

XXXIV FERIA ESCOLAR NACIONAL DE CIENCIA Y TECNOLOGIA "EUREKA  
2024"

**I.E. OCTAVIO MONGRUT GIRALDO EX 250**



**ÁREA:** Ciencia y Tecnología

**PROYECTO:** “ Beneficios y Germinación de la Alfalfa”

**GRADO:** 3ro. **SECCIÓN:** C

**DOCENTE:** Moraima Elizabeth Hernández Jara

**Autores:** Christopher Jeremy, Marín Suárez

Preciosa Cataleya, Chávez Moncada



**ÍNDICE**

<b>I.</b>	<b>Presentación.....</b>	<b>3</b>
<b>II.</b>	<b>Resumen.....</b>	<b>4</b>
<b>III.</b>	<b>Planteamiento del Problema.....</b>	<b>5</b>
<b>IV.</b>	<b>Indagación científica y social.....</b>	<b>7</b>
<b>V.</b>	<b>Importancia.....</b>	<b>9</b>
<b>VI.</b>	<b>Breve Marco Teórico.....</b>	<b>9</b>
<b>VII.</b>	<b>Materiales y Procedimientos.....</b>	<b>11</b>
<b>VIII.</b>	<b>Resultados.....</b>	<b>17</b>
<b>IX.</b>	<b>Apreciación Crítica.....</b>	<b>18</b>
<b>X.</b>	<b>Conclusiones.....</b>	<b>19</b>
<b>XI.</b>	<b>Recomendaciones.....</b>	<b>20</b>
<b>XII.</b>	<b>Referencias bibliográficas.....</b>	<b>20</b>
<b>XIII.</b>	<b>Anexos.....</b>	<b>22</b>
<b>XIV.</b>	<b>Agradecimiento.....</b>	<b>29</b>

## **I. PRESENTACIÓN:**

Los alumnos Jeremy Marín Suarez y Preciosa Chavez Moncada alumnos que cursan el tercer grado de educación Primaria de la honorable I.E. Octavio Mongrut Giraldo tienen el gustoso agrado de presentar ante ustedes este proyecto titulado “**Germinación y beneficios de la Alfalfa**”, un proyecto enfocado en nuestra realidad ante los innumerables casos de anemia y desnutrición que atraviesa nuestro país y que muchas veces por falta de información y quizás de motivación no miramos a nuestro alrededor o no nos atrevemos a aprovechar los grandes beneficios que nos pueden brindar las plantas que tenemos y una de ellas es LA ALFALFA, una planta con múltiples beneficios que nos pueden servir de mucha ayuda, no solo para alimentación si no también al presentarla en variedades culinarias sería una muy buena fuente de negocio, es por ello que este grupo está muy emocionado de presentar este proyecto ante ustedes ya que no solo vamos a informar sobre los aportes que podemos obtener para nuestro organismo a través del consumo de la alfalfa si no que también tenemos la posibilidad de germinarla en casa y ésta misma transformarla en una gran fuente de negocio, así estaríamos contribuyendo en reducir la cifra de anemia de nuestro país y a su vez los niveles de desempleo y pobreza ya que estaríamos generando nuestros propios ingresos.

Sin más nos despedimos esperando llegar a generar el impacto deseado en el desarrollo de este proyecto.

**MUCHAS GRACIAS!!**

## II). RESUMEN:

El presente trabajo titulado “**Beneficios y Germinación de la alfalfa**” presentado por los alumnos del Tercer grado C de educación Primaria de la Institución Educativa Octavio Mongrut Giraldo, se fundamenta en la investigación de nuestra triste realidad en el sector salud y economía.

Este trabajo tuvo como objetivo principal valorar e incentivar a la población en general a consumir una planta con muchas bondades y beneficios para nuestra salud aparte de practicar su propia generación en casa para ser tomado como opción de negocio al producir nuestra propia materia prima en casa y así obtener un buen beneficio económico.

Se llegó a la conclusión de que sus beneficios están netamente enfocados en cuanto a los aportes de hierro indispensables para el mantenimiento de nuestra hemoglobina, calcio para reforzar la calificación de nuestros huesos y vitaminas para el buen funcionamiento de nuestro organismo.

Se ha descubierto además que esta propuesta de proyecto puede ser optado en la venta de los productos a base de alfalfa en los quioscos de las instituciones educativas mediante la idea de las “Loncheras saludables” para lograr un mejor rendimiento escolar en los estudiantes motivándonos a consumir un producto muy generoso para estos mismos.

Para llevar a cabo tanto la germinación como las recetas se adquirió primero todos los materiales e ingredientes a emplear.

Cómo las semillas de alfalfa seleccionadas, tierra fértil y agua y para nuestras recetas recurrimos al mercado para la compra de cada uno de los ingredientes para así informarnos nosotros mismos de los precios.

Al culminar el proceso de germinación se fue observando día tras día la evolución del brote de nuestra planta que fue avanzando muy exitosamente día tras día.

Del mismo modo al culminar con cada una de las preparaciones de cada producto se realizó una breve encuesta para lograr determinar el nivel de aceptación de consumo en una determinada población, encaminando más esta idea ya que se comprobó que si es aceptada en su mayoría.

Finalmente se dejó sustentado y comprobado la intención de este proyecto y el gran impacto que se puede generar al realizar la práctica total de ello, avancemos juntos al futuro unidos emprendamos el viaje de evolucionar nuestro Perú.

### **III). PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **A). Problema de la investigación:**

¿Cómo podemos lograr reducir la cifra de anemia y desnutrición infantil en nuestro país promoviendo en consumo de la **ALFALFA** sin necesidad de comprar constantemente la materia prima si no germinarla directamente y a su vez encontrar en ello una gran fuente de ingreso para reducir de la mano los niveles de pobreza?

#### **B). Objetivos de la investigación:**

- **Objetivo General:.**

Nuestro objetivo principal es valorar e incentivar el consumo de la Alfalfa como parte diaria de nuestra alimentación y a su vez rescatar la gran posibilidad de una fuente de negocio ya que nosotros mismos podemos producir esta planta a través de la germinación.

- **Objetivos Específicos:**

- Brindar todos los beneficios y propiedades de la Alfalfa y sobre todo resaltar que su consumo no implica gastar mucho dinero.

- Tomar como gran opción su propia germinación para poder aprovechar de manera directa todos sus beneficios.
  - Promover la búsqueda de aquellos Agentes Inteligentes que actualmente tenemos a la mano a través de la Inteligencia Artificial para informarnos e orientarnos sobre cómo podríamos llevar con éxito un negocio y es increíble como está I.A. cada día evoluciona y nos brinda buenas alternativas.
  - Determinar con ejemplos básicos cuán importante es el hierro en nuestro organismo.
  - Resaltar qué enfermedades podríamos prevenir si consumimos esta planta con frecuencia.
- 
- **C). Justificación de la investigación:.**
    - Se decidió realizar este proyecto por algunos casos que percibimos dentro de nuestra misma escuela y es que hay muchos niños que tienen constantes faltas porque son muy propensos a enfermedades virales frecuentemente como gripe y otros niños que llegan muy agotados y no tienen un buen rendimiento, entonces muchas veces estos problemas es porque nuestro sistema inmunológico está muy débil ya no es capaz de hacerle frente a una simple gripe o quizás no se siente con ánimos de nada, es por ello que surgió la idea de ir más allá y buscar más información respecto al tema y efectivamente este es un problema que arrastra y aqueja nuestro país en cifras considerables, ya en el camino del desarrollo de este proyecto surgieron más ideas como el preguntarnos ¿Y si nosotros mismos la germinemos en casa para así no estar comprando constantemente? ¿Y si vendemos las preparaciones así motivamos a más niños y adultos a su consumo? , o tendríamos niños sanos y un ingreso extra familiar de tal manera reduciríamos también el nivel de pobreza en nuestro país.

#### IV). INDAGACIÓN CIENTÍFICA Y SOCIAL:

- **INDAGACIÓN CIENTÍFICA:** A través de este proyecto este pequeño grupo de trabajo busca generar un gran impacto en la aceptación, desarrollo y práctica de una gran alternativa de solución, pero **¿Que buscamos solucionar?** - Pues como ya hemos sustentado anteriormente estamos enfocados en brindar una alternativa de solución tanto en ámbito de Salud como en el Económico, a través de una planta muy beneficiosa como es la Alfalfa, la cual a través de su consumo adquirimos bondadosas cantidades de hierro, calcio, vitaminas, energía entre otras cosas mas que contribuyen de una manera muy favorables nuestro sistema inmunológico y de ese mismo modo al ser aceptado y consumido optar la idea de emprender en este mismo negocio tomando como fuente principal mi propia experiencia de consumo, orientandome en los posibles porcentajes de ganancia.

Aun siendo así **¿Cómo podemos lograr la aceptación de este mismo a la población en general tanto en consumo como venta?**

Ante esta gran pregunta nos hemos esmerado en obtener las mejores y más agradables preparaciones de cada uno de los productos para lograr la aceptación de consumo que deseamos, a lo largo del desarrollo de este informe hemos plasmado una breve encuesta de degustación entre un grupo pequeño de personas entre niños y adultos arrojandonos favorables resultados motivandonos a seguir impulsado esta gran idea; ahora bien al mostrar una tabla de presupuesto tentativo de cada producto agrandamos más la motivación de las personas en querer

emprender ya que si cada uno opta por su propia germinación va a poder obtener a gran escala la materia prima en grandes proporciones sin dejar de lado la satisfacción de que se está ofreciendo un producto muy bueno para las personas.

- **INDAGACIÓN SOCIAL:** Está investigación nos resultó muy interesante ya que mediante este tipo de investigaciones nos podemos dar cuenta el gran giro de alimentación que hemos dado, ya que actualmente encontramos múltiples enfermedades que aquejan nuestra población, personas que una gripe para algunos sencilla los lleva internarse en un hospital por sus bajas defensas en su organismo, dada esta situación nos parece sorprendente como es que nuestros abuelos y en algunos casos bisabuelos han logrado una larga vida llegando hasta los 100 años y hasta más, edad muy difícil de llegar en estos tiempos.

**Pero ¿Cómo ha sido posible que nuestros abuelitos hagan logrando larga vida sin tantos achaques de salud y a su vez haber obtenido familias muy numerosas ?**

Para ellos la respuesta es muy sencilla pues manifiestan que en los tiempos de antes la mayoría de gente era de campo ellos mismos cosechaban sus tierras y obtenían sus propios productos, la propia cría de animales y hasta de vacas de la cual obtenían su leche directamente elaboraban su propio licor a base solo de fermentación para sus días festivos como por ejemplo “ La chicha de jora” o la misma fermentación natural de vino, no había casi el consumo de cerveza ni tantas bebidas altas el alcohol que actualmente se ve que llevan al deterioro y pérdida de algunas personas; sus dietas eran basadas en alimentos sanos como verduras, trigos, cereales, leche, queso, entre otros, sin dejar de lado que

en la época de antes la canasta básica familiar resultaba muy económica a la actual las monedas tenían un mayor valor monetario y los productos resultaban muy económicos.

Con el paso de los años y el alza de productos se ha ido perdiendo esa economía de antes, en la actualidad cuesta mucho más adquirir los productos en el mercado quizás es por ello que aveces al no alcanzar el presupuesto no nos alimentamos de forma adecuada siendo así propensos a múltiples enfermedades.

#### **V). IMPORTANCIA:.**

Este presente proyecto tiene un alto nivel de importancia y valor para nosotros ya que como lo hemos venido manifestando tenemos una gran conmoción en saber que la información brindada va a ser recibida y aceptada de muy buena manera, incentivando no solo al consumo si no también a la **Formulación de la Hipótesis:**

visionarios de grandes mejoras en salud y economía en aquellas familias e Instituciones que decidan apoyarnos y promover este gran proyecto.

#### **VI). BREVE MARCO TEÓRICO**

##### **★ Antecedentes del problema:**

En nuestro país este año 2024 la fuente de encuesta ENDES ( ENCUESTA DEMOGRÁFICA Y DE SALUD) nos arroja que hemos aumentado en el 1.2% la cifra de **Anemia y Desnutrición** siendo nuestros hermanos de **Puno** una de las regiones más afectadas con el 70%, pero la complejidad de este tema viene de la mano con otra realidad que es los niveles de pobreza y pobreza extrema, es

por ello que enfocados en esa problemática decidimos buscar toda la información necesaria y plantear una gran alternativa de solución.

- **Definición de términos básicos:**

- Germinación:** Proceso que permite que una semilla crezca llegando a formar una planta.
- Anemia:** Enfermedad que se produce por la disminución de hemoglobina es decir que nuestro cuerpo no tiene la sangre necesaria para su funcionamiento, esto debido a que los niveles de glóbulos rojos es inferior al que normalmente debemos producir.
- Hierro:** Es un mineral muy importante para nuestro cuerpo para producir hemoglobina.
- Hemoglobina:** Es una sustancia proteica del interior de los glóbulos rojos que lleva oxígeno de los pulmones a los tejidos del cuerpo.
- Glóbulos Rojos:** componente importante de la sangre formado por la médula osea de los huesos.
- Desnutrición:** Afección que se presenta cuando no hay la cantidad necesaria de nutrientes en nuestro organismo.

- ❖ **Formulación de la Hipótesis:**

Si nos enfocamos en informar, concientizar y motivar a la población sobre los grandes aportes de la **alfalfa** y lo sencillo que nos sería crear su propia germinación para obtener ricas propiedades y plasmarlo en ricas recetas culinarias resaltando la importancia de su consumo frecuente para mejorar

nuestra salud estamos seguros que entre todos podríamos reducir esa cifra de anemia y desnutrición de nuestro país pero no solo reduciríamos esa cifra ya que si este mismo lo convertimos en un negocio para generar una fuente de ingreso también ayudaríamos a salir adelante a más familia y así también estaríamos contribuyendo en reducir los niveles de pobreza o pobreza extrema.

¡Pongámonos en marcha!

➤ **Definición de las variables:**

**Variable Independiente:** Las recetas culinarias a elaborar.

**Variable dependiente:** La población en general de la I.E. Octavio Mongrut Giraldo.

La población Pacasmayina con visión de expansión.

## VII). MATERIALES Y PROCEDIMIENTOS

→ **Descripción de materiales:**

◆ **Utensilios de cocina:**

- 1 Licuadora
- 2 Cucharas
- 1 Jarra de 1 lt
- 1 Olla pequeña
- 1 Batidor
- 1 Horno eléctrico
- 1 Sartén
- 1 Cocina
- 1 Espátula de cocina
- 2 Bowl

◆ **Productos:**

- Alfalfa
- Leche
- Mantequilla
- Harina
- Gelatina de limón
- Canela y clavo de olor
- Azúcar
- Polvo de hornear
- Esencia de vainilla
- Huevos

- ◆ **Opcionales** : Miel, manjar blanco; para comparar los panqueques o relleno de pollo, queso, huevo o de su preferencia para acompañar sus pancitos.

→ **MÉTODO DE EMPLEO:**

◆ **Receta 1: GELATINA DE ALFALFA:**

INGREDIENTES ( 8 porciones)	PREPARACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> <li>- 100 gr. de gelatina sabor limón.</li> <li>- 10 gr. de alfalfa.</li> <li>- Canela y clavo de olor a gusto.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En una olla pequeña colocar 1 litro de agua a hervir con la canela y clavo de olor.</li> <li>2. Posteriormente colar y el líquido mezclar con los 100 gr. de gelatina sabor limón y remover.</li> <li>3. La mezcla líquida obtenida verter en vasos descartables y llevar al frigidifer por un aproximado de 30 minutos, pasado el tiempo establecido ¡A disfrutar!</li> </ol>

**PRESUPUESTO TENTATIVO:**

**PRESUPUESTO GENERAL**

GELATINA DE ALFALFA			
INGREDIENTES:	Precio	Posible precio de venta	
Gelatina	S/. 2.50	<b>Porciones</b>	8 vasos
Canela y clavo de olor	S/. 0.20	<b>Precio de venta</b>	S/. 1.00
Alfalfa	S/. 0.30	<b>Cálculo</b>	8 vasos * S/. 1.00 = S/.8.00
<b>Importe de inversión total</b>	<b>S/. 3.00</b>	<b>Ganancia</b>	<b>S/.8.00 - S/.3.00 = S/. 5.00</b>

● **Receta 2: PANCITOS CASEROS DE ALFALFA:**

INGREDIENTES (8 porciones)	PREPARACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> <li>- 200 gr de harina.</li> <li>- 40 gr de alfalfa.</li> <li>- 2 und de huevos.</li> <li>- 1 cucharada sopera de esencia de vainilla.</li> <li>- 1 tarro pequeño de leche.</li> <li>- 1 cucharada de polvo de hornear.</li> </ul> <p><b>Opcional:</b> Si deseamos mayor volumen agregar una cucharada pequeña de levadura.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Batir los huevos a punto nieve.</li> <li>2. En una licuadora mezclar harina previamente cernida, leche y el extracto de alfalfa.</li> <li>3. Licuar hasta conseguir la masa deseada.</li> <li>4. Incorporar los huevos ya batidos y el polvo de hornear y mover de forma envolvente (Podemos agregar la levadura si deseamos)</li> <li>5. Obtenida la masa ir colocando en la cantidad que deseemos en una sartén a fuego medio y tapar. (Realizar el proceso por ambos lados)</li> <li>6. Retirar de la sartén acompañar de algún relleno deseado o puro y ¡ A disfrutar!</li> </ol> <p><b>Dato:</b> Para lograr el extracto de la alfalfa, deshojamos las hojas de alfalfa enjuagamos muy bien y licuamos con un chorrillo de agua</p>

	hervida, posteriormente colamos y ese líquido obtenido sería nuestro extracto.
--	--

## PRESUPUESTO TENTATIVO:

PRESUPUESTO GENERAL			
PANCITOS CASEROS DE ALFALFA			
Leche (Tarro pequeño)	S/. 1.00	<b>Precio de venta:</b>	
Harina (200 gr)	S/. 1.00	<b>Solo pan</b>	S/. 1.00
Polvo de hornear ( 1 cucharada)	S/. 0.50	<b>Con relleno</b>	S/. 1.50
Esencia de vainilla ( 1 cucharada )	S/. 0.50		
Huevo (1 unidad) Alfalfa	S/. 0.70 S/. 0.30	<b>Solo pan</b>	10 und * S/. 1.00 = 10.00 soles
<b>Importe invertido</b>	<b>S/. 4.00</b>	<b>Ganancia</b>	<b>S/. 10.00 - S/. 4.00= S/. 6.00</b>
<b>Relleno: Pollo ¼</b>	S/. 3.00	<b>Con relleno</b>	10 und * S/. 1.50 = 15.00 soles
<b>Total de inversión</b>	<b>S/. 7.00</b>	<b>Ganancia</b>	<b>S/. 15.00 - S/. 7.00 = S/. 8.00 soles</b>

- **Receta 3: PANQUEQUE DE ALFALFA:**

<b>INGREDIENTES ( 10 porciones)</b>	<b>PREPARACIÓN</b>
-------------------------------------	--------------------

<ul style="list-style-type: none"> <li>- 20 gr de alfalfa.</li> <li>- 1 und de huevo.</li> <li>- 1 tarro pequeño de leche.</li> <li>- 100 gr de harina.</li> <li>- 1 chorrito de esencia de vainilla.</li> </ul> <p>Opcional: Miel o manjar blanco.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En una licuadora mezclar todos los ingredientes (harina, huevo, leche, esencia de vainilla y extracto de alfalfa).</li> <li>2. Licuar hasta conseguir la masa deseada.</li> <li>3. Una vez obtenida la masa, freír en una sartén a fuego medio (repetir la acción por ambos lados).</li> <li>4. ¡A disfrutar!</li> </ol>
---	--

**PRESUPUESTO TENTATIVO:**

<b>PRESUPUESTO GENERAL</b>			
<b>PANQUEQUE DE ALFALFA</b>			
<b>INGREDIENTES</b>	<b>Precio</b>	<b>Precio de venta:</b>	
Alfalfa ( 20 gr)	S/. 0.30	<b>Porciones</b>	<b>10 panqueques</b>
Huevo (1 und)	S/. 0.70	<b>Precio de venta</b>	<b>S/. 1.00</b>
Tarro de leche(pequeño)	S/. 1.00	<b>Cálculo</b>	<b>10 * S/. 1.00 = 10.00</b>
Harina ( 100 gr)	S/. 0.50	<b>Ganancia</b>	<b>S/.10.00 - S/. 3.00 = S/.7.00</b>
Esencia de vainilla( 1 chorrito)	S/. 0.50		
<b>Importe total de inversión</b>	<b>S/. 3.00</b>		

● **Receta 4: QUEQUE DE ALFALFA:**

<b>INGREDIENTES ( 20 porciones)</b>	<b>PREPARACIÓN</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- 50 gr de alfalfa.</li> <li>- 450 gr de harina.</li> <li>- 200 gr de mantequilla.</li> <li>- 4 huevos.</li> <li>- 2 cda de polvo de hornear.</li> <li>- 250 gr de azúcar</li> <li>- 1 cda de vainilla.</li> <li>- 240 ML de leche.</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En un bowl mezclar azúcar y mantequilla y batir muy bien.</li> <li>2. Agregar solo las yemas de huevo a la mezcla anterior.</li> <li>3. Batir las claras de huevo a punto nieve una vez conseguida está textura incorporar a la mezcla anterior.</li> <li>4. Agregar harina, leche, polvo de hornear y la esencia de vainilla pausadamente e ir removiendo hasta lograr una gran masa homogénea.</li> <li>5. En una quequera o recipiente de aluminio enmatequillar y enharinar para verter nuestra mezcla preparada.</li> <li>6. Una vez listo colocar a 180° por un aproximado de 30 minutos.</li> <li>7. Pasado el tiempo revisar y ¡A disfrutar!</li> </ol>

**PRESUPUESTO TENTATIVO:**

<b>PRESUPUESTO GENERAL</b>
<b>QUEQUE DE ALFALFA</b>

Ingredientes		Precio de venta	
		Alfalfa ( 50 gr)	S/. 0.50
Harina (450 gr)	S/. 1.50	<b>Precio de venta</b>	S/. 1.00
Mantequilla (200 gr)	S/. 3.00	<b>Cálculo</b>	20 tajadas * S/. 1.00 = S/. 20.00
Huevos (4 und)	S/. 2.50	<b>Ganancia</b>	<b>S/. 20.00 - S/. 11.00 = S/. 9.00</b>
Polvo de hornear (2 cucharadas)	S/. 0.50		
Azúcar (250 gr)	S/. 1.00		
Leche (240 ML)	S/. 1.50		
Esencia de vainilla ( 1 cucharada)	S/. 0.50		
<b>Importe total de inversión</b>	<b>S/. 11.00</b>		

Dichas recetas han sido preparadas en casa de uno de los integrantes de este grupo, en un cálido ambiente donde trabajamos en una mesa amplia para poder distribuir todos los ingredientes, resaltando principalmente la limpieza tanto de la mesa como de toda el área de la cocina y los utensilios empleados.

El presupuesto tentativo está bajo el cálculo de precios actuales que encontramos en el mercado, los precios de venta mostrados son una sugerencia a lo que se puede iniciar a emprender, sin embargo cada una de las personas es libre de elegir sus propios márgenes de venta y ganancia.

### VIII). RESULTADOS:

**Procesamiento de datos:** En esta parte de nuestro informe vamos a mostrarles a través de una tabla el nivel de aceptación de cada una de las recetas preparadas para concluir si realmente son apetitosas y agradables al paladar de las personas.

Está es una parte del proyecto muy importante ya que sí logramos causar una gran aceptación en la población lograremos que estos mismos la adopten como práctica misma y fuente de negocio posterior.

Veamos ....

Productos	Opinión	P.1	P.2	P.3	P.4	P.5	P.6	P.7	P.8
GELATINA ALFALFA	Agradable	X	X	X				X	X
	Muy agradable					X			
	No agradable				X		X		
PANCITOS CASEROS ALFALFA	Agradable		X						
	Muy agradable	X		X	X	X	X	X	X
	No agradable								
PANQUEQUE ALFALFA	Agradable	X	X						X
	Muy agradable			X	X	X	X	X	
	No agradable								
QUEQUE ALFALFA	Agradable								
	Muy agradable	X	X	X	X	X	X	X	X
	No agradable								

- **Análisis de los datos:**

- De la tabla anterior mostrada podemos obtener como resultado que al degustar las recetas entre un porcentaje de Pobladores entre niños y adultos la mayoría de la población lo acepta como unas recetas “Muy agradables”.

- **Contrastación de la Hipótesis:**

- Evaluando los resultados si podemos aplicar cada uno de los productos en los pobladores; el cual nos servirá de gran ayuda en el desarrollo de nuestra salud y economía.
- **Verificación de la Hipótesis:**
  - Se acepta la hipótesis ya que al realizar el muestreo de aceptación fue recibido de muy buena manera pareciéndoles unas recetas muy agradables para el consumo humano, por ende la práctica y empuje de emprendimiento es una opción muy certera.

#### **IX). APRECIACIÓN CRÍTICA:**

- ★ Al iniciar el proyecto no estaba muy convencida de que nos podría agradar las recetas porque sinceramente la alfalfa no emana un olor agradable, sin embargo la ayuda de la mezcla de los demás ingredientes hacen una fusión exquisita y cada preparación es una delicia al paladar muy aparte que estamos consumiendo en el vitaminas, hierro, calcio y grandes fibras para un mejor rendimiento.

**Preciosa Moncada.**

- ★ Se siente muy bien informar a las personas sobre la importancia de consumir la alfalfa pero sobretodo demostrar que son recetas muy agradables que aplicados en los niños es aceptado de muy buena manera ya que tienen muy ricos sabores, cuando hicimos las pruebas de degustación y se aceptó de buena manera luego nos preguntamos ¿Y si lo vendemos ? Y con mi compañera nos emocionamos de pensar en cómo sería y es ahí que junto con nuestras madres empezamos a ver los pormenores para también poder presentarlo como una fuente de ingreso que tan bien le caen a un hogar.

**Jeremy Marín.**

## **X). CONCLUSIONES:**

El consumo de la alfalfa como base de dieta diaria aporta un alto nivel nutritivo que al practicarlo diariamente estaríamos haciéndole frente a varias enfermedades, o tendríamos niños más sanos y con un mejor rendimiento escolar, aparte de ello si nuestros padres le ponen mayor énfasis podrían invertir un reducido capital y obtener ganancias de hasta el 50% por cada producto preparado, así generarían una fuente más de negocio y estaríamos contribuyendo a mejorar la economía de nuestro país.

Ayudemos a transmitir la información hoy recibida y seamos voceros de grandes ideas que busquen el desarrollo de nuestra salud y economía incentivemos a más familias e instituciones a la práctica de la misma que de nosotros depende que no solo hoy se quede en una presentación de proyecto si no que hoy se inicie la idea de emprendimiento evolucionemos nuestra población Pacasmayina para luego escalar y seguir llegando a los demás departamentos, regiones y porque no, a mas paises.

## **XI). RECOMENDACIONES**

- Aceptada y valorada la información debemos incentivar tanto el consumo como la germinación de esta planta para empezar a cambiar nuestros estilos de vida.
- Ayudemos a cumplir la misión de ser primero aceptada en la población de nuestra I.E. Octavio Mongrut Giraldo, para ser ejemplo de más instituciones.
- Fomentemos la noticia nacional y destaquemos a nuestro Perú por valorar las bondades de nuestra tierra en cuanto a sus cultivos hagamos que está planta también sea una planta de mayor exportación, practiquemos la desde casa y hagamos crecer los emprendimientos.

**XII). REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:**

- <https://www.gob.pe/institucion/inei/informes-publicaciones/3364616-encuesta-demografica-y-de-salud-familiar-endes-2024>
- [https://youtu.be/2AUetYCAyhM?si=SOTpizsa\\_NaNx7mY](https://youtu.be/2AUetYCAyhM?si=SOTpizsa_NaNx7mY)
- [https://www-infobae-com.cdn.ampproject.org/v/s/www.infobae.com/peru/2024/03/15/mas-ninos-con-anemia-en-peru-crecen-las-cifras-a-431-en-menores-de-3-anos/?amp\\_gsa=1&amp\\_js\\_v=a9&outputType=amp-type&usqp=mq331AQIUAKwASCAAgM%3D#amp\\_tf=De%20%251%24s&aoh=17232441748579&referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.com&ampshare=https%3A%2F%2Fwww.infobae.com%2Fperu%2F2024%2F03%2F15%2Fmas-ninos-con-anemia-en-peru-crecen-las-cifras-a-431-en-menores-de-3-anos%2F](https://www-infobae-com.cdn.ampproject.org/v/s/www.infobae.com/peru/2024/03/15/mas-ninos-con-anemia-en-peru-crecen-las-cifras-a-431-en-menores-de-3-anos/?amp_gsa=1&amp_js_v=a9&outputType=amp-type&usqp=mq331AQIUAKwASCAAgM%3D#amp_tf=De%20%251%24s&aoh=17232441748579&referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.com&ampshare=https%3A%2F%2Fwww.infobae.com%2Fperu%2F2024%2F03%2F15%2Fmas-ninos-con-anemia-en-peru-crecen-las-cifras-a-431-en-menores-de-3-anos%2F)
- <https://www.google.com/amp/s/elpais.com/america/2024-05-10/la-pobreza-extrema-en-peru-durante-el-gobierno-de-boluarte-supera-ya-los-niveles-de-la-pandemia.html%3foutputType=amp>

**XIII). ANEXOS:**

**Germinación:** Seleccionamos la tierra y mezclamos con las semillas.



Presentamos nuestro cultivo de la germinación.



**Indagación de precios de mercado:**



**Preparación de recetas:**

**Gelatina de alfalfa:**

Disolvemos la gelatina de limón en nuestra agua con canela y clavo.



Removemos bien.



Vertemos en vasos pequeños



### Pancitos caseros de alfalfa:

Mezclamos los ingredientes a nuestra licuadora



Agregamos huevos



Licuamos nuestra mezcla de alfalfa



Agregamos harina a nuestra masa



**Panqueques de alfalfa:**

Repetido el procedimiento de la mezcla de ingredientes procedemos a freír nuestros panqueques.



**Queque de alfalfa:**

Seleccionamos nuestros ingredientes:



Batimos todos los ingredientes



Cernimos bien la harina.



Para la degustación final invitamos a un grupo de compañeros para recibir sus opiniones:



**AGRADECIMIENTO:**

Se agradece De manera muy especial a nuestra docente de aula por el impulso a generar nuevos proyectos y a nuestros padres por estar junto a nosotros en todo momento apoyándonos e induciendonos a realizar cada vez mejor las cosas, revisando cada mínimo detalle en post de una mejor presentación.

**GRACIAS**