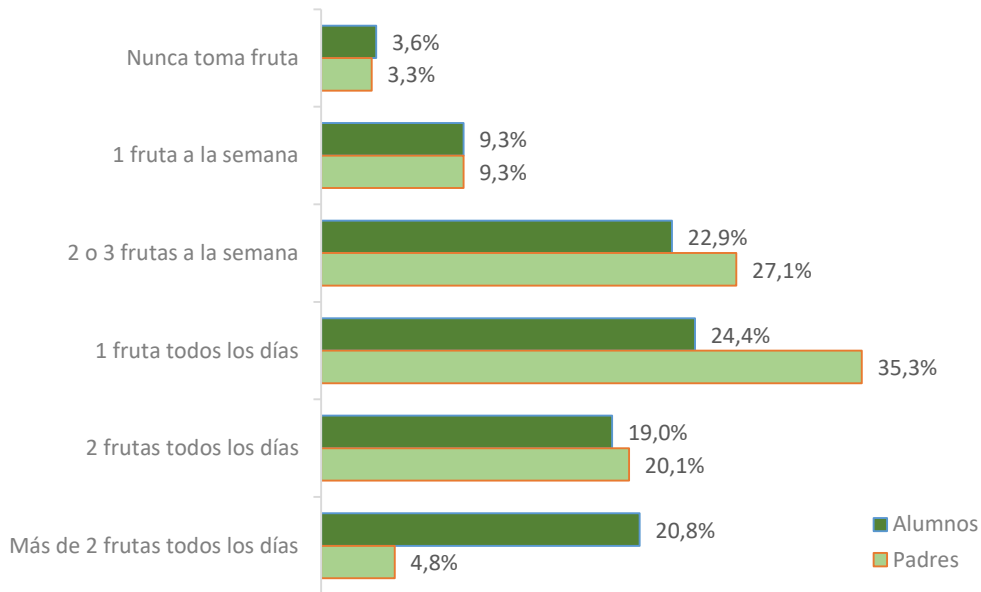
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

## 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 Padres).



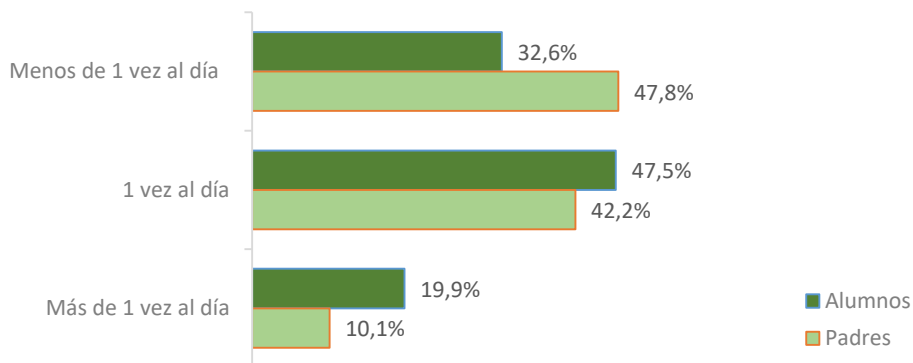
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

## Respecto al consumo de zumo de fruta

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

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

**Gráfico 4.3.** Frecuencia del consumo de zumo de fruta por parte del alumnado, según persona informante (P6 Alumnado y P5 Padres).



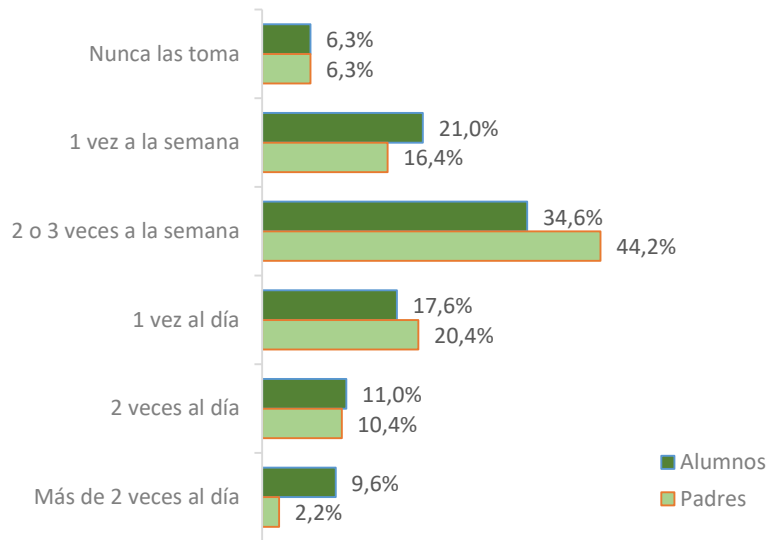
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

## 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 4.4.** Frecuencia del consumo de ensalada, hortalizas o verduras por parte del alumnado, según persona informante (P7 Alumnado y P9 Padres).



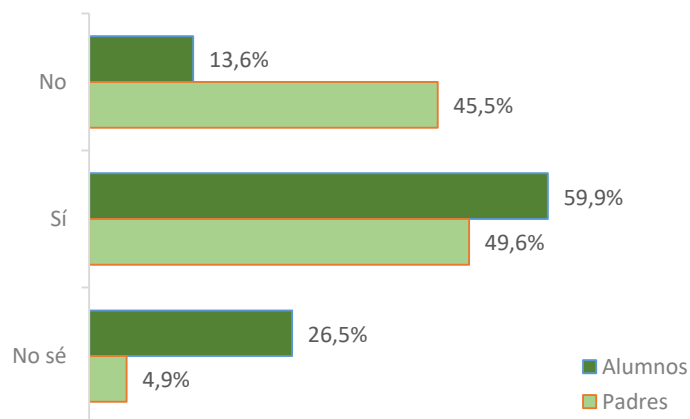
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

## 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 4.5.** Consumo suficiente de frutas y hortalizas por parte del alumnado, según persona informante (P8 Alumnado y P13 Padres).



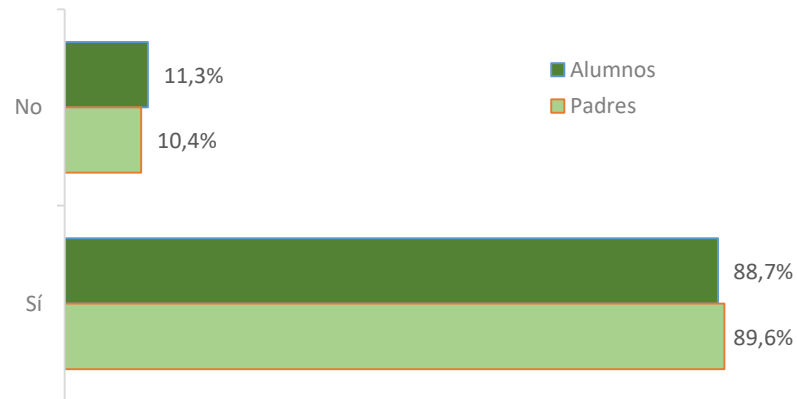
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

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

*P.10. ¿Practicar 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 4.6.** Realización por parte del alumnado de alguna actividad física durante la semana, fuera del horario escolar, según persona informante (P10 de Alumnado y P16 de Madres/Padres).



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

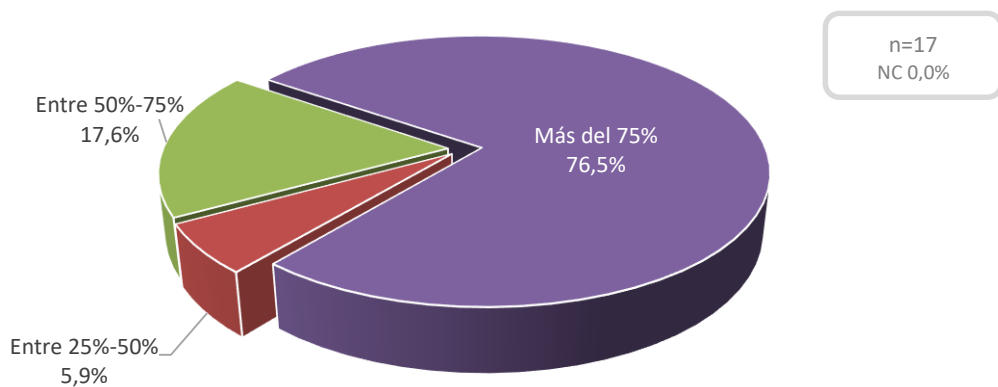
## 5.- Cuestionario de evaluación del profesorado

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 76,5% 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 75% 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%	5,9%	5,9%	52,9%	35,3%	17
Peras	0,0%	5,9%	23,5%	64,7%	5,9%	17
Fresas	0,0%	0,0%	0,0%	23,5%	76,5%	17
Zumo de frutas	6,7%	6,7%	26,7%	40,0%	20,0%	15

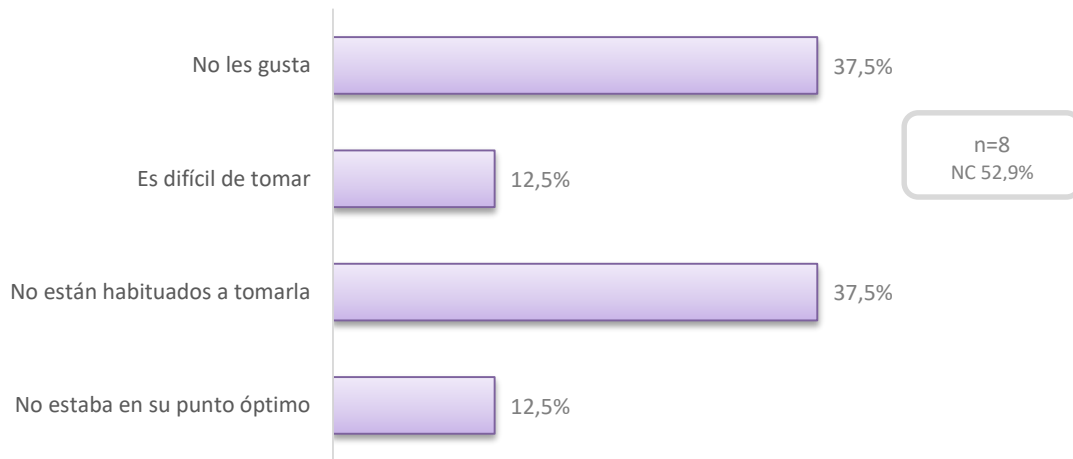
Opciones más frecuentes.

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)

Uno de cada tres 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 90% considera que tiene una calidad gustativa buena o muy buena. El 100% manifiesta que la presentación respecto a limpieza y embalaje es buena o muy buena y cerca del 95% indica 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%	11,8%	64,7%	23,5%	17
P5. Presentación respecto a limpieza y embalaje	0,0%	0,0%	70,6%	29,4%	17
P6. Servicio de distribución de la fruta con respecto a atención y puntualidad	0,0%	6,3%	62,5%	31,3%	16

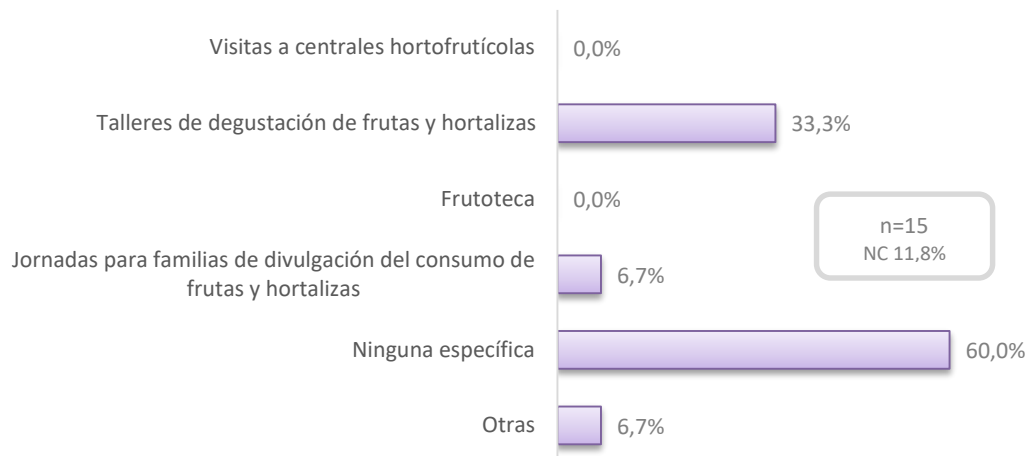
Opciones más frecuentes.

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, uno de cada tres profesores lleva a cabo talleres de degustación de frutas y hortalizas. Un 60,0% manifiesta no realizar ninguna específica.

**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 81,3% del profesorado consideran positivo o muy positivo el Programa realizado y el 68,8% consideran que el Programa no ha tenido una incidencia negativa 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=16
El fomento del consumo de fruta no corresponde al ámbito escolar sino al familiar	6,3%
Negativa, interrumpe el curso escolar y aporta muy poco	0,0%
Indiferente, no se ha conseguido ningún objetivo	12,5%
Positiva, ha aumentado los conocimientos del alumnado	56,3%
Muy positiva, ha influido sobre los hábitos alimenticios del alumnado	25,0%
Otros	0,0%
P9. Incidencia negativa del Programa en el desarrollo del curso:	Porcentaje n=16
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	6,3%
Media, se ha organizado la actividad de modo que no altere el funcionamiento del centro	18,8%
Baja, la distribución de fruta apenas afecta a la actividad docente o la limpieza del centro	6,3%
Nula, se ha organizado la actividad de modo que no afecte negativamente al centro	68,8%
Otros	0,0%

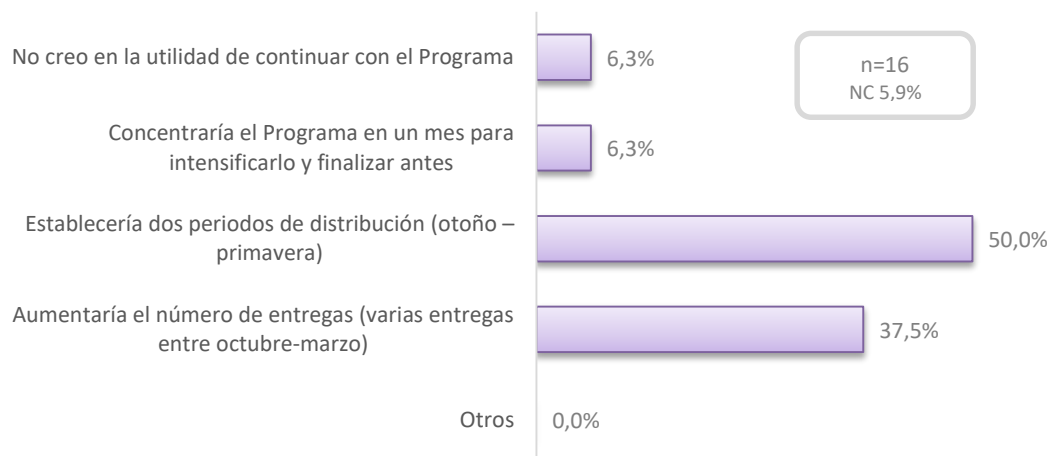
■ Opciones más frecuentes.

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

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

La mitad del profesorado indica que establecería dos periodos de distribución (otoño y primavera) del Programa.

**Gráfico 5.4.** Estructura del Programa para el próximo curso (P10).



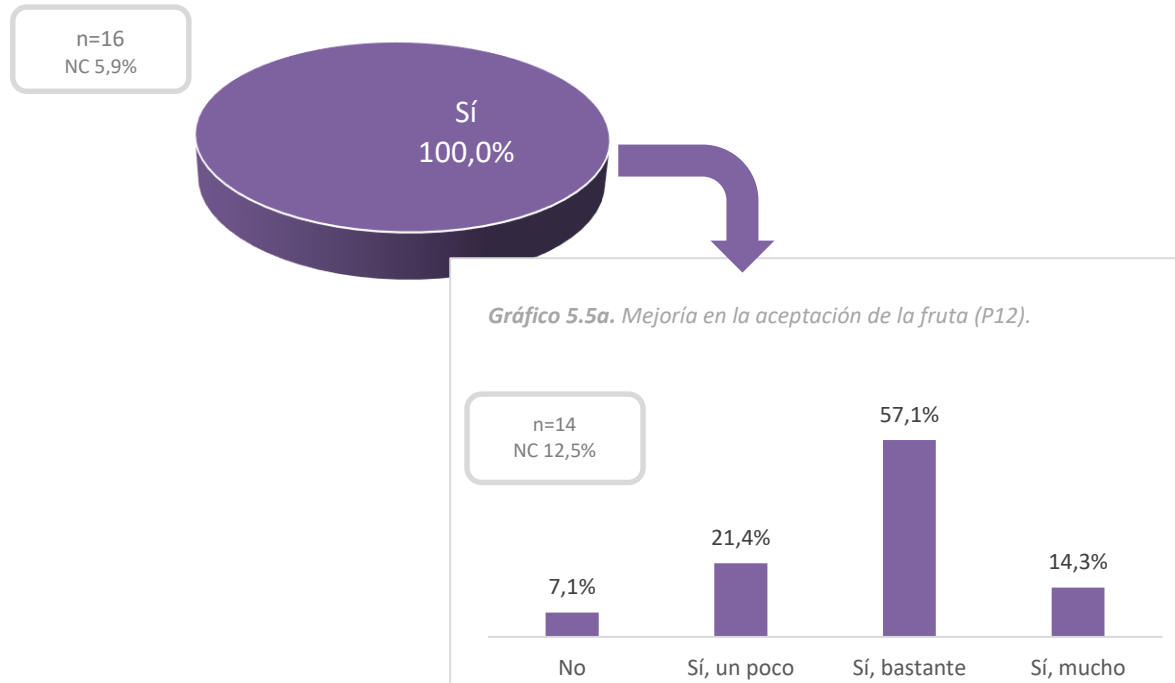
Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

**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 4,3 ( $\pm 1,8$  años).

De los profesores/as que indican que el Centro ha participado en el Programa, más del 90% considera que mejora la aceptación de la fruta, en mayor o menor medida, por parte de los alumnos/as. Un 14,3% manifiesta que la aceptación ha mejorado 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:**

En torno al 90% del alumnado, madres y padres y personal del centro tienen una aceptación del Programa positiva o muy positiva.

**Tabla 5.4.** Aceptación del Programa (P13).

	Negativa	Indiferente	Positiva	Muy positiva	n
Alumnado	6,7%	6,7%	66,7%	20,0%	15
Madres y padres	0,0%	6,7%	66,7%	26,7%	15
Personal del centro	0,0%	6,3%	68,8%	25,0%	16

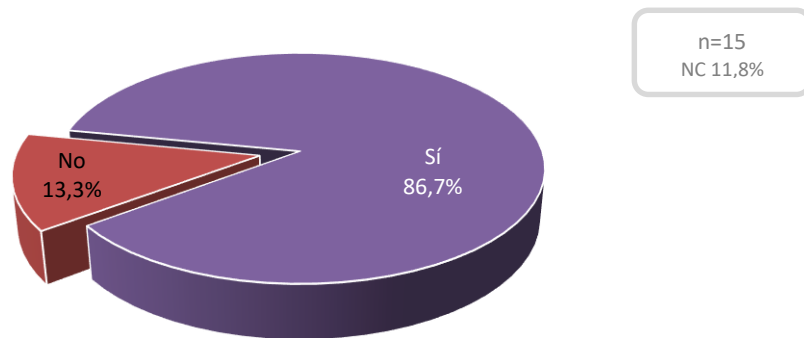
■ Opciones más frecuentes.

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 86,7% 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 5.6.** 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).

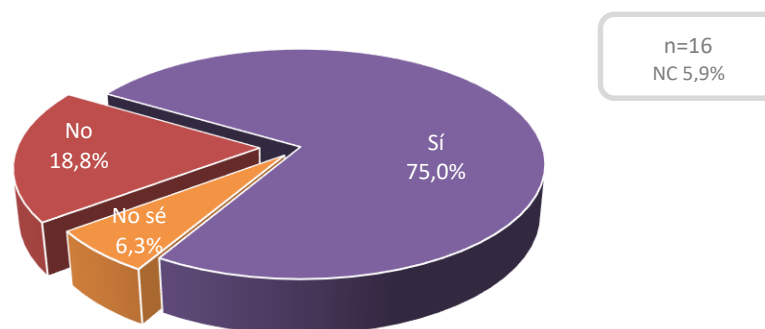


Fuente: Consejería de Sanidad de la Junta de Castilla y León.

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

El 75,0% del profesorado considera que el Programa fomenta el consumo de frutas y hortalizas en el hogar.

**Gráfico 5.7.** 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 92,3% 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	100,0%	0,0%	0,0%
	Sí	7,7%	92,3%	0,0%
	No sé	0,0%	0,0%	0,0%

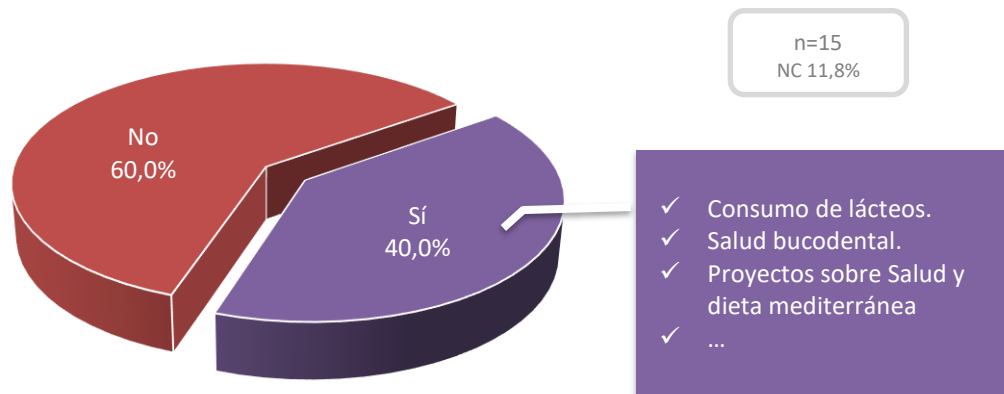
*Nota:* Los cálculos están hechos sin contabilizar las respuestas en blanco (n: 15).

*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 40,0% del profesorado indica que además de este Programa, se realizan otros programas de educación para la salud sobre la alimentación en el Centro.

**Gráfico 5.8.** 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.- Anexo 1

### PROGRAMA DE CONSUMO DE FRUTAS Y HORTALIZAS EN LAS ESCUELAS Cuestionario de evaluación alumnado de 5º de Primaria Curso 2017/2018

*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

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

- 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, taller SABOREando, FRUTOTECA, DISFRUTEANDO en familia)?**

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 2017/2018**

---

*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

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

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")**

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Nunca las toma                   | <input type="checkbox"/> Las toma 1 vez al día          |
| <input type="checkbox"/> Las toma 1 vez a la semana       | <input type="checkbox"/> Las toma 2 veces al día        |
| <input type="checkbox"/> Las toma 2 o 3 veces a la semana | <input type="checkbox"/> Las toma más de 2 veces al día |

**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?**

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Nunca las tomo                   | <input type="checkbox"/> Las tomo 1 vez al día          |
| <input type="checkbox"/> Las tomo 1 vez a la semana       | <input type="checkbox"/> Las tomo 2 veces al día        |
| <input type="checkbox"/> Las tomo 2 o 3 veces a la semana | <input type="checkbox"/> Las tomo más de 2 veces al día |

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

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Nunca las tomo                   | <input type="checkbox"/> Las tomo 1 vez al día          |
| <input type="checkbox"/> Las tomo 1 vez a la semana       | <input type="checkbox"/> Las tomo 2 veces al día        |
| <input type="checkbox"/> Las tomo 2 o 3 veces a la semana | <input type="checkbox"/> Las tomo más de 2 veces al día |

**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      nº 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 2017/2018**

---

*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"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Peras	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fresas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zumo de frutas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<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
- Frutoteca
- Jornadas para familias de divulgación del consumo 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!***

## 7.- Anexo 2

### 7.1. ÍNDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1.1. Tamaño de muestra y error estimado por provincia.</i>	3
<i>Tabla 1.2. Participación en la encuesta.</i>	3
<i>Tabla 2.1. Edad media de los alumnos/as según sexo (P2).</i>	4
<b><u>Alumnado</u></b>	
<i>Tabla 2.2. Alimentos que toman en el recreo los alumnos/as más veces, por sexo (P3).</i>	5
<i>Tabla 2.3. Alimentos que toman de postre los alumnos/as más veces, por sexo (P4).</i>	6
<i>Tabla 2.4. Distribución porcentual del consumo de frutas, por sexo (P5).</i>	6
<i>Tabla 2.5. Distribución porcentual del consumo de zumo de fruta, por sexo (P6).</i>	7
<i>Tabla 2.6. Distribución porcentual del consumo de ensaladas, hortalizas o verduras, por sexo (P7).</i>	8
<i>Tabla 2.7. Consumo de frutas vs. Consumo de ensalada, hortalizas o verduras por parte del alumnado (cruce P5 y P7 recodificadas).</i>	9
<i>Tabla 2.8. Porcentaje del alumnado que cree que consume suficientes frutas y/u hortalizas, por sexo (P8).</i>	10
<i>Tabla 2.9. Distribución porcentual del alumnado que tiene una ingesta recomendada de frutas y hortalizas, por sexo (P5 y P7).</i>	11
<i>Tabla 2.10. 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).</i>	11
<i>Tabla 2.11. Porcentaje del alumnado que cree que comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien, por sexo (P9).</i>	11
<i>Tabla 2.12. Ingesta recomendada de frutas y hortalizas vs. Importancia del consumo de frutas y hortalizas para sentirse bien (cruce Ingesta recomendada y P9).</i>	12
<i>Tabla 2.13. Porcentaje del alumnado que practica alguna actividad física o algún deporte durante la semana fuera del horario escolar, por sexo (P10).</i>	12
<i>Tabla 2.14. 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).</i>	13
<i>Tabla 2.15. Ingesta recomendada de frutas y hortalizas vs. Práctica de alguna actividad física durante la semana, fuera del horario escolar (cruce Ingesta recomendada y P10).</i>	13
<i>Tabla 2.16. 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).</i>	14
<i>Tabla 2.17. Porcentaje del alumnado según su motivación para comer más frutas y hortalizas, por sexo (P12).</i>	15
<i>Tabla 2.18. 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).</i>	15

Tabla 2.19. Porcentaje del alumnado que ha participado en alguna de las actividades en torno al consumo de frutas y hortalizas, por sexo (P13). .....	16
Tabla 2.20. 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). .....	16
Tabla 2.21. Participación en alguna de las actividades promovidas vs. Motivación para comer frutas y hortalizas (cruce P13 y P12). .....	16

### **Madres/Padres**

Tabla 3.1. Edad media de los/las hijos/as, por sexo (P3). .....	18
Tabla 3.2. Distribución porcentual del consumo de frutas, por sexo (P4). .....	18
Tabla 3.3. Distribución porcentual del consumo de zumo de fruta, por sexo (P5). .....	19
Tabla 3.4. Alimentos que más veces le ofrecen al hijo/a sus padres como almuerzo, por sexo (P6). .....	20
Tabla 3.5. Distribución porcentual del consumo de fruta en el almuerzo, por sexo (P7). .....	21
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). .....	22
Tabla 3.7. Distribución porcentual del consumo de ensalada, hortalizas o verduras, por sexo (P9). .....	22
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). .....	23
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). .....	24
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). .....	26
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). .....	27
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). .....	28
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). ..	28
Tabla 3.14. Horas a la semana que los hijos/as practican actividad física fuera del horario escolar, por sexo (P16a). .....	29
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). .....	29
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). .....	29
Tabla 3.17. Horas a la semana que los hijos/as practican alguna actividad física fuera del horario escolar, por edad del alumno de 5º de Primaria (cruce P3 y P16a). .....	30



Tabla 3.18. 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). ..... 30

Tabla 3.19. 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). ..... 31

### **Profesorado**

Tabla 5.1. Aceptación del alumnado según el tipo de fruta suministrada (P2). ..... 38

Tabla 5.2. Consideraciones sobre la fruta servida (P4 a P6). ..... 39

Tabla 5.3. Consideraciones sobre Programa llevado a cabo (P8 y P9). ..... 41

Tabla 5.4. Aceptación del Programa (P13). ..... 42

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). ..... 44

## **7.2. ÍNDICE DE GRÁFICOS**

---

### **Alumnado**

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, por sexo (P6). ..... 8

Gráfico 2.4. Distribución porcentual del consumo de ensaladas, hortalizas o verduras, por sexo (P7). ..... 9

Gráfico 2.5. Distribución porcentual del alumnado según crea que consume suficientes frutas y/u hortalizas (P8). ..... 10

Gráfico 2.6. Distribución porcentual del alumnado que tiene una ingesta recomendada de frutas y hortalizas (P5 y P7). ..... 10

Gráfico 2.7. Distribución porcentual del alumnado que practica alguna actividad física o algún deporte durante la semana fuera del horario escolar (P10). ..... 12

Gráfico 2.8. Distribución porcentual del alumnado que gracias a este Programa ha mejorado sus conocimientos en torno a los beneficios de las frutas y hortalizas (P11). ..... 14

Gráfico 2.9. Distribución porcentual del alumnado según su motivación para comer más frutas y hortalizas (P12). ..... 14

Gráfico 2.10. Distribución porcentual del alumnado que ha participado en alguna de las actividades en torno al consumo de frutas y hortalizas (P13). ..... 15

### **Madres/Padres**

Gráfico 3.1. Distribución porcentual de la relación con el hijo/a (P1). .....	17
Gráfico 3.2. Distribución porcentual de los cuestionarios según el sexo del hijo/a (P2).....	17
Gráfico 3.3. Distribución porcentual del consumo de frutas, por sexo (P4).....	19
Gráfico 3.4. Distribución porcentual del consumo de zumo de fruta, por sexo (P5).....	20
Gráfico 3.5. Distribución porcentual del consumo de fruta en el almuerzo, por sexo (P7).....	21
Gráfico 3.6. Distribución porcentual del consumo de ensalada, hortalizas o verduras, por sexo (P9). .....	23
Gráfico 3.7. Distribución porcentual del consumo de frutas, por parte de los padres (P11). .....	24
Gráfico 3.8. Distribución porcentual del consumo de ensalada, hortalizas o verduras, por parte de los padres (P12).....	25
Gráfico 3.9. Distribución porcentual de los padres que creen que sus hijos consumen suficientes frutas y hortalizas (P13). .....	25
Gráfico 3.10. Distribución porcentual de los padres que creen que consumen suficientes frutas y hortalizas (P14). .....	26
Gráfico 3.11. Distribución porcentual de los padres que creen que comer frutas y hortalizas es importante para sentirse bien (P15). .....	27
Gráfico 3.12. Distribución porcentual de los/as hijos/as que practican alguna actividad física durante la semana, fuera del horario escolar (P16). .....	28
Gráfico 3.13. 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). .....	30
Gráfico 3.14. 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). .....	31
31	
Gráfico 3.15. ¿Cómo crees que influyó el Programa en el consumo de fruta y/u hortalizas? (P19).....	32
Gráfico 3.16. Distribución de la valoración del Programa, para aumentar el consumo de frutas y hortalizas por parte de los y las escolares (P20). .....	32
Gráfico 3.17. Distribución de si a los padres les gustaría implicarse en el desarrollo del Programa (P21). .....	33

### **Alumnado y Madres/Padres**

Gráfico 4.1. Alimentos que más veces se toman en el recreo, según persona informante (P3 Alumnado y P6 Padres). .....	34
Gráfico 4.2. Frecuencia del consumo de frutas por parte del alumnado, según persona informante (P5 Alumnado y P4 Padres). .....	35
Gráfico 4.3. Frecuencia del consumo de zumo de fruta por parte del alumnado, según persona informante (P6 Alumnado y P5 Padres). .....	35
Gráfico 4.4. Frecuencia del consumo de ensalada, hortalizas o verduras por parte del alumnado, según persona informante (P7 Alumnado y P9 Padres). .....	36

Gráfico 4.5. Consumo suficiente de frutas y hortalizas por parte del alumnado, según persona informante (P8 Alumnado y P13 Padres).....	36
Gráfico 4.6. Realización por parte del alumnado de alguna actividad física durante la semana, fuera del horario escolar, según persona informante (P10 de Alumnado y P16 de Madres/Padres).....	37

### **Profesorado**

Gráfico 5.1. Distribución porcentual del alumnado que ha consumido las frutas que se han distribuido en el Programa (P1).....	38
Gráfico 5.2. Posibles causas de la mala aceptación de la fruta por parte del alumno/a (P3). ....	39
Gráfico 5.3. Actividades complementarias realizadas en el momento de la distribución de la fruta (P7). ....	40
Gráfico 5.4. Estructura del Programa para el próximo curso (P10).....	41
Gráfico 5.5. Distribución porcentual de la participación del centro en el Programa en años anteriores (P11). .	42
Gráfico 5.6. 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).....	43
Gráfico 5.7. Distribución porcentual de la creencia que el Programa fomenta el consumo de frutas y hortalizas en el hogar (P15).....	43
Gráfico 5.8. Distribución porcentual de la realización otros programas de educación para la salud sobre la alimentación (P16).....	44